

# El fundamento de todas las buenas cualidades

## Lama Tsongkhapa



(Foto por [Gareth Thompson](#))

El bondadoso y venerable maestro espiritual es el fundamento de todas las buenas cualidades. Reconociendo que la devoción hacia él o ella es la raíz del camino, te pido que me inspires para que confíe en él o ella con gran respeto y esfuerzo continuo.

Una vida humana que disfruta de tiempo libre se obtiene una sola vez. Entendiendo su valor y lo difícil que es alcanzarla, te pido que me inspires para que pueda generar continuamente la mente que aprehende su esencia día y noche.

La fluctuación de nuestro cuerpo y vida es como una burbuja de agua; ten presente la muerte, pues perecemos demasiado rápido. Al fallecer, los efectos del karma blanco y negro nos persiguen tal como una sombra sigue al cuerpo. Convencido de lo anterior, te pido que me inspires para que siempre tenga cuidado de abandonar incluso la

más insignificante acción negativa y de completar la acumulación de virtud.

No hay satisfacción en el disfrute de los placeres mundanos, pues estos son la puerta para todos los infortunios. Dándome cuenta de que el defecto de las perfecciones samsáricas es que no se puede confiar en ellas, te pido que me inspires para que pueda tener una firme determinación de alcanzar el gozo de la liberación.

Ese pensamiento puro (de obtener la liberación) produce gran concienciación, atención sostenida y alerta. Te pido que me inspires para que pueda lograr la práctica esencial al mantener los votos de la liberación individual<sup>1</sup> los cuales son la raíz de la doctrina.

Dándome cuenta de que todos los seres, mis bondadosas madres, han caído como yo en el océano de la existencia cíclica, te pido inspiración para que pueda entrenarme en la suprema intención altruista, asumiendo la responsabilidad de liberar a todos los seres migrantes.

Generar únicamente la intención altruista, sin cultivar las tres prácticas éticas<sup>2</sup>, no conduce a la iluminación. Comprendiendo esto, te pido que me inspires para que pueda practicar con fervor los votos de los conquistadores y sus hijos espirituales.

Apaciguando las distracciones hacia los objetos equivocados y analizando el significado de la realidad,<sup>3</sup> te pido que me inspires para que rápidamente pueda generar en mi flujo mental el camino que une al estado de quietud meditativa con la visión clara especial((El estado de quietud meditativa es shamata, y la visión clara es vipassana.)).

Cuando a través del adiestramiento en el camino general,<sup>4</sup> me haya convertido en un recipiente adecuado, te pido que me inspires para que atraviese con facilidad la gran puerta de los afortunados: el Vajrayana,<sup>5</sup> el más elevado de los vehículos.



El fundamento para alcanzar los dos poderosos logros, son los votos puros y los compromisos que he contraído. Entendiendo esto, te pido que me inspires para que pueda conservar mis votos y compromisos aún a costa de mi propia vida.

Comprendiendo la importancia de las dos etapas<sup>6</sup> las cuales son la esencia del camino tántrico, te pido que me inspires para que pueda practicar con determinación y sin pereza las cuatro sesiones de la yoga, y para que pueda llevar a cabo lo que enseñaron los seres santos.

Que los maestros espirituales que me guían en el sagrado camino y todos los amigos espirituales que lo practican, tengan una larga vida. Por favor inspírame para que rápidamente pueda pacificar los obstáculos internos y externos en su totalidad.

Que en todos mis renacimientos nunca me separe de los maestros espirituales perfectos y que pueda disfrutar del magnífico Dharma. Que, al completar todas las cualidades de las etapas y caminos, rápidamente pueda alcanzar el estado de Vajradhara. ((Vajradhara es la forma en la que el Buda Shakyamuni apareció cuando enseñó los tantras.))

**Acerca de esta oración:**

Dado que el Buda enseñó una amplia variedad de audiencias, los principiantes se confunden a veces sobre por dónde empezar y cómo avanzar. A principios del siglo 11, el sabio indio Lama Atisha extrae los puntos esenciales de Las enseñanzas de Buda y les ordenaron en un camino gradual. Este texto se llama *La lámpara del Camino*. Lama Tsongkhapa (1357-1419), un importante maestro tibetano ampliado sobre los puntos del texto de Lama Atisha y escribió El Gran Exposición sobre *El Camino Gradual a la Iluminación (Lamrim Chenmo)*. *La Fundación de todas las buenas cualidades* es una oración por Lama Tsongkhapa que resume las enseñanzas del Lamrim. Las enseñanzas del Lamrim establece de manera clara los pasos para alcanzar la iluminación. Podemos llegar poco a poco a familiarizarlo con las actitudes y acciones contenidos en estos pasos a través de la base de todas las buenas cualidades y hacer nuestra vida más significativa.



1. Los votos de la liberación individual incluyen los cinco preceptos del laico, los votos de los novicios, de los monjes y monjas con ordenación completa, así como los votos que se toman por un día.
2. Las tres prácticas éticas son: contenerse de llevar a cabo acciones negativas, acumular acciones virtuosas y trabajar para el beneficio de los seres sintientes.
3. Los objetos son equivocados en cuanto a que la forma en la que aparecen y la forma en la que existen no concuerdan, esto es, aunque los objetos parecen ser inherentemente existentes, de hecho, no lo son; están vacíos de existencia inherente.
4. El camino general, se refiere al camino general del sutryana (la determinación de ser libre, un corazón dedicado y la sabiduría que realiza la vacuidad) y al camino de los tres tantras inferiores.
5. Vajrayana (el camino tántrico), es una rama del Mahayana que cuenta con técnicas especiales para transformar nuestro cuerpo, habla y mente ordinarios en el cuerpo, habla y mente de un Buda.
6. Las dos etapas, son la etapa de generación y la etapa de consumación del tantra más elevado.