

La tradición Gelug/Kagyu del Mahamudra

Aquí, al explicar las instrucciones sobre el Mahamudra desde la tradición de los seres sagrados que son eruditos y adeptos, hay tres esquemas:

- 1) actividades para entrar en la composición,
- 2) explicación real de las instrucciones compuestas y
- 3) dedicación de la virtud surgida por haber compuesto las instrucciones.

1. Actividades para entrar en la composición

NAMO MAHAMUDRAYA

Me inclino respetuosamente a los pies de mi sin par gurú, maestro de adeptos, que expuso directamente el gran sello del Mahamudra, la naturaleza omnipresente del todo, la esfera indivisible, inexpresable e indestructible de la mente.

A continuación, escribiré las instrucciones sobre el Mahamudra procedentes de la tradición Gelug/Kagyu del supremo adepto Dharmavajra y sus hijos espirituales, una tradición de excelentes instrucciones que ha recogido la esencia del océano de sutras, tantras e instrucciones orales.

2. Explicación real de las instrucciones compuestas

Respecto a esto, hay tres esquemas:

- 1) preliminares,
- 2) práctica real y
- 3) conclusión.

2A. Preliminares

Con el fin de tener una puerta para entrar en el Dharma y un pilar central para el Mahayana, busca sinceramente refugio y genera bodichita, sin que esto sean meras palabras de tu boca.

En general, como paso previo a dar cualquier instrucción profunda o a dedicarse a la meditación, todos los seres santos de las diferentes tradiciones del Tíbet coinciden en realizar lo que se denomina "las cuatro instrucciones guía":

- 1) Buscar refugio y generar bodichita,
- 2) Meditación Vajrasattva,
- 3) Ofrenda del mandala y
- 4) Yoga del Maestro.

Y en particular, habiendo meditado primero sobre la bondad amorosa, la compasión, la bodichita, la renuncia, el karma, la muerte y la impermanencia, el discípulo supremo del tantra del yoga supremo, el señor de los yoguis, Milarepa, también dio unos consejos diciendo:

Teniendo mucho miedo de los ocho estados de no ocio

medité sobre la impermanencia y las desventajas del samsara,
Seguí meticulosamente los principios del karma, la ley de causa y efecto y
Me encomendé constantemente a las tres joyas de refugio.

Habiendo entrenado mi continuum mental en el método de la bodichita
Corté el continuum de los oscurecimientos y sus latencias
Y comprendí que todas las apariencias son como ilusiones.
Ahora no temo a los tres reinos inferiores.

Del mismo modo, como dijo el gran vajradhara Dragpa Gyeltsen en *Separarse de los cuatro apegos*:

Si hay apego a esta vida, no eres un practicante del dharma.
Si hay apego al samsara, no tienes renunciación.
Si hay apego al interés propio, no tienes bodichita.
Si hay aferramiento, no tienes la visión correcta.

Así pues:

- 1) como antídoto contra el apego a esta vida, es necesario entrenarse en las prácticas de la persona de capacidad inicial, como la reflexión sobre las libertades y oportunidades, la impermanencia y los sufrimientos de los reinos inferiores,
- 2) como antídoto contra el apego al samsara, es necesario entrenarse en los tres entrenamientos superiores habiendo comprendido que todo el samsara es de naturaleza sufriente,
- 3) como antídoto contra la búsqueda de la paz y la felicidad sólo para uno mismo, cultivar la bondad amorosa, la compasión y la bodichita, y
- 4) como antídoto contra el aferramiento a uno mismo que es la raíz del samsara, es necesario meditar en la ausencia de identidad del yo y de los fenómenos.

Puesto que, en sus tratados sobre los sutras y los tantras auténticos, todos los eruditos y adeptos indios y tibetanos alabaron altamente esas vías, no pienses que son meros preliminares, aunque hayan sido explicados en el contexto de los preliminares, sino más bien prácticos integrándolos en tu práctica real.

Además, puesto que ver la naturaleza última de la mente depende de haber acumulado las colecciones de méritos y purificado los oscurecimientos, recita el mantra de las cien sílabas de Vajrasattva al menos cien mil veces y, además, como práctica esencial, confiesa sinceramente las acciones negativas y promete abstenerte de volver a hacerlas completando los cuatro poderes oponentes, mediante prácticas como hacer tantos cientos de postraciones como sea posible mientras recitas *La admisión de las caídas (u Oración de confesión)*.

Luego, desde lo más profundo de tu corazón, haz repetidas peticiones a tu Gurú raíz que es bondadoso en todas las tres maneras, viéndolos como **inseparables de todos los Budas pasados, presentes y futuros** o como la esencia de las Tres Joyas combinadas.

2B. Práctica real

Aunque hay muchas maneras de acercarse al Mahamudra, todas pueden clasificarse como

- 1) el Sutra del Mahamudra o
- 2) el Tantra del Mahamudra.

Aquí explicaré el primero de forma bastante extensa, y como el segundo se presentará utilizando muy pocas palabras, lo explicaré primero.

2B1. El Tantra del Mahamudra

Además, ¿por qué se llama "Mahamudra"?

Como se dice en la *Gota del Mahamudra*:

"mu" es la sabiduría primordial de la vacuidad.

"dra" es la liberación de los fenómenos del samsara.

"maha" es la unión.

Esto describe el "Mahamudra".

El Tantra del Mahamudra se refiere a la mente de la luz clara que es la sabiduría primordial del **gran gozo** co-emergente surgido a través de la entrada, permanencia y disolución de los vientos en el canal central debido a los **métodos hábiles como la penetración en los puntos vitales del cuerpo sutil vajra**. Esto depende de haber recibido los cuatro empoderamientos puros, haber guardado adecuadamente los compromisos y los votos, y haberse familiarizado con el estadio de generación.

Cuando tal sabiduría primordial realiza la vacuidad por medio de una imagen genérica, es una luz clara en similitud, y cuando realiza la vacuidad directamente, es la luz clara real. La mente de luz clara se enseña utilizando términos como "el corto significado definitivo AH", la "gota indestructible", la "mente inconstante", la "mente ordinaria" y la "mente primordial".

Es el Mahamudra aceptado por Saraha, Nagarjuna, Naropa y Maitripa. Es la esencia más íntima de la clase anuttarayoga del tantra y es la materia principal **enseñada** en los textos de **Los siete logros** y en los **Tres ciclos de Dohas** de Saraha.

Como se dice [por Sahara] en los Dohas:

Al dedicarte a la vacuidad desprovista de compasión

No encontrarás el camino supremo.

Alternativamente, si sólo cultivas la compasión

Permanecerás aquí en el samsara y no alcanzarás la liberación.

Quien sea capaz de unir ambas cosas

No permanecerá en el samsara ni en el nirvana.

Por lo tanto, es necesario unir el sujeto -la compasión, que es el gran gozo co-emergente- con el objeto -la vacuidad. En cuanto a generar la realización de este Mahamudra, si los vientos entran, permanecen y se disuelven en el canal central por haberse entrenado en los caminos precedentes en vidas anteriores o en la primera parte de esta vida, entonces tal persona puede actualizar el Mahamudra de la luz clara observando cualquier objeto adecuado, como asentar la mente en un estado no conceptual. Los maestros Kagyu anteriores dieron a esta persona el nombre de "el simultáneo".

Para todos los demás aprendices es definitivamente necesario meditar en el tummo y más para actualizar el Mahamudra de este camino. En consecuencia, con respecto a la meditación en el Mahamudra aquí indicada, es necesario obtener las cuatro iniciaciones puras y entrenarse en el estadio de la generación, la etapa de consumación, los caminos comunes y demás. A tal persona se le da el nombre de "el serial". Así, incluso la mayoría de los grandes adeptos de esta vía entraron en el linaje de empoderamiento de las diversas clases de tantras anuttarayoga.

2B2. El Sutra del Mahamudra

El Sutra Mahamudra se refiere a las formas de meditar en la vacuidad tal como se indican directamente en las Tres Madres - los *Sutras de la perfección de la sabiduría* extensos, medios y breves. Como dijo el supremo Arya Nagarjuna:

No hay otro camino para la liberación que éste.

Aquí daré instrucciones sobre el Mahamudra de acuerdo con su pensamiento, y describiré formas de introducir la naturaleza de la mente de acuerdo con las instrucciones de los maestros del linaje.

¿Por qué se llama "Mahamudra" a lo que aquí se enseña?

Como se dice en *El sutra del rey de las concentraciones*:

La naturaleza de todos los fenómenos es un sello.

Así, puesto que la vacuidad es la naturaleza de todos los fenómenos, es un sello (*mudra*). Y puesto que cuando se realiza uno se libera de todas las degeneraciones, es grande o supremo (*maha*).

Hay muchos linajes de práctica, cada uno con su propio nombre único, como

- **La unión co-emergente** [Karma Kagyu],
- **La caja de los amuletos** [Shangpa Kagyu],
- **Las cinco partes** [Drikung Kagyu],
- **Los seis ciclos de igual gusto** [Drugpa Kagyu],
- **Las cuatro sílabas** [Maitripa],
- **El pacificador** [Padampa Sangye],
- **Chod - El objeto que debe ser cortado** [Machig Labdron],
- **Dzogchen - La gran perfección** [Nyingma],
- **Instrucciones sobre la visión Madhyamaka** [Gelug] **y así sucesivamente.**

Sin embargo, cuando son investigadas por un yogui erudito en el significado definitivo de las escrituras, hábil en el razonamiento lógico y experimentado en la meditación, todas ellas se reducen al mismo significado pretendido.

Siendo este el caso, hay dos enfoques dentro del Sutra Mahamudra,

- 1) buscar meditar después de haber obtenido el punto de vista correcto y**
- 2) buscar el punto de vista correcto después de haber meditado, aquí explicaré de acuerdo con el último enfoque.**

Ahora bien, es cierto que existen dos enfoques diferentes, sin embargo, el enfoque de buscar la visión correcta después de haber meditado está de acuerdo con lo dicho por el Protector Shantideva:

Vipashyana dotado de samatha
Destruye completamente las aflicciones.
Sabiendo esto, busca primero samatha.

Y también dicho en el *Sutra del montón de joyas*:

A través de la permanencia en la ética, se alcanza la concentración.
Una vez alcanzada la concentración, cultiva la sabiduría.

Siendo este el caso, ¿cuál es el método para cultivar inicialmente samatha?

2B2A. Samatha

Con respecto a esto, hay dos esquemas:

- 1) la preparación y
- 2) la práctica propiamente dicha.

2B2A-1. Preparación

Como dijo Je Maitreya:

El lugar donde se lleva a cabo una práctica inteligente
debe ser de fácil acceso, seguro,
con buen terreno, buenos amigos,
Y contar con los requisitos necesarios para la práctica yóguica.

Se explica que mientras se permanece en tal lugar, es necesario apoyarse en los prerrequisitos para el samatha permaneciendo en la ética pura, teniendo pocos deseos, estando contento, etc., Además es fundamental llevar a cabo las seis prácticas preparatorias.

En un asiento cómodo para la concentración, adopta la postura corporal de los siete puntos de Vairochana y elimina cualquier respiración impura con el ejercicio de respiración de las nueve rondas. Una vez refinada la conciencia, comienza con una mente virtuosa y pura, buscando refugio y generando la bodichita. Cultiva el profundo camino del yoga del Maestro y, después de hacer cientos de fervientes peticiones, disuelve al Maestro en ti mismo.

2B2A-2. La práctica real

La concentración que debe lograrse aquí es una concentración que posee dos aspectos:

- 1) claridad vívida y
- 2) atención unifocal no discursiva.

Tal samatha auténtico surge de una concentración unifocal del reino del deseo de alguien que tiene la base de una mente inestable. Como dijo el Protector Maitreya:

Surge de sus causas. Confiando en aplicar

Los ocho antídotos para abandonar las cinco faltas.

Así se enseña que el samatha se logra a través de las nueve permanencias mentales, surgiendo de aplicar los ocho antídotos para abandonar las cinco faltas. Además, en sus tratados sobre las tierras, Arya Asanga afirma que las nueve permanencias mentales se logran mediante los seis poderes y los cuatro compromisos mentales.

¿En qué tipo de objeto de meditación se cultiva la concentración?

Aunque el *Bhagavân* enseñó que, en general, hay innumerables objetos que son una base adecuada para lograr la concentración sin falta, como la mayoría de los Maestros anteriores de estas instrucciones aceptan la focalización en la mente, aquí también se utilizará este mismo método.

Dentro de ese estado de fugaces apariencias, no modifiques nada con pensamientos discursivos como las esperanzas de lograr ciertas metas, o los **temores** por la posibilidad de que ocurran cosas indeseables. **Sin vacilar**, es decir, sin detenerte en el pasado, sin anticipar el futuro y sin moverte en el presente, **establécete en el equilibrio meditativo** dentro de ese estado **por un corto tiempo**.

Al asentar la mente de esta manera **no es que detengas tu atención como cuando te desmayas o te quedas dormido. Más bien, mantén la guardia** de la **atención consciente** y no olvidadiza **para que la mente**, inquebrantablemente quieta **no se distraiga**. De este modo, el objeto observado queda atado por la cuerda de la atención consciente. Sin embargo, si la atención consciente degenera, habrá un gran peligro de proliferación de pensamientos que moverán la mente. Por lo tanto, es necesario **establecer la introspección** como un observador **para ser consciente** de si la mente **se mueve** o no hacia otra parte, debido a que la fuerza de la atención consciente se ha debilitado. Como se dice en *El corazón del camino mediano* [de Bhavaviveka]:

El elefante de la mente que está fuera de control

debe ser atado con certeza por la cuerda de la atención consciente

al poste firme del objeto observado

y gradualmente controlado por el gancho de la introspección.

En resumen, lograr una concentración impecable no va más allá de la manera de mantener la atención consciente y la introspección. Además, la atención consciente es lo principal, y si ésta está presente, entonces la introspección, que se dice que es el resultado de la atención consciente, surge naturalmente.

Ahora **enfoca atentamente** la atención consciente **en la naturaleza de consciencia y claridad de la mente, y obsérvala** de forma directa y **desnuda**.

Al observar de este modo, cualquier pensamiento que surja simplemente reconócelo. Esta técnica se basa en la introspección. **O, alternativamente, siguiendo la metáfora de la batalla entre el espadachín y el arquero enseñada en las escrituras del Vinaya, una vez generada una fuerte atención e introspección, tan pronto como surja cualquier pensamiento, córtalo por completo, sin permitir que continúe.**

Cuando la proliferación de pensamientos **haya sido finalmente cortada y estés** inquebrantablemente **quieto**, entonces, **sin perder la atención consciente** o la introspección, afloja inmediatamente tu concentración y **relájate** en un estado de equilibrio meditativo. Como dice Machig Labdron:

Concéntrate atentamente y relájate libremente.

Es ahí donde la mente puede asentarse.

Además, como dijo Saraha:

**Si relajas la mente que está atada por la tensión,
indudablemente se liberará.**

De esta manera, relájate sin distraerte.

Si tu concentración es demasiado estrecha y piensas que está surgiendo la excitación, relájala un poco. Si tu concentración es demasiado floja y crees que está surgiendo la laxitud, apriétala un poco. Al encontrar un equilibrio entre ambas, la mente se aleja del movimiento de los pensamientos. Sin embargo, es necesario tener cuidado con la laxitud siempre que haya un factor de quietud. Como dijo el Maestro Chandragomin:

Si confío en el esfuerzo surgirá la excitación

Y si renuncio a él se producirá la laxitud.

Puesto que es difícil encontrar un equilibrio adecuado

¿Qué debo hacer con mi mente agitada?

Sean cuales sean los pensamientos que surjan, cuando observas su naturaleza se desvanecen y surge una vacuidad pura.

Del mismo modo, si también investigas cuando la mente está quieta, se produce una vacuidad clara y sin obstrucciones y una claridad vívida. Ver que no hay diferencia entre ambas **es bien conocido** por los grandes meditadores **como "la fusión de la quietud y el movimiento"**.

O alternativamente, utiliza el siguiente método para mantener la quietud de la mente. **No importa qué tipo de pensamientos surjan, sin detenerlos reconoce** cuándo se mueven y **dónde se mueven. Y al hacerlo, observa y asíéntate en la naturaleza de esos pensamientos.** Al establecerse de esta manera el movimiento eventualmente cesará y habrá quietud. **Es similar a la analogía de soltar un pájaro que ha sido retenido durante mucho tiempo en un barco en medio de un gran océano.** Mantén este estado de acuerdo con lo dicho en un Doha:

Es similar a cómo un cuervo liberado de su barco

Da vueltas en todas direcciones y luego se posa de nuevo allí.

Como dijo Yang Gonpa:

No veas los pensamientos discursivos como faltas

Y no cultives intencionalmente la no concepción.

Establece la mente en su estado natural y mantén una vigilancia distante

Y la meditación llegará a samatha.

Además, si los aprendices actuales mantienen este estado mediante los seis métodos para asentar la mente, se convertirán en reyes de esta instrucción. ¿Cuáles son los seis métodos? Como se ha dicho:

Asentarse como el sol libre de nubes.

Asentarse como un águila que vuela en el cielo.

Acomódate como un barco que navega por el océano.

Acomódate como un niño mirando en un templo.

Como el rastro de un pájaro en el cielo.

Acomódate como una estera de lana extendida.

A través de estos métodos de asentar la mente

poseerás el significado del yoga.

1. Así como el sol libre de nubes permanece extremadamente claro y brillante, del mismo modo al centrarse en la clara naturaleza luminosa de la mente, ésta no se oscurece por concepciones aferradas a signos, laxitud y excitación y demás.

2. Del mismo modo que un águila surca el cielo con naturalidad sin mucha necesidad de batir las alas, del mismo modo sin que la mente esté excesivamente tensa ni excesivamente suelta, mantén este estado con una claridad nítida y de forma relajada sin perder la atención consciente y la introspección.

3. Aunque un gran océano sea azotado por los vientos, las olas no son capaces de perturbar un barco ni siquiera un poco, del mismo modo al fijar la mente en un objeto, establécete sin ser perturbado en absoluto por pensamientos discursivos groseros.

4. Del mismo modo que cuando un niño mira dentro de un templo no investiga los detalles finos de las imágenes, sino que mira sin distracción la escena general, del mismo modo cuando asientas la mente en el objeto, asíéntala unifocalmente en el objeto, sin investigar si los objetos de los cinco sentidos que aparecen son atractivos o no, y sin generar apego o aversión.

5. Al igual que no hay rastro dejado por un pájaro en el cielo, del mismo modo asienta la mente uniformemente de modo que siempre que surjan sentimientos agradables, desagradables o neutros, no te permitas caer bajo la influencia de ninguno de los tres -apego, aversión o confusión.

6. Así como cuando la lana enmarañada se extiende se vuelve suave y flexible, del mismo modo al asentar la mente uniformemente se libera del contacto tosco de los tres venenos manifiestos, la laxitud y la excitación.

Al sostener este estado de esa manera, ¿qué clase de marcas de logro se verán?

La naturaleza del equilibrio meditativo es lúcida y extremadamente clara, no oscurecida por nada en absoluto. Y puesto que no se establece en modo alguno como una entidad física, es una vacuidad pura como el espacio. Además, cualquiera de los objetos buenos o malos de los cinco sentidos que aparezcan, amanecen vívidamente como reflejos en un espejo claro. Y la experiencia que surge está libre de identificaciones como "es esto" o "no es esto".

Por muy estable que sea tal concentración, si no está impregnada de la dicha de la flexibilidad física y mental, no es más que una mente unifocal del reino del deseo, mientras que la concentración que está así impregnada se dice que es la mente de samatha. Es la fuente de muchas cualidades excelentes, como la percepción extrasensorial y las habilidades paranormales y, en particular, de los caminos de los Arya de los tres vehículos que se alcanzan dependiendo de ella.

Pues bien, ¿cómo es introducirse en esta misma vía desde el punto de vista de su propia naturaleza?

De ese modo, la naturaleza última de la mente puede, en efecto, verse directa y claramente, sin embargo, no puede asirse o indicarse diciendo "Es esto". Descansa libremente sin aferrarte a lo que surja.

Los meditadores del Tíbet actual son en su mayoría de la misma opinión al proclamar "Estas son instrucciones orales que ponen al Buda en la palma de tu mano". Sin embargo, yo, Chökyi Gyeltsen, digo que este enfoque es un maravilloso método hábil para que los principiantes logren la quietud mental y es una forma de introducir la naturaleza convencional de la mente.

2B2B. Vipashyana

Describiré ahora cómo introducir la naturaleza última de la mente basándome en las instrucciones orales de mi Maestro raíz Sangye Yeshe quien, asumiendo la apariencia de un monje con túnica azafrán, eliminó la oscuridad que oscurecía mi mente.

Con respecto a esto hay dos esquemas:

- 1) presentación general de las diferentes formas de introducir la naturaleza última de la mente y
- 2) presentación habiendo extraído la esencia de esas instrucciones.

2B2B-1. Presentación general de las diferentes maneras de introducir la naturaleza última de la mente

El Maestro ha dicho que cuando uno realiza la mente, eso es el Buda, por lo tanto, no busques al Buda en otra parte.

También como dijo Saraha:

Sólo la mente es la semilla de todo.

Es la que elabora el samsara y el nirvana

Y la que otorga todo resultado deseado.

Me postro ante la mente que es como una joya que cumple deseos.

De este modo, existe la gran dificultad del samsara y la gran recompensa del nirvana, a través de no darse cuenta y darse cuenta, respectivamente, de la naturaleza última de la propia mente tal como es. Todos los sutras y tantras sagrados están completamente de acuerdo en este punto.

Formas de meditar cortando por la base o raíz a la mente:

1) Algunos afirman: "Dentro de un estado de equilibrio meditativo uno investiga si su propia mente está establecida como estando dentro o fuera, o como algo que surge, permanece y cesa. Cuando uno ve que no está establecida de ninguna de estas maneras, entonces uno ha cortado una base o raíz a la mente, uno ha sido introducido a la naturaleza de la mente y se ha alcanzado la meta del Mahamudra." Porque como se dijo en un Doha:

Quando se busca la mente y todas las apariencias

No se encuentran ni hay buscador en ninguna parte.

Puesto que esa no-existencia ni surge ni cesa en el pasado, presente o futuro,
no puede transformarse en otra cosa.

Es el modo de permanencia de la gran dicha natural.

Así pues, todas las apariencias son el Dharmakaya.

2) Otros afirman: "Uno busca la mente dentro de las partes de su propio cuerpo, desde la coronilla de la cabeza hasta las plantas de los pies. Cuando uno ve que no está establecida como ninguna de estas partes, que no está establecida de ninguna manera como una entidad física que tiene forma, color y demás, entonces uno ve la naturaleza de la mente." Porque como dijo Shang Rimpoché:

La naturaleza de la propia mente es la semilla de todo.

Desde el principio no es diferente de las mentes

de los budas y bodisatvas. Aparece como el Dharmakaya.

No es materia y es clara por naturaleza.

No está establecido como algo funcional, no tiene color ni tamaño.

3) Otros afirman: "Sin morar en el pasado ni anticipar el futuro, descansa serenamente en un estado de conciencia presente, fresco y sin preocupaciones. De este modo, la naturaleza de la mente se verá desnuda y directamente. En ese momento uno ha cortado por una base o raíz a la mente y ha sido introducido a la naturaleza de la mente." Porque como dijo Saraha:

Descansa de una manera fresca, no forzada y relajada.

Y como dijo el Mahasiddha Lingrepa Padma Dorje:

Quando descansas de una manera fresca y relajada, la realización amanece

Al sostener esto como el flujo de un río, amanecerá aún más plenamente.

Tú, el yogui, abandona por completo todo signo de fijación
y mantente constantemente en equilibrio meditativo.

4) Otros afirman: "No importa qué tipo de objetos surjan en la mente, como formas visuales o sonidos, y tampoco importa qué tipo de pensamientos surjan en la mente, como virtuosos o no virtuosos, ni los suprimas ni los persigas ni siquiera ligeramente. Al mirar desnudamente su naturaleza se desvanecerán, y entonces descansarán en la vívida vacuidad pura que no puede ser identificada de ninguna manera. Tal visión es una realización de la naturaleza última, y uno ha sido introducido en la naturaleza de la mente." Porque como se dice en el Mahamudra del Ganges [de Tilopa]:

Si deseas realizar el significado más allá de los conceptos, sin nada que hacer
Corta por una base o raíz a tu propia mente y descansa desnudo en la consciencia.
Permite que el agua manchada por las concepciones se aclare
Y descansa naturalmente sin suprimir ni perseguir las apariencias.
Sin abandonar y sin aferrarse es el Mahamudra.

5) También muchos otros afirman: "No importa qué tipo de pensamientos discursivos surjan, concéntrate en ellos sin hacerlos desaparecer. Y, además, al permitir que se expandan, se liberarán por sí mismos. Así, su surgimiento y liberación serán simultáneos. Por cada pensamiento que exista, hay tantas enumeraciones del Dharmakaya. Porque como dijo Lama Shang:

Al establecerse en tal estado
Los pensamientos discursivos surgen repentinamente
Son de la clara luz del Dharmakaya.
No pienses que son otra cosa.
Así, la proliferación de pensamientos discursivos
Es la vacuidad emanando de la vacuidad,
El Dharmakaya emanando del Dharmakaya,
Y la unidad emanando de la unidad.

2B2B-2. Presentación habiendo extraído la esencia de esas instrucciones

Como se dice en *El sutra solicitado por Rastrapala*:

Debido a no conocer la forma en que las cosas están vacías,
Pacíficas e improductivas, los seres migrantes vagan.
[El Maestro], poseyendo compasión por ellos,
Los hizo entrar por métodos hábiles y cientos de razonamientos.

Así se enseña que debido a no conocer la profunda vacuidad - la forma en que las cosas carecen de identidad - los seres migrantes vagan en el samsara. El Maestro que posee gran compasión

por aquellos que vagan en el samsara, con el fin de liberarlos del samsara, les hizo entrar en el camino de la realización de la ausencia de identidad directa e indirectamente, por métodos hábiles, para realizar la ausencia de identidad y unos cientos de razonamientos para determinar la ausencia de identidad. Similarmente como dijo el Maestro Shantideva:

Todas estas ramas fueron enseñadas
por el Sumiso en aras de la sabiduría.

Además, con respecto a la realización directa de la ausencia de identidad, es necesario meditar habiendo determinado primero la ausencia de identidad mediante la audición y la contemplación. Asimismo, la meditación mediante el mero samatha, como hacen algunos no budistas, no tiene la capacidad de abandonar las aflicciones mentales.

Aunque en cuanto a esa ausencia de identidad no se establece una división entre lo burdo y lo sutil a nivel de entidad, sí se distinguen dos tipos, mediante la división entre persona y fenómeno. Como dijo el Glorioso Chandrakirti:

Con el fin de liberar completamente a los seres migrantes, este desinterés fue enseñado a ser de dos tipos por medio de una división en persona y fenómeno.

Aunque en las escrituras junto con sus comentarios se determina primero la ausencia de identidad de los fenómenos, al meditar es necesario meditar primero en la ausencia de identidad de la persona. Como se dice en *El sutra del rey de las concentraciones*:

Del mismo modo que discriminas el yo,
esa comprensión debe aplicarse a todo.
La naturaleza de todos esos fenómenos
es completamente pura como el espacio.
Por lo tanto, por uno todos son conocidos.
Por lo tanto, por uno todos son vistos.

Con respecto a meditar en la ausencia de identidad de la persona, inicialmente es necesario identificar el objeto de la negación, aquello que ha de ser negado. Como se dice en el *Bodhisattvacharyavatara* de Shantideva:

Sin entrar en contacto con la cosa que fue imputada
Tú no aprehenderás la no existencia de esa cosa.

Si no se identifica el objeto de la negación es como disparar una flecha sin ver el blanco, y dirigir un ejército sin identificar al enemigo. Además, con respecto a la identificación del objeto de la negación, si hay un exceso de penetración entonces caerás en el extremo del nihilismo, y si hay una infra penetración, puesto que el objeto más sutil de la negación no será refutado, caerás en el extremo del eternalismo. Así pues, los peligros son muy grandes. Como se dice en el *Mulamadhyamakakarika* de Nagarjuna:

Si su visión de la vacuidad es defectuosa
Los de poca sabiduría se arruinarán.

Es como manipular una serpiente de forma equivocada
o ejecutar un vidya mantra de forma equivocada.

Así, sabiendo que para los débiles mentales
Este Dharma es difícil de comprender,
La mente del Sabio se apartó completamente
De la enseñanza de este Dharma.

Además, como se dice en *La perfección de la sabiduría en ocho mil versos*:

Debido al aferramiento al "yo" y a lo "mío" todos los seres sintientes ciclan en el
samsara.

La raíz última de todas las faltas es el aferramiento innato a uno mismo, el aferramiento innato a un "yo". Con respecto a una conciencia que aprehende el "yo" en general, hay tres formas de aprehender el "yo":

- 1) un "yo" cualificado por ser verdaderamente existente,
- 2) un "yo" cualificado por carecer de existencia verdadera o ser un mero nombre, meramente imputado por el pensamiento y
- 3) un "yo" que no está cualificado por ninguno de esos dos.

La tercera es una cognición válida convencional que postula el mero "yo". La segunda sólo ocurre en el continuo de aquellos que han ganado certeza con respecto al punto de vista madhyamaka. No ocurre en otros. El primero es el aferramiento a un yo de persona.

El aferramiento a la existencia verdadera, habiendo tomado a otra persona como el objeto observado, es un aferramiento a un yo de la persona, sin embargo, no es un aferramiento innato a uno mismo. El aferramiento innato a sí mismo, la visión de la colección transitoria es una sabiduría afligida que aferra su objeto observado -el "yo" dentro del propio continuum- como inherentemente existente. Eso es producido por su propia causa, el aferramiento sutil a un yo de los fenómenos. Como dijo el Protector Nagarjuna:

Mientras haya aferramiento a los agregados,
habrá aferramiento a un "yo" con respecto a esos agregados.
Y si hay aferramiento a un "yo" también hay karma.
Y debido al karma también hay renacimiento.

Puesto que [el aferramiento a uno mismo] es la raíz del samsara, sin refutar el objeto del modo de aprehensión de eso (el objeto concebido de eso) no serás capaz de abandonar el aferramiento a uno mismo. Como dijo Dharmakirti:

Sin refutar su objeto,
no serás capaz de abandonar [el aferramiento a sí mismo].

Puesto que el objeto concebido del aferramiento al ser, al "yo", a la persona, como verdaderamente existente, es considerado un ser verdaderamente existente, un "yo" verdaderamente existente, una persona verdaderamente existente, es necesario refutar esa concepción. Refutar eso es ver a la persona como carente de existencia verdadera, porque al constatar que la persona carece de existencia verdadera, y luego familiarizarse con ello, se invertirá el aferrarse a la persona como verdaderamente existente.

Por esa razón, primero explicaré con instrucciones orales la forma en que aparece el objeto de la negación y la forma en que se aprehende.

Sin desviarse en lo más mínimo del estado anterior de equilibrio meditativo, unifocalmente equilibrado en la concentración del samatha, **al igual que**, por ejemplo, **un pequeño pez se lanza a través** de un lago lleno de **agua clara** sin perturbar el agua, **utiliza igualmente una conciencia sutil para investigar inteligentemente la naturaleza de la persona**, el "yo", **que es el meditador**. Es decir, investiga la forma en que la persona aparece a la mente, la forma en que la persona es aprehendida por la mente y la forma en que la persona existe realmente.

Cuando se investiga de este modo, el modo en que las cosas existen realmente es que todos los fenómenos -el ser, el "yo", la persona, etc.- son un mero nombre, meramente imputado por la concepción y meramente etiquetado como "serpiente" en una cuerda rayada o "humano" en un mojón o pila de madera.

La persona que parece ser [verdaderamente existente] no existe ya que

- ninguno de los dos individualmente - el cuerpo o la mente de la persona - es la persona,
- la colección de los dos - el cuerpo y la mente - tampoco es la persona,
- ninguno de los seis elementos individualmente es la persona,
- la mera colección de los seis elementos tampoco es la persona, y
- aparte de los seis elementos no hay persona.

Como dijo el Protector Arya Nagarjuna:

La persona no es tierra, ni agua, ni fuego,

ni viento, ni espacio, ni conciencia.

Tampoco es la persona todo esto junto.

Sin embargo, aparte de ellos, ¿qué persona existe?

También dicho en un *Sutra*:

La forma no es el yo.

Los sentimientos no son el yo.

La discriminación no es el yo.

Los factores de composición no son el yo.

Y la conciencia no es el yo.

De esta manera, ninguno de los cinco agregados del meditador, o los seis elementos individuales, o la colección, o la forma de la colección es el meditador. Si ese fuera el caso, entonces también habría muchas fallas, tales como

- la base de la designación y los fenómenos designados serían idénticos,
- lo apropiado y el apropiador serían idénticos,
- las partes y el todo serían idénticos, y
- si los agregados fueran el yo, entonces, puesto que hay múltiples agregados, habría múltiples yoes.

En particular, si la conciencia fuera la persona, entonces

- oír, hablar, ver, procrear y demás no sería sostenible y
- aunque sólo hay una persona, al igual que hay seis conciencias, habría seis personas
- o alternativamente al igual que sólo hay una persona las seis conciencias serían una sin parte.

Además, aparte de los cinco agregados no hay persona porque [si fueran diferentes] entonces serían inherentemente no relacionados diferentes, y la persona no poseería las características que caracterizan la colección de los agregados. [Si fueran diferentes] entonces también habría muchas faltas. Como se ha dicho:

Si [la persona] fuera diferente de los agregados

Entonces no tendría las características de los agregados.

Así, dentro de ese estado de equilibrio meditativo, cuando investigas usando una conciencia sutil y surge una vacuidad completa, tal que para ti mismo no hay apariencia de ni siquiera un mero rastro del ser, la persona, el "yo", que está en equilibrio meditativo, entonces, cuando la imagen genérica de esa vacuidad pura se vuelve clara, realiza el equilibrio unifocal sin ninguna otra elaboración o actividad mental.

Si tu manera de aprehender ese negativo no afirmativo, esa vacuidad pura, se vuelve un poco débil, entonces desde dentro de un estado de equilibrio meditativo medita unifocalmente investigando como antes. Esta es la manera de mantener el equilibrio meditativo similar al espacio.

Se dice que cuando inicialmente se comprueba esto, si uno no se ha familiarizado previamente con la visión, entonces surgirá el miedo y que, si uno se ha familiarizado previamente, entonces surgirá la alegría mental.

Ahora expongo la presentación para la post-meditación.

Como dicho [por Arya Nagarjuna]:

La persona no es una última

Sino que es una colección de seis elementos.

Después de surgir de ese equilibrio meditativo, si investigas, es cierto que la persona que erróneamente se nos aparece debido a que nuestra propia mente está bajo el control del

demonio de la ignorancia, de hecho, no existe. Sin embargo, el ser, la persona, el mero "yo" sí existe.

Además, la forma en que existe es que, al igual que "humano" se imputa a un mojón y "serpiente" a una cuerda rayada, "persona" es un mero nombre imputado a la mera colección de los seis elementos o los cinco agregados. Es un mero signo, simplemente imputado por la concepción. Y no es algo último; es meramente un amanecer, un surgimiento dependiente que está vacío, como una ilusión. Desarrolla esa convicción y luego medita.

Así, cuando hayas ganado experiencia en cultivar la ausencia de identidad de la persona incluida dentro de tu propio continuum, entonces como se dice en *La perfección de la sabiduría en ocho mil versos*:

Al igual que con el yo, conoce a todos los seres sensibles de manera similar.

Al igual que con los seres sensibles, conoce todos los fenómenos de manera similar.

Esto indica ahora la manera de meditar en la ausencia de identidad de las otras personas y de los fenómenos. Como dijo [Arya Nagarjuna]:

Del mismo modo, cada uno de esos elementos no son ultimidades

Puesto que ellos también son colecciones.

De acuerdo con esto, cuando busques y no encuentres ni siquiera un mero rastro de un equilibrio meditativo, un meditador, etc., en ese momento mantén el equilibrio meditativo similar al espacio de forma puntual y sin distracción.

Además, con respecto a todos los fenómenos del samsara y del nirvana - todos los seres ordinarios y los Aryas, los elementos terrestres externos e internos, y asimismo los elementos agua, fuego, viento y conciencia - tanto individualmente como colectivamente, cuando examines esas apariencias en tu propia mente, determina cómo existen realmente, tal como hiciste previamente cuando, tras investigar la manera en que la persona aparecía y cómo era aprehendida, te estableciste en el equilibrio meditativo.

Se dice que, en el momento de no encontrar ni siquiera un mero rastro de existencia inherente "no encontrar es el hallazgo supremo" y "no ver es el verdadero ver". Así que, cuando se percibe la naturaleza última de la mente, cuando la naturaleza de la mente ha sido señalada, entonces dentro de ese mismo estado sostén el equilibrio meditativo espacial sobre la naturaleza última, la mera negación de la existencia verdadera, en un solo punto sin distracción.

Alternativamente, puesto que se dice que la extremadamente sutil mente-viento es la base sutil de la designación del "yo", y también aquellos que dan instrucciones orales aceptan señalar la mente cuando determinan la naturaleza última de la mente, instruiré de acuerdo con eso. Como dijo Chandrakirti:

Es la mente misma la que formula

Las muchas variedades de mundos animados e inanimados.

Puesto que se enseña que la mente es la raíz de todos los mundos animados e inanimados, entonces si cortas a través de una base o raíz a la mente, será diferente a las otras manifestaciones. Por lo tanto, haz lo siguiente.

Dentro de ese estado de la continuidad previa **del equilibrio meditativo**, si investigas **la mente**

- **que es una vacuidad pura no establecida de ninguna manera como una entidad física,**
- **es inobscurable** como el sol libre de nubes,
- **con diversos** pensamientos discursivos **amaneciendo** y así **proliferando,**
- **es incesante** como una lámpara de mantequilla que no se apaga y
- **opera como un continuo ininterrumpido de claridad y consciencia,**

entonces para la consciencia que aprehende la propia mente, **ésta parece ser independiente y no depender** de ninguna otra cosa en absoluto, y **el objeto concebido es aprehendido para existir tal como aparece.**

Sin embargo, la mente que aparece de tal manera es **como se dice en el Bodhisattvacharyavatara del Maestro Shantideva:**

Esas cosas de las que se dice que son un continuo o una colección son falsedades, como un rosario, un ejército, etcétera.

Habiendo ensartado juntas las cuentas individuales de un rosario existe la mera designación "rosario". Y habiendo reunido a los individuos que portan armas existe la mera designación de "ejército". Aparte de eso, no existen intrínsecamente.

Mediante el uso de tales escrituras y razonamientos, con una estabilidad unifocal dentro de un estado en el que se determina que [la mente] **no existe en la forma en que aparece.**

Además, como se dice en *La perfección de la sabiduría en ocho mil versos*:

No hay mente en la mente.

La naturaleza de la mente es luz clara.

Esto afirma que no hay mente inherentemente existente en la mente. La naturaleza de la mente es la vacuidad de la luz clara.

Y como se dice en *el Sutra del montón de joyas*:

La mente nunca ha sido vista, no es vista ahora ni lo será nunca,

Incluso por cualquiera de los Budas pasados, presentes o futuros.

También Je Marpa, habiendo comprobado la naturaleza última de la mente tal como es, acuñó la expresión de que en la meditación "mi mente ardía de vacío". Dijo:

Fui a las orillas del río Ganges en el este

Y debido a la gran bondad de Je Maitripa

comprendí la tierra, la naturaleza no surgida de la realidad.

Mi mente resplandeció de vacío

Y vi la naturaleza primordial libre de elaboración.

Me encontré directamente con las madres - los tres kayas

Y desde ese momento las elaboraciones de este hombre fueron cortadas.

También como dijo el Protector de los seres migrantes Pagmo Drupa:

La raíz tanto del samsara como del nirvana es la mente.

La mente es desde el principio pura talidad.

Puesto que desde el principio es pacífica e improductiva,

la mente está primordialmente libre del extremo de la elaboración.

En resumen, como mi virtuoso amigo espiritual, el verdaderamente omnisciente Sangye Yeshe, ha dicho personalmente: "Cuando eres plenamente consciente de que lo que amanece es lo aprehendido por el pensamiento conceptual, la esfera última de los fenómenos amanece sin depender de nada más. Coloca tu conciencia dentro de ese estado que amanece y estabilízate de manera unifocal. ¡Qué maravilla!"

"Lo que amanece es aquello aprehendido por el pensamiento conceptual..." significa que cuando eres consciente de que lo que amanece es aquello meramente imputado por la concepción, la naturaleza última de los fenómenos amanece como un objeto de consciencia sin depender de ninguna otra condición. Es como se dice en el *Suplemento al camino medio* de Chandrakirti:

La verdad convencional es el método

Y la verdad última surge del método.

"Coloca tu conciencia dentro de ese estado que amanece..." significa que habiendo unificado unívocamente la naturaleza última que amanece como objeto de la conciencia y la conciencia subjetiva, coloca tu mente en equilibrio. Es asombroso.

De acuerdo con esas dos últimas líneas que fueron enseñadas, **como dijo Padampa Sangye:**

Dentro del estado de vacío la lanza de la conciencia se arremolina.

Oh gente de Dingri, la visión no tiene obstrucción.

Todas estas afirmaciones tienen el mismo significado.

2C. Conclusión

Dedica cualquier virtud que haya surgido de haber meditado en el Mahamudra, junto con tu colección oceánica de virtudes pasadas, presentes y futuras, hacia la gran iluminación insuperable.

Ahora lo siguiente, presentando en un solo lugar

- cómo sostener la práctica en la post meditación después de surgir del equilibrio meditativo que se equipara en el Mahamudra,
- cómo determinar una vez más inequívocamente la imagen genérica del objeto de la negación en el momento de volver al equilibrio meditativo y
- la eliminación de dudas con respecto al equilibrio meditativo o a la post meditación.

Habiéndote familiarizado de esa manera en el equilibrio meditativo, entonces durante la post meditación, obsérvalo bien e investiga con discernimiento **sutil la manera en que están apareciendo cualesquiera apariencias que amanecen como objetos de las seis colecciones** de conciencia. A través de tal investigación, **la forma en la que realmente existen** como seres dependientes sin una esencia independiente, **aparecerá entonces desnuda y vívidamente**. Al darte cuenta de ello, tu comprensión de la naturaleza última aumentará. Como dijo Je Mitra Yogi:

Reconocer lo que amanece es el punto esencial de la visión.

En resumen, no te aferres a ninguna de las cosas que se te aparecen, ni siquiera a tu propia mente. Mantén constantemente tu práctica alternando el equilibrio meditativo similar al espacio **de averiguar la forma en que existen realmente**, con la postmeditación del innegable amanecer de los agentes y acciones dependientemente relacionados.

Sabiendo cómo sostener el equilibrio entre la meditación y la postmeditación **de esta manera**, es necesario familiarizarse en el equilibrio meditativo al unificar la naturaleza última de todos los fenómenos del samsara y del nirvana como una unidad indivisible. De igual forma, en la postmeditación, es esencial familiarizarse con su naturaleza convencional, reconociéndolos como meras apariencias ilusorias.

Como también ha dicho Aryadeva:

**Quien es el vidente de una cosa
se dice que es el vidente de todas.
Lo que es la vacuidad de uno,
es la vacuidad de todos.**

Pues bien, ante el equilibrio meditativo sobre la naturaleza última, ¿aparecen los fenómenos que son surgimientos dependientes como una existencia meramente imputada, como un mero nombre?

De ese modo, es cierto que, desde la perspectiva de un correcto equilibrio meditativo sobre la naturaleza última, hay libertad de las elaboraciones de los extremos de existencia e inexistencia y demás, con respecto al samsara y al nirvana.

Entonces, si ese es el caso, ¿son las acciones, los resultados y demás completamente inexistentes?

Puesto que no existen en última instancia y no cumplen el requisito de ser inexistentes, se dice que las acciones, los resultados y demás existen en gran medida.

Sin embargo, al de salir de ese equilibrio meditativo y examinar la realidad, es innegable que existen agentes y acciones relacionados de forma dependiente meramente imputados por su nombre. De manera natural, estos aparecen como un sueño, un espejismo, el reflejo de la luna en el agua y como una ilusión.

Esto muestra cómo el excelente camino de la liberación de los extremos del eternalismo y del nihilismo se manifiesta meditando de ese modo.

Cuando la vacuidad no es oscurecida por las apariencias y cuando las apariencias no son bloqueadas por la vacuidad, entonces se manifiesta la vía excelente de la vacuidad y del ser equivalente que surge dependiente. Como dijo Je Tsongkhapa en concordancia con esto:

Mientras se considere que las apariencias no engañan, el surgimiento dependiente y la vacuidad se entiendan como cosas separadas,

y se perciban de manera individual,

Aún no habrás comprendido la intención del Sabio.

Cuando sin alternar, en el mismo instante en que la conciencia examina,

Simplemente percibe el surgimiento dependiente como no engañoso,

Y todos los modos de aferrarse al objeto son destruidos

Entonces tu investigación de la visión está completa.

También dicho en el *Suplemento al camino medio* [de Chandrakirti]:

Del mismo modo, aunque todos los fenómenos están vacíos,

se producen completamente debido a esa misma vacuidad.

Puesto que no hay naturaleza inherente en ninguna de las dos verdades

Esos [fenómenos] no son eternos ni aniquilados.

También dicho por el Protector Nagarjuna:

Alguien que, mediante la comprensión de la vacuidad de los fenómenos,

Ve la causa y el efecto como sostenibles

¡Esto es más asombroso que asombroso!

¡Esto es más maravilloso que maravilloso!

Al sostener el Mahamudra cabalgando sobre el caballo del samatha de ese modo, cuando se alcanza una concentración imbuida de la dicha de la flexibilidad física y mental por la fuerza del análisis centrado en la vacuidad, entonces se alcanza el nivel de calor de la vía de la preparación.

Algunos maestros Kagyu anteriores presentaron el camino del Mahamudra en términos de cuatro yogas:

- 1) el yoga de la unicidad debido a la observación de la mente de forma unívoca,
- 2) el yoga de la libertad de elaboración debido a la realización de la mente como libre de elaboración,
- 3) el yoga del sabor único debido a la realización de la mente y las apariencias como un sabor único, y
- 4) el yoga de la no meditación debido a que no es una meditación con signos.

Según Je Gotsangpa, los límites de los cuatro yogas son:

- 1) la conducta intencional [los senderos de la acumulación y la preparación],
- 2) el camino de la visión,
- 3) las tierras de la segunda a la séptima, y

4) las tierras puras y así sucesivamente.

3. Dedicación de las virtudes surgidas de la composición de estas instrucciones

Por la virtud de que yo, Losang Chökyi Gyeltsen, un renunciante que ha escuchado muchas enseñanzas haya compuesto este texto, que todos los seres migrantes obtengan rápidamente la victoria sobre los dos oscurecimientos por medio de este camino, ya que no existe otra segunda puerta hacia el estado de paz.

Es la esencia suprema batida de los océanos de sutras y tantras.

Es el punto clave de la plena intención de los eruditos y adeptos de la India y del Tíbet.

Es el camino recorrido sin excepción por los santos mahasiddas.

Que el sol de las enseñanzas del Mahamudra amanezca hoy aquí.

[Colofón]

Además, esta manera de presentar el Mahamudra fue compilada a petición reiterada tanto de Gendun Gyeltsen de Nachu, que posee el grado monástico de Rabjampa (Erudito de los Diez Campos del Conocimiento) como de Sherab Sengye de Hatong, que posee el grado monástico de Kachupa (Maestro de los Diez Textos Difíciles). Habiendo visto que las ocho preocupaciones mundanas de esta vida son como los dramas de una persona demente, ahora viven una forma de vida directa en remota soledad haciendo de este camino su práctica esencial. Muchos de mis propios discípulos que desean practicar el significado definitivo del Mahamudra también hicieron tales peticiones.

Además, el gran conquistador omnisciente Ensapa, distinguido maestro, señor de los adeptos, ha dicho en uno de sus cantos de realización compuestos para instruirse a sí mismo y a los demás

Este no es un camino que pueda explicarse inmediatamente después de haber dado instrucciones según el lam rim - las etapas del camino de la tradición kadam, empezando por cómo confiar en un amigo espiritual virtuoso hasta llegar al samatha y al vipashyana. Y puesto que las últimas instrucciones orales sobre el Mahamudra no son bien conocidas entre los tibetanos, no puedo registrarlas en este momento.

Por lo tanto, lo que no se registró en ese momento debido a la necesidad de restricción estaba destinado a un momento posterior. Esta afirmación se establece a través de escrituras similares. Por ejemplo, *El Sutra del loto blanco del Dharma sagrado* dice:

Para poder realizar a fondo la sabiduría exaltada de un Buda

Este método fue compuesto a través de la auto-realización

Sin embargo, nunca debes decirles

"Te convertirás en un Buda".

Si preguntas por qué, el Protector tiene en cuenta el tiempo.

Yo, el renunciante Losang Chökyi Gyeltsen, que tengo un linaje ininterrumpido de bendiciones por experimentar directamente este camino, comenzando por el incomparable Maestro, el rey de los Shakyas, hasta mi Maestro raíz, el omnisciente y omnisciente Sangye Yeshe, que he

entrado en el linaje de no permitir que se pierdan las promesas y que sostengo las instrucciones orales de los sutras y tantras sagrados, he compilado esto en el Monasterio de Ganden.

Om svasti

Traducción original hacia el inglés por Glen Svensson

Dharamsala, septiembre de 2008

Actualizado en mayo de 2016

Nota: El texto raíz está en **negrita**, mientras que el texto sin negrita es una traducción parcial de *Lámpara tan brillante*, el comentario del propio Panchen Losang Chökyi Gyeltsen a este texto raíz.

Traducido hacia el español por V.Tenzin Kunzang con una segunda lectura por Montse Terradas (todos los errores, omisiones son los míos)