

La Práctica de las Siete Ramas

*Basada en la Aspiración para la Conducta Excelente
de Samantabhadra*



Khenchen Appey Rinpoché



LA PRÁCTICA DE LAS SIETE RAMAS

*BASADA EN LA ASPIRACIÓN PARA LA CONDUCTA EXCELENTE
DE SAMANTABHADRA*

. - KHENCHEN APPEY RINPOCHÉ - .



(CAPÍTULO 7 DEL LIBRO: "PALABRAS DE UN SABIO BONDADOSO" VOL. 1)

EDITADA POR CHRISTIAN BERNERT. KATHMANDU:
VAJRA PUBLICATIONS, 2018.

TRADUCIDA AL INGLÉS POR DANIEL MCNAMARA

EXTRAÍDA DEL SITIO: <https://chodungkarmo.org/>

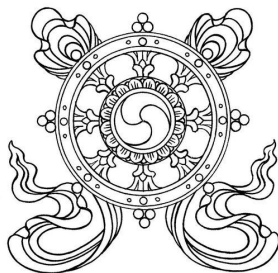
para su

*Traducción al castellano por Kunga Samten
durante la primavera del 2021*



La Práctica de las Siete Ramas

***Basada en la Aspiración para la Conducta Excelente
de Samantabhadra (1)***



Todas nuestras acciones están motivadas por el deseo de obtener felicidad y eliminar el sufrimiento. La felicidad surge de las acciones sanas; el sufrimiento surge en dependencia de las acciones insanas. La práctica de las siete ramas es un medio para acumular acciones sanas y purificar nuestras acciones negativas. De entre los muchos métodos enseñados por el Buda para acumular virtudes, la práctica de las siete ramas es excepcional porque es una forma muy hábil, sencilla y eficaz de acumular una gran cantidad de méritos.

Es necesario estudiar cualquier Dharma que podamos practicar. Si no estudiamos antes de emprender una determinada práctica, será difícil saber cómo llevarla a cabo. Incluso si no somos capaces de estudiar en profundidad, deberíamos al menos estudiar estas siete ramas, de lo contrario no seremos capaces de practicarlas eficazmente. Una gran cantidad de prácticas dhármicas están condensadas en esta práctica. Nuestra tradición tiene muchos

rituales y prácticas tanto del Mantra Secreto o Vajrayāna, como de las enseñanzas Sutrayana. Esta práctica de las siete ramas es una parte esencial de ambos vehículos. De estos dos, hablaremos de la práctica de las siete ramas según el Sutrayana extraída de la *Aspiración para la Conducta Excelente* del bodhisattva Samantabhadra, una oración que contiene la esencia de las enseñanzas como ha sido bendecida por el propio Buda.

RENDIR HOMENAJE

La primera de las siete ramas, rendir homenaje, es la acción de reverencia. La reverencia puede expresarse de tres maneras: con el cuerpo, con habla y con la mente. Expresamos nuestro respeto con el cuerpo inclinándonos hacia el suelo, poniendo nuestros cinco miembros en contacto total con él(2). En lo que respecta al habla, rendimos respeto expresando alabanzas. En cuanto a nuestra mente, expresamos nuestra reverencia practicando la devoción. Cuando realizamos postraciones con regularidad, debemos colocar una representación física del Buda y hacerle ofrendas. Es importante cultivar la devoción considerando esta representación física como siendo el Buda real. Este es especialmente el caso cuando vamos de peregrinaje. Cuando contemplamos las imágenes del Buda, las estupas y los volúmenes de las escrituras, debemos cultivar la devoción pensando que se trata realmente de las Tres Joyas, y practicar las acumulaciones de este modo(3).

Se dice que hacer una sola postración ante un objeto sagrado como una estupa, por ejemplo, genera un gran mérito y un gran beneficio. Se dice que aunque no podamos hacer una postración completa con las dos manos, generamos un gran mérito levantando sólo una mano en señal de reverencia. Con este simple gesto, adquirimos muchas causas para lograr un renacimiento en los reinos superiores. También se dice que podemos estar seguros de alcanzar eventualmente la liberación como resultado de este acto. Esto se debe a que, como objeto de reverencia, el Buda(4) es el más insuperable y excelente. Se dice que aunque no sepamos cómo purificarnos a través de la devoción, esta práctica es muy beneficiosa y poderosa porque seguimos relacionándonos con el Buda como siendo una fuente para la acumulación de méritos.

En nuestras prácticas diarias, rendimos homenaje basándonos en las visualizaciones descritas en los textos que recitamos. Por otra

parte, si tenemos una estatua o una imagen del Buda, podemos cultivar la fe en el Buda basándonos en esa representación. Al visualizar, debemos pensar que todo el espacio está lleno de budas y bodhisattvas y que ellos están realmente presentes. También debemos pensar que todos los seres sintientes rinden homenaje a los budas y bodhisattvas junto con nosotros. En el Mahayana, actuamos en beneficio de uno mismo y de todos los demás. Esto significa que nuestra práctica debe estar destinada a beneficiar a todos los seres sintientes, ya sea directa o indirectamente. Por lo tanto, al practicar las siete ramas pensamos en nosotros mismos y en todos los seres sintientes en conjunto. Esta es una breve explicación inicial de la práctica de la devoción.

A continuación daré una explicación general de la práctica de las siete ramas basada en el texto del propio sutra. Dado que la has estado recitando regularmente, ya deberías estar familiarizado con los versos. La práctica de la devoción, como se menciona en el texto, se explica primero rindiendo homenaje con el cuerpo, el habla y la mente juntos, y luego con cada aspecto individualmente. El texto dice, **"en todos los mundos a lo largo de las diez direcciones"**(5) lo que significa, en resumen, en todas partes. El texto dice que nos postramos ante todos los budas que residen en todos los mundos a lo largo de las diez direcciones. Ellos son **leones entre los hombres**, que aparecen **en los tres tiempos**. Esta es una referencia a los budas del pasado, los del presente y los que surgirán en el futuro.

¿Por qué los budas son llamados leones entre los hombres? Los leones son conocidos por no tener miedo cuando se enfrentan a otros animales salvajes. Dado que los demás no pueden encontrar defectos ni oponerse al cuerpo, el habla y la mente de un buda, los budas no tienen miedo, ya que no pueden ser derrotados de ninguna manera. Por eso se les llama leones entre los hombres. El propio término *buddha* (o *sang-gyé* en tibetano) significa que están completamente libres de todos los defectos y poseen todas las buenas cualidades posibles(6). Otros nombres incluyen "maestros

del camino de la liberación" y "aquellos que están completamente libres de la ilusión" — todos ellos son sinónimos de buda. En cuanto a su número, **todos, sin excepción, cada uno**, y demás, son sinónimos de *la totalidad de los budas*. El texto también dice que nos postremos con las palabras **Me inclino con cuerpo, habla y mente**; y para contrarrestar nuestra falta de fe, nos inclinamos **con reverencia**.

A continuación, comenzando por lo físico, y luego seguido por lo verbal y lo mental, se da una explicación más extensa de los tres modos de rendir homenaje. El texto afirma, **por la fuerza de esta aspiración par la conducta excelente, todos los vencedores aparecen ante mí en mi mente**. Aquí, la *conducta excelente* indica la actividad de los bodhisattvas. La *aspiración* es aquí sinónimo de fe en la conducta o de intención de llevar a cabo la conducta del bodhisattva. Realizo el acto de postración mediante la fuerza de la fe en la conducta de los bodhisattvas.

Dado que es difícil encontrar cara a cara a los victoriosos de las diez direcciones, cultivamos la convicción de que están directamente presentes ante nosotros. Después de eso, también nuestro propio **cuerpo** es imaginado **multiplicado por un número igual a los átomos del universo**. Diciendo esto, piensa que por muchos miles de millones de átomos que existan en todos los campos búdicos, nuestro cuerpo los multiplica muchas veces. **Inclinarse con reverencia** significa que, desde un lugar de profunda fe, nos postramos con gran reverencia ante todos los victoriosos. En otras palabras, nos imaginamos multiplicados en un número igual a todos los átomos de todos los campos búdicos, y teniendo la certeza de que todos estos cuerpos están realmente presentes, realizamos las postraciones. En cuanto al homenaje mental, el texto dice que **en cada átomo hay tantos budas como átomos hay**, y así sucesivamente. El *átomo* indica la forma física más pequeña posible. En cada átomo hay budas en un número igual al número de átomos del mundo, cada uno **rodeado por un vasto séquito de bodhisattvas**,

también conocidos como los herederos de los budas. Así como la vacuidad impregna toda la extensión de los fenómenos (*dharmadhātu*), generamos la convicción de que todos los mundos a lo largo del espacio infinito están llenos de budas y bodhisattvas, y mentalmente nos postramos ante todos ellos con un corazón lleno de devoción.

El tercer modo de homenaje es el verbal. El texto describe un **océano inagotable de alabanzas**. Como las alabanzas que ofrecemos a estos budas son innumerables, se dice que son un océano inagotable. En general, si alguien intentara enumerar las cualidades positivas de un buda, la lista sería interminable. Esto no sólo se debe a que las buenas cualidades individuales de los budas son inconmensurables, sino también a que, aunque las contáramos, la cuenta nunca se acabaría. Aunque nos movamos unos pasos hacia el este, no podemos decir que ahora estamos más lejos de la *dirección* oeste y más cerca de la *dirección* este. Del mismo modo, se dice que las buenas cualidades de un buda son inagotables. Y como las buenas cualidades del buda no tienen fin, las alabanzas y exaltaciones que las expresan son como un océano inagotable. Y no es que las palabras de alabanza se repitan una y otra vez. **Un océano de diversas melodías** indica que utilizamos muchas melodías diferentes que son agradables, hermosas, y demás, para **expresar las buenas cualidades de todos los victoriosos y alabar a todos los que han ido a la dicha**.

Como hemos visto, muchos budas residen, incluso, en el átomo más pequeño. En general, como creemos en la verdad de nociones como *pequeño* y *grande*, es contradictorio para nuestra mente imaginar que muchas cosas grandes estén contenidas en un solo espacio pequeño. Sin embargo, la noción de tamaño es una mera construcción mental. En realidad, no hay grande ni pequeño. Cuando nos liberamos de tales conceptos, es posible que muchas cosas grandes quepan en un espacio pequeño. En la actualidad no vemos esto, pero cuando nos volvamos un bodhisattva será posible

ver a muchos budas en el espacio de un solo átomo, y emanar en el espacio de un solo átomo tantas sustancias de ofrendas como átomos hay en el mundo. Por ejemplo, podemos ver muchos tipos de mundos en un televisor. Esto es posible porque el tamaño de los objetos que vemos no es real. El tamaño lo postula la mente. Lo *grande* depende de lo *pequeño*, y lo *pequeño* depende de lo *grande*. Lo mismo ocurre con las nociones de *bien* y *mal*. Cuando una persona extranjera llega a un lugar como Nepal, puede pensar que el lugar está muy sucio. Pero si esa persona llega posteriormente a un lugar con condiciones aún peores, Nepal le podría empezar a parecer un buen lugar. Así, lo bueno y lo malo lo decide la mente. Del mismo modo, el tamaño se también se establece conceptualmente. Por ejemplo, no podemos decir si esta varita de incienso es larga o corta; lo *largo* depende de lo *corto* y lo *corto* depende de lo *largo*. Asimismo, lo *grande* y lo *pequeño* no son decididos en función de los objetos en sí mismos, sino a través de los conceptos. Por lo tanto, aunque la visualización de la que hablamos actualmente está basada en la convicción, seremos capaces de percibir directamente las cosas de esta manera en el futuro, cuando nos convirtamos en grandes bodhisattvas.

Las postraciones se realizan como antídoto contra el orgullo. El Buda ordenó a muchos de sus discípulos mayores, como a Upāli, quien era un barbero de casta baja. Algún tiempo después de la ordenación de Upāli, el rey Shākya Aniruddha, quien era pariente del Buda, también decidió tomar los votos monásticos. Según la tradición, al tomar estos votos, un monje debe postrarse, primero ante el abad, luego ante el preceptor asistente, y a continuación ante los demás monjes que asisten a la ceremonia. Cuando él llegó a Upāli, reconoció a su barbero de cuando era rey. Entonces le preguntó al maestro, "¿Debo postrarme también ante Upāli?" El Buda respondió: "Cuando tomas la ordenación debes postrarte para superar tu orgullo". El Señor Buda fue respetado no sólo por los dioses y los humanos, sino incluso por los árboles y las flores que se

inclinaron hacia él. La razón de esto es que en sus vidas anteriores como bodhisattva, rindió homenaje a todos los que eran dignos de respeto, incluidos a los seguidores de otras tradiciones espirituales, así como a sus padres, y demás.

En general, todas las aflicciones son muy peligrosas, pero se dice que la peor de ellas es el orgullo. Nos hace pensar que somos superiores a todos, y miraremos a los demás con desprecio. Si nos detenemos en pensamientos como "tengo que conseguir esto para mí" o "soy tan bueno", el resultado será que despreciaremos y condenaremos a los demás, lo que nos hará sufrir más en todo. Se dice que el resultado kármico de pensar con orgullo: "Yo soy rico pero ella es pobre", es ser pobre en una vida futura. Del mismo modo, si pensamos con arrogancia: "Yo soy bello, pero él no", esto provocará posteriormente un cuerpo desagradable. Por lo tanto, no actúes desdeñosamente hacia los demás. Esto es, en mi opinión, lo peor que se puede hacer.

Por lo tanto, cuando nos postramos, visualizamos en el espacio frente a nosotros a los budas, bodhisattvas, oyentes (*śrāvakas*) y realizadores solitarios (*pratyekabuddhas*). Piensa que ellos están realmente presentes allí, y que uno mismo y todos los seres sintientes se postran por devoción con cuerpo, habla y mente ante esa asamblea. Hay que tener en cuenta que se dice que es una falta si nos encorvamos mientras nos postramos. En cambio, debemos mantener el cuerpo recto. También es bueno recitar los versos de homenaje o repetir la oración de refugio mientras se hace la postración. Estos dos son muy significativos.

OFRENDAS

La segunda rama es hacer ofrendas. El texto dice que se **ofrendan excelentes flores, hermosas guirnaldas**, y demás. Usualmente, frente a uno mismo están los tres soportes(7), el Buda y demás. Delante de ellos es donde deben colocarse las ofrendas propiamente dichas — flores, agua, y demás, cualquier ofrenda que podamos hacer. Si no tenemos una imagen del Buda, aún deberíamos sentir que le estamos haciendo ofrendas al Buda. Se dice que se obtienen enormes beneficios al ofrecer flores, o lo que sea que ofrezcamos, de esta manera. Si ofrecemos incluso una sola flor pensando en el Buda, obtendremos muchos nacimientos en los reinos superiores. Este tipo de ofrendas florales a Buda son muy fáciles de hacer. En el pasado pregunté al Lama Lodrö(8), un erudito muy consumado, cómo realizar estas ofrendas. Él respondió que simplemente pensar, "Le ofrezco esto al Buda" sería suficiente.

Si hemos podido preparar ofrendas físicas, se pueden ofrecer. Si no es así, debemos hacer lo que se explica a continuación. Si al principio no somos capaces de hacer este tipo de ofrendas mentales, debemos familiarizarnos con la práctica una y otra vez para aumentar nuestra capacidad de ofrendar. Una vez que sepamos cómo hacerlo, seremos capaces de sacar provecho de los innumerables objetos externos que no están en nuestra posesión ni en la de otros, como las montañas, bosques, flores, ríos, y demás. Del mismo modo, cuando nos encontremos en lugares que pertenezcan a otra persona, como un jardín en el que vemos flores agradables y similares, podemos utilizar estos objetos como soporte de nuestra práctica, imaginando que estas flores y jardines llenan todo el espacio mientras pensamos: "Ofrezco esto al Buda y a todo el séquito". Debemos pensar continuamente de esta manera, ofreciendo todo lo que tenemos al Buda, incluyendo nuestro propio cuerpo y posesiones, y nuestras raíces de virtud. Incluso cuando

entramos en una tienda podemos pensar que ofrecemos todas las cosas buenas que encontramos allí al Buda. Es ciertamente beneficioso pensar de esta manera.

En el texto raíz, las **flores** indican varios tipos de ellas, como flores de loto, por ejemplo. Las **hermosas guirnaldas** son guirnaldas de joyas. La **música** puede ser agradables canciones ofrecidas por cantantes, o la hermosa música producida por tambores y otros instrumentos, como laúdes, guitarras y demás. Los **ungüentos** indican aceites para el cuerpo, agradablemente perfumados. Los **parasoles** son parasoles adecuados para dignatarios, banderas de la victoria y demás. Para las **lámparas excelentes** podemos imaginar ofrecer muchas lámparas de mantequilla y velas. También podemos imaginarnos ofreciendo luces eléctricas, y en particular la luz del precioso sol y la luna iluminando todo el espacio. El **incienso** indica ofrendas materiales que, cuando se queman, huelen deliciosamente. Si no están disponibles, se pueden visualizar. Sintiendo que su humo llena el cielo como las nubes. Con todas estas cosas, **haz ofrendas a la asamblea de los victoriosos**. A continuación, ofrecemos **hermosas prendas** como la más fina tela de entre los dioses y los humanos, en grandes cantidades. El **mejor de los aromas** indica materiales fragantes e incienso en polvo, es decir, **montones de polvos finamente perfumados apilados como una montaña**.

Todas ellas están perfectamente dispuestas, colocadas de la manera adecuada. Con todo esto, **hago ofrendas a los victoriosos**. En estas líneas, la palabra *hermosa* aparece muchas veces. Indica que las ofrendas están compuestas por materiales excepcionales, con formas y colores extraordinarios, sonidos maravillosos, aromas fragantes, sabores dulces, suaves al tacto. Por eso, se les llama "hermosos" y "excelentes".

Las ofrendas que aquí se hacen son de dos tipos, comunes e insuperables. Las ofrendas comunes son las que se han explicado hasta ahora. **Las vastas e insuperables ofrendas** hacen referencia al segundo tipo. Estas son las ofrendas que mágicamente emanan de

la palma de cada mano para llenar el cielo. Debes sentir con convicción que estos objetos han emanado individualmente y luego se han multiplicado mentalmente antes de ser ofrecidos al Buda. La palabra *vastas* indica que estas ofrendas del bodhisattva se han multiplicado hasta llenar el cielo, formando una vasta ofrenda. Hacemos estas ofrendas con gran fe y devoción a **todos los victoriosos**. **Por el poder de la fe en la conducta excelente** significa que estas vastas cantidades de sustancias excelentes se ofrecen a todos los victoriosos a través del poder de la gran fe en la conducta de los bodhisattvas. También se dice que las ofrendas deben hacerse con reverencia y devoción. Aunque sólo podamos hacer una pequeña ofrenda, es importante recordar que eso no significa que sólo vayamos a acumular una pequeña cantidad de virtud. Una gran cantidad se crea a partir de muchas pequeñas cantidades que se juntan. En particular, se dice que cualquier conexión con el Buda, por pequeña que sea, es significativa y muy beneficiosa.

CONFESIÓN

La confesión es la tercera rama. Se dice que todas nuestras molestias corporales y angustias mentales actuales surgen de acciones negativas. Es cierto que, a medida que acumulamos un gran número de estas acciones negativas, ello sólo puede resultar en sufrimiento. Sin embargo, el potencial de estas acciones puede ser neutralizado mediante la práctica de la confesión, haciéndolas impotentes para producir resultados. Un **mal acto** significa realizar una acción negativa. Cualquier acción por parte de nuestro cuerpo, habla o mente que surja de cualquiera de los tres venenos (deseo, aversión e ignorancia) es una acción malsana. Ellas son diez en número, divididas en acciones del cuerpo, el habla y la mente. Un ejemplo de una acción negativa del cuerpo es quitar la vida, como matar a un animal por el deseo de carne o matar a alguien porque queremos su riqueza. Matar por aversión sería, por ejemplo, matar a un enemigo. Matar por ignorancia, por ejemplo, sería matar a un animal pensando que ofrecérselo a los dioses es un acto meritorio. Debido a que **son causadas por el apego, la aversión y la ignorancia**, realizar cualquiera de estos malos actos es una acción insana. Aquí, lo insano, las acciones negativas que hemos **realizado a través del cuerpo, habla y mente**; las que hemos exhortado a otros a realizar, y con las que nos hemos regocijado, son consideradas iguales; las confesamos todas. Por lo tanto, deberíamos pensar: **"Todo lo que he hecho de estas, la confieso a cada una de ellas"**. La práctica de confesar, o más literalmente, de "dejar" nuestras acciones negativas, tiene varios aspectos. En primer lugar, es importante arrepentirse de los malos actos que hemos cometido en el pasado, pensando que fue un error haber actuado así. En segundo lugar, deberíamos hacer el voto de que, a partir de ahora, estas acciones no se repetirán ni siquiera a costa de nuestra vida. Estos dos, el arrepentimiento y la resolución de abstenerse, son muy importantes. Si no nos

arrepentimos de las acciones malsanas realizadas anteriormente, seguiremos actuando de la misma manera, pensando que tales acciones son apropiadas. Con arrepentimiento y determinación de no repetirlas, sin embargo, destruimos el potencial de estas acciones y, a partir de ese momento, no seguiremos comportándonos de las mismas viejas formas negativas.

En general, la confesión es un método hábil para purificar los malos actos. Sin embargo, no significa que esto hará que no cometamos ninguna acción negativa. Seguiremos realizando todo tipo de acciones positivas y negativas. Si bien es importante tomar la resolución de "A partir de ahora no realizaré acciones perjudiciales", también debemos saber que, como principiantes, es inevitable que actuemos de formas negativas. Sin embargo, deberíamos decidir abstenernos permanentemente de estas acciones. Es como caminar por una carretera. Por mucho que tropecemos y caigamos en el camino, todavía querremos levantarnos e ir más lejos; no deseamos quedarnos donde sea que hayamos caído.

REGOCIJO

La cuarta de las siete ramas es el regocijo. El texto dice: **Todos los victoriosos de las diez direcciones y sus herederos**, y demás. Regocijarse significa deleitarse en las acciones virtuosas de los demás con una mente que está libre de celos. También es importante regocijarnos en nuestras propias acciones saludables. Si pensamos que nuestra propia acumulación de virtudes supera la de otros, eso es orgullo. Sin embargo, pensar que nuestras acciones sanas del pasado son buenas, aumenta nuestra acumulación de virtudes. Regocijarse en las buenas acciones de los demás nos hará felices. Estar disgustado con las acciones virtuosas de una persona sin embargo, no sólo no le causará ningún daño, sino que constituye un serio acto insano por nuestra parte. Es precisamente este estado de aflicción el que nos causa angustia, en ese mismo momento, y acumulamos una acción negativa que también nos perjudicará más adelante. Por otro lado, alegrarse de la buena acción de otro es muy meritorio. De hecho, al regocijarnos de la acción sana de otra persona, obtendremos la misma cantidad de mérito que la persona que realizó la acción. De esta manera podemos acumular fácilmente muchos méritos sin tener que realizar las acciones nosotros mismos. El Buda dijo que el regocijo es un método hábil para acumular las raíces de virtud. Esto significa que nos permite acumular poderosos méritos sin mucha dificultad. Digamos, por ejemplo, que trabajamos duro para construir un monasterio. Si alguien ve ese trabajo duro y se regocija en él, esa persona alcanzará un grado similar de mérito sin necesidad de hacer ningún trabajo duro por sí mismo. Una vez que entendemos esto, podemos crear el hábito de recordar constantemente cualquier acción beneficiosa realizada por otros, por pequeña que sea. También debemos tener en cuenta las ocasiones en las que reaccionamos negativamente al ver la felicidad de los demás debido

a sus acciones virtuosas. Si nos acostumbramos a recordar estas ocasiones, nuestra mente empezará a cambiar, mejorando paso a paso. El texto dice: **Todos los victoriosos de las diez direcciones y sus herederos.** Nos regocijamos de las actividades iluminadas realizadas por todos los budas y, asimismo, de las de sus herederos los bodhisattvas; las de los nobles **realizadores solitarios** (*pratyekabuddhas*), las de los nobles oyentes (*śravakas*) que se **entrenan en el camino** (lo que incluye a los que entran en la corriente, a los que regresan una vez y a los que no regresan), las de los arhats **más allá del entrenamiento**, y, junto con todos ellos, las de todos los demás **seres sintientes. Nos regocijamos** de cualquier mérito acumulado por los cuatro tipos de seres nobles (*ārya*)(9), así como por todos los demás, es decir humanos, dioses y demás, cultivando la alegría hacia todas estas buenas acciones.

El término *victorioso* es uno de los muchos epítetos de los budas, en referencia a su victoria sobre las aflicciones. Sería bueno que todos estos epítetos estuvieran disponibles en inglés. Hay dos categorías de seres que siguen al Buda: los bodhisattvas, denominados herederos del Buda, y los discípulos, quienes son sus seguidores que practican el Vehículo Menor. Tal como un individuo de ascendencia real puede ser llamado heredero del rey, los bodhisattvas son conocidos como herederos porque poseen el linaje del Buda. A los oyentes se les llama discípulos de Buda, no herederos, porque porque no han nacido en el linaje de Buda y, por tanto, no pueden desempeñar la función de regente del Buda y demás. *Realizador solitario* es el nombre que se le da a los nobles arhats que aparecen en el tiempo posterior a la desaparición de las enseñanzas de un buda previo y antes de la llegada del próximo buda. Muestran muchos poderes sobrenaturales y sus acciones son de gran beneficio para los seres sintientes(10). Las palabras los que *están en entrenamiento* y los que *están más allá del entrenamiento* se refieren a los cuatro tipos de seres nobles entre los oyentes,

como se explicó anteriormente. Todos ellos forman parte del séquito del Buda y aparecen a lo largo de las diez direcciones.

En términos de la enumeración habitual de los tres vehículos, hablamos del Gran Vehículo de los budas y bodhisattvas, y del Vehículo Menor de los realizadores solitarios y los oyentes en entrenamiento y más allá del entrenamiento. Estos son llamados los tres vehículos (de bodhisattvas, de realizadores solitarios, y de oyentes). Hay otra enumeración de los tres vehículos como el Gran Vehículo, el Vehículo Menor y el Vehículo del Mantra Secreto. Chögyal Phagpa(11) se refirió a esta última como la enumeración poco común de los tres vehículos, pero esto no es bien conocido. Por lo tanto, hay que dar dos explicaciones: una de los tres vehículos comunes y otra de los tres vehículos poco comunes. Dicho brevemente, podemos hablar de los tres vehículos comunes como los oyentes, los realizadores solitarios y los budas, y los vehículos poco comunes como el Vehículo Menor, el Gran Vehículo y el Vehículo del Mantra Secreto.

SOLICITUD PARA GIRAR LA RUEDA DE DHARMA

Luego viene la quinta rama: solicitar que se haga girar la rueda del Dharma. Durante siete semanas después de alcanzar la completa iluminación, el Buda Śākyamuni permaneció sin enseñar. Después de eso, habiendo sido implorado por sus estudiantes para que enseñara, giró la rueda del Dharma. En nuestra práctica solicitamos a los budas que aún no han comenzado a enseñar el Dharma que lo hagan. Se dice que, solo después de que se les solicita, los budas enseñan el Dharma, y también de que los oyentes adquieran el mérito necesario para escuchar a un buda pronunciar las palabras del Dharma. En la actualidad, no podemos encontrarnos con el Buda directamente, pero, como ya hemos comentado, hay innumerables budas a lo largo de las diez direcciones. Cuando recitamos estas palabras, es importante pensar con convicción, que estamos solicitando a esos budas que giren la rueda del Dharma. Habiendo presentado cualesquiera ofrendas que tengamos a los budas, junto con todos los seres sintientes, les solicitamos que nos enseñen. La más importante, de entre las muchas acciones que los budas realizan en beneficio de los seres, es enseñar el Dharma. Cuando los discípulos a los que se les enseña el Dharma escuchan, contemplan y meditan en las enseñanzas, pueden alcanzar la liberación y la omnisciencia. Por ello, el mayor beneficio que un buda puede ofrecer a los seres sintientes es enseñar el Dharma. Por eso es tan importante solicitar a los budas que enseñen. Además de esto, se dice que solicitar a nuestros propios maestros espirituales que nos expliquen el Dharma en beneficio propio y de otros seres es tremendamente beneficioso.

El texto continúa: **Ustedes, que son como lámparas para los mundos en las diez direcciones**, y demás. La frase *ustedes, que son como lámparas* y demás, básicamente significa "quien es un buda", que a su vez significa "todos los budas". *Mundos en las diez*

direcciones indica que ellos son lámparas para los seres en todos los mundos en las diez direcciones. Los budas son comparados con lámparas porque, al igual que una lámpara se enciende para disipar la oscuridad, los budas enseñan el Dharma para disipar la ignorancia de los seres sintientes.

Los budas han progresado a lo largo de las **etapas del despertar hasta alcanzar la budeidad, libres de apegos**. Esta línea explica el método que han utilizado para alcanzar la budeidad. Progresando gradualmente a lo largo de las etapas del camino, ellos han alcanzado ese estado renunciando a todo apego, incluido el apego al logro final de la propia budeidad. En resumen, las etapas del despertar indican que el resultado, el logro de la completa budeidad, sólo se produce después de que alguien haya progresado gradualmente a lo largo de los distintos caminos. El texto dice entonces: **Solicito a todos los protectores, los budas, que pongan en marcha la rueda insuperable**. *Rueda* indica el Dharma. *Insuperable* indica que esta rueda es insuperable y no puede ser puesta en marcha por otros. Por decirlo de otro modo, esta línea significa que suplicamos a los budas desde el fondo de nuestros corazones que nos enseñen amablemente el Dharma, el cual es extraordinario y diferente a cualquier otra enseñanza.

SOLICITAR A LOS BUDAS QUE PERMANEZCAN

La sexta rama es la solicitud para que los budas no pasen al nirvana. Cuando el Buda Śākyamuni concibió la intención de pasar al nirvana, un devoto laico le suplicó que permaneciera durante mucho tiempo. En respuesta a esta solicitud, el Buda prolongó su vida. Del mismo modo, en los reinos de las diez direcciones hay muchos budas que tienen la intención de pasar al nirvana. A estos budas les solicitamos que no entren en este estado de cesación, sino que continúen trabajando por el beneficio de los seres sintientes durante mucho tiempo. Una vez más, debemos practicar con una firme convicción, pensando que uno mismo y todos los seres sintientes, realmente presentamos ofrendas y hacemos esta solicitud. Cuando hacemos esto, se dice que ganaremos un enorme mérito, ya que los budas no pasarán al más allá, sino que continuarán trabajando en beneficio de los seres.

El texto explica, **a ustedes que muestran la intención de pasar al nirvana**. Hacemos esta solicitud a aquellos budas que tienen la intención de desplegar la actividad de pasar al nirvana. El propósito de esta solicitud y el propósito de que los budas permanezcan se expresa con las palabras, **para el beneficio y la felicidad de todos los seres**. En general, *beneficio* indica la felicidad definitiva, es decir, el logro de la liberación y la omnisciencia, y *felicidad* la felicidad temporal de los reinos superiores. Es para que los seres sintientes obtengan este beneficio y felicidad, que los budas deben permanecer con nosotros. **Por favor, permanezcan durante tantos eones como átomos hay en los campos búdicos**. Esta línea responde a la pregunta: ¿Cuánto tiempo deben permanecer los budas? Les solicitamos que permanezcan durante tantos eones como átomos hay en todos los campos búdicos del universo. El que hace la solicitud dice: **Con mis palmas unidas, te suplico**, lo que significa que la solicitud se expresa con profunda reverencia.

DEDICACIÓN

La última de las siete ramas es la dedicación. Las palabras que expresan la intención de que cualquier virtud acumulada se convierta en causa de un resultado específico se llama *dedicación*. Por ejemplo, cuando hay algo que te gustaría dar a alguien y piensas: "Voy a dar esta cosa a este chico", has dedicado tu dar a ese chico. Del mismo modo, cuando acumulamos virtudes y pensamos que lo hacemos con un propósito específico, dedicamos nuestra virtud a este objetivo. Sin embargo, si no dedicamos la virtud así, el acto queda incompleto como condición para alcanzar el resultado deseado. El hecho de que el resultado se alcance o no, depende de que las causas y condiciones necesarias estén completamente presentes. Cualquier virtud que se haya acumulado con el pensamiento: "Que pueda esto ser una causa para alcanzar la budeidad en beneficio de otros seres", esa virtud no degenerará. La virtud creada de esta manera aumentará y, junto con otras virtudes, será finalmente una causa para la consecución del estado de budeidad. Sin embargo, si no dedicamos la virtud a alcanzar el estado de budeidad y luego nos enojamos, su potencial será destruido. Del mismo modo, sostener puntos de vista o creencias erróneas, pensar que no hay Buda o que el Dharma no es verdadero, y así sucesivamente, también puede destruir nuestra virtud acumulada. Pero si hemos dedicado estas acciones sanas al bien de la budeidad, su potencial no puede ser dañado por tales puntos de vista y acciones.

En cuanto al método para realizar la dedicación: si dedicamos nuestras virtudes enteramente para la felicidad en esta vida, o para evitar renacimientos inferiores y alcanzar nacimientos superiores, entonces ellas se agotarán y cesarán una vez que hayan producido el resultado deseado. Del mismo modo, si las dedicamos con el propósito de alcanzar la liberación del Vehículo Menor, las virtudes

cesarán cuando se alcance esa liberación. Sin embargo, las virtudes dedicadas al propósito de alcanzar la budeidad no sólo producirán felicidad en esta vida y en vidas futuras, sino que serán inagotables incluso cuando se alcance el resultado aspirado de la budeidad, mientras el espacio permanezca y el samsara no se vacíe.

Ahora bien, si dedicamos las raíces de virtud acumuladas a través de pequeñas acciones, como haber ofrecido aunque sea una sola flor al Buda, o haber dado sólo unos pocos pasos hacia un lugar con el propósito de estudiar el Dharma, estas acciones serán muy beneficiosas. Y, dependiendo de la frecuencia con que las dediquemos, serán cada vez más beneficiosas y buenas. Si dedicamos una acción sana cien o mil veces, esta particular raíz de virtud será cada vez más beneficiosa.

En cuanto a las raíces de virtud que se dedican, el texto dice **rendir homenaje, hacer ofrendas, confesar, regocijarse, fervientemente solicitar el giro de la rueda del Dharma y solicitar que permanezcan** durante un largo período de tiempo. Estas seis son las raíces de virtud, de las cuales se dice que cada una es una acción sana muy poderosa. **Cualquier pequeña cantidad de virtud que haya acumulado, la dedico toda**, y así sucesivamente. Esto significa que todas las raíces de virtud producidas por la práctica de las siete ramas, las dedicamos al supremo y perfecto despertar. Esto significa que las dedicamos con el propósito de alcanzar la budeidad en beneficio de los demás. Y con respecto a la persona que hace la dedicación, el texto dice, **yo dedico** y así sucesivamente. Siempre que acumulemos alguna virtud, debemos concluir de esa manera y recitar estas palabras de la oración: **Cualquier pequeña cantidad de virtud que haya acumulado, la dedico toda al propósito de la iluminación**. Es fundamental realizar la dedicación recordando claramente los detalles de las buenas acciones que hemos realizado y el propósito al que las dedicamos. Esto es lo más importante. Para aquellos que pueden haber acumulado grandes virtudes, pero no saben cómo realizar una dedicación adecuada de esta manera,

podemos hacer la dedicación con el verso: "Cualquiera que sea la pequeña cantidad de virtud que otros y yo hayamos acumulado, la dedico toda a la gran iluminación". Este deseo de que todas las raíces de virtud acumuladas por otros y por mí se conviertan en una causa para el logro de la budeidad para otros y para mí, también beneficiará a otros.

Así pues, estas son las siete ramas. Se dice que sirven tanto para acumular virtudes como para purificar los actos negativos. Así, nuestras virtudes se acumulan, se purifican y aumentan. Esta práctica recoge las virtudes no acumuladas anteriormente, desarrolla las que ya están presentes y purifica nuestros actos negativos. Cuatro de las siete ramas sirven para acumular nuevas virtudes: rendir homenaje, hacer ofrendas, solicitar que se gire la rueda del Dharma y la petición de permanecer sin pasar al nirvana. El regocijo y la dedicación aumentan las virtudes ya presentes, mientras que la confesión purifica las acciones negativas. Así es como se explica que las siete ramas actúan para acumular, aumentar y purificar. Por eso, son de vital importancia. Dado que esta oración fue pronunciada por Buda, es muy beneficioso recitarla con nuestras oraciones y prácticas habituales. Sería muy bueno recitarla al menos tres veces al día. También podemos convertir cada una de estas siete ramas en una práctica individual. Cuando hacemos esto, es excelente dedicar la virtud de cada una de las repeticiones de cualquier rama en la que hayamos decidido centrarnos. Al realizar las postraciones, por ejemplo, dedicaríamos la virtud de cada una de las postraciones.

Además de estas siete ramas, la práctica del Dharma de las diez ramas agrega tres prácticas a las siete ramas ya explicadas: ir por refugio, bodhichita de aspiración, y bodhichita aplicada, que también se incluyen en la práctica de las siete ramas según el Vajrayāna.

IR POR REFUGIO

Para concluir esta enseñanza, daré un breve resumen de la práctica de ir por refugio. En primer lugar, hay que explicar la causa. Para que los brotes de cebada se conviertan en cultivos maduros, deben estar presentes todas las causas y condiciones necesarias. Al mismo tiempo, debe haber una ausencia de condiciones adversas. Sólo entonces podrán producir definitivamente el resultado deseado. Ir por refugio es algo similar. Para producir el estado resultante de ir por refugio, debemos necesariamente preparar sus causas. Por otro lado, si no trabajamos en sus causas, nunca se nos ocurrirá la idea de que necesitamos tomar refugio. Se dice que hay dos causas para buscar refugio: el miedo y la fe. Para el primero, hay que contemplar dos cosas: angustia con respecto a todas las dificultades y dolores en esta vida, y terror con respecto a los nacimientos en los reinos inferiores en el futuro. Cuando nos damos cuenta de que carecemos de la capacidad para superar estas dificultades por nosotros mismos, aceptaremos el hecho de que necesitamos confiar en alguien más. Sin embargo, en primer lugar, debemos contemplar frecuentemente estas dificultades. Cuando nos encontremos incapaces de soportar incluso la sola idea de todos estos sufrimientos, querremos eliminarlos de una vez por todas, aunque ni nosotros mismos, ni los demás puedan hacer nada al respecto. En ese momento nos damos cuenta de que sólo las Tres Joyas son capaces de ayudarnos. Esta confianza en que las Tres Joyas pueden efectivamente ofrecernos la ayuda que necesitamos se llama *fe*. Se cultiva recordando primero los diferentes tipos de miedo mencionados anteriormente. Los objetos a los que acudimos en busca de refugio son las Tres Joyas. De estos, la Joya que es el Buda posee ilimitadas buenas cualidades, entre las cuales su habilidad para enseñar el camino hacia la liberación es la más importante para nosotros. Es debido a esta habilidad que es

imposible que un buda cometa errores al lograr los objetivos de los seres sintientes. La Joya del Dharma es el Dharma enseñado por el Buda. Cuando lo practicamos, podemos liberarnos completamente de todo tipo de problemas y alcanzar los estados de liberación y budeidad. Eso es el Budadharma. Hay muchos eruditos en el mundo, pero aparte del Buda, ninguno es capaz de enseñar el camino que es completamente infalible. Del mismo modo, hay muchas enseñanzas en el mundo. Aunque muchas de ellas pueden beneficiar a los seres, ninguna, aparte del Dharma, nos permite abandonar el samsara por completo y ser capaces de cortar por completo la corriente del sufrimiento. El término *liberación* indica una dicha interminable, un tipo de felicidad que no puede ser interrumpida. Ninguna otra tradición, aparte del Dharma enseñado por el Buda, nos permite alcanzar esta liberación. ¿Por qué? El sufrimiento del samsara surge de las acciones; estas acciones surgen de las aflicciones, que a su vez surgen de la creencia en un yo, en el aferramiento a una identidad. Para eliminar este aferramiento a la identidad es necesario que haya enseñanzas sobre la carencia de identidad, y esto no existe en ningún otro lugar aparte de la tradición del "maestro de la carencia de identidad", es decir, el Buda. Si no meditamos en la carencia de identidad, el sufrimiento nunca cesará. Por ello, el único medio capaz de eliminar completamente el sufrimiento del samsara es el Dharma que ha sido enseñado por el Buda.

La tercera Joya es la Sangha. *Sangha* hace referencia a los que practican el Dharma tal y como lo enseñó el Buda. En el Vehículo Menor, o Hinayana, están los que entran en la corriente, los que regresan una vez, los que no regresan y los arhats. Estos son los ārya, o seres nobles, del Hinayana. En el Gran Vehículo o Mahayana, *Sangha* hace referencia a los bodhisattvas. Cuando los seguidores del Vehículo Menor van por refugio, la Joya del Dharma hace referencia al Dharma Hinayana y la Joya de la Sangha hace referencia a los oyentes. Cuando se va a por refugio según la

tradición del Gran Vehículo, la Joya del Dharma no es el Dharma Hinayana sino el Tripiṭaka del Mahayana, y la Sangha son los bodhisattvas. Es ciertamente adecuado para los seguidores del Mahayana postrarse ante los arhats śrāvaka y hacerles ofrendas a ellos, pero no son sus objetos de refugio. ¿Por qué debería ser así? El término *Dharma* hace referencia al camino por el que alguien progresa. Los que siguen el Mahayana no toman el Dharma del Vehículo Menor como su camino, sino que se apoyan en el Dharma Mahayana. De la misma manera manera, *Sangha* hace referencia a los compañeros que nos ayudan a realizar nuestro camino elegido. Los únicos compañeros que pueden ayudarnos a practicar el camino de los bodhisattvas son los propios bodhisattvas.

En cuanto a la forma de ir por refugio: Cuando viajamos a un país desconocido, necesitamos tres cosas: alguien que nos muestre el camino para llegar, el camino en sí, y compañeros que nos ayuden en el camino. Del mismo modo, si deseamos salir de este ciclo de sufrimiento y alcanzar la liberación y el estado de budeidad, necesitamos las mismas tres cosas: alguien que nos enseñe el camino, el camino en sí, y los compañeros de viaje. Este es el motivo por el que nuestros objetos de refugio son las Tres Joyas. Pensamos en el Buda como el maestro que muestra el camino; en el Dharma enseñado por el Buda como el camino en sí; y en los bodhisattvas como los compañeros que nos ayudan a lo largo del camino. Adoptar este enfoque se conoce como ir por refugio.





Notas:

1 - Las palabras y frases que se han citado del texto se dejan en negrita. Esto tiene como objetivo facilitar al lector la distinción entre comentario y cita.

2 - Las manos, las rodillas y la cabeza.

3 - Por lo general, esto hace referencia a la acumulación de mérito y sabiduría a través de la cual se alcanza la iluminación.

4 - La estupa representa la mente de Buda.

5 - Los puntos cardinales e intermedios junto con el arriba y el abajo.

6 - La palabra tibetana para buda es "sang-gyé" (*sangs rgyas*), que significa literalmente "purificado [y] desarrollado".

7 - Esto hace referencia a los tres soportes que deben estar presentes en los santuarios: una imagen de Buda que representa el cuerpo iluminado, una escritura que representa la palabra iluminada y una estupa que representa la mente iluminada.

8 - Podría hacer referencia a Lodrö Gyaltzen (*blo gros rgyal mtshan*), un abad de Dzongsar que falleció en la década de 1960.

9 - Estos son: el que entra en la corriente, el que regresa una vez, el que no regresa y el arhat.

10 - Aunque no enseñan el Dharma a través de la palabra, los pratyekabuddhas son capaces de indicar la impermanencia y otros principios fundamentales a través de sus poderes milagrosos, como la creación de ilusiones en el cielo.

11 - Drogön Chögyal Phagpa (1235-1280) fue una de las cinco figuras fundadoras de la tradición Sakya.





Que por los méritos de las luminosas palabras
Contenidas en esta enseñanza,
De sus traducciones, lectura y difusión,
Podamos renacer de un Loto en Dewachén,
Contemplar en Glorioso rostro de Amidewa,
Y alcanzar el Fruto de la Perfecta Iluminación.

De allí, que pueda regresar a liberar a todos los seres
Del abismal Océano del Samsara
Y ser el último en abordar la última barca
Que zarpe de las oscuras costas
De la Existencia Cíclica
Hacia la Otra Orilla, el Nirvana.

...Om Amidewa Hrih...

ཨོཾ་མི་དྲེ་པ་ཏུ་

