

La Entrada para los Hijos de los Victoriosos – Un Comentario a la Introducción a las Acciones de Bodhisattvas

Segundo capítulo: Purificación de negatividades

Una explicación de las prácticas de refugio, ofrendas, postraciones y purificación con los cuatro poderes oponentes

Autor: Gyaltsab Rinpoche
Tema: Bodhicitta y las seis perfecciones
Traductor del tibetano: Ven. Fedor Stracke
Traductor del inglés (con referencia al tibetano): Thomas Cerny

Índice

La manera de entrenarse al haber generado las dos Bodhicittas.....	5
Establecer la mente de la iluminación	5
Confesar las condiciones adversas y las negatividades a través de los cuatro poderes oponentes, después de haber hecho los preliminares de las postraciones, las ofrendas y la toma de refugio.	5
Explicar el texto del capítulo.....	5
Ofrenda.....	5
La necesidad de hacer ofrendas	5
La práctica real de hacer ofrendas	6
Ofrecer cosas que no te pertenecen	6
Las cosas que se ofrecen	6
La manera de ofrecer	7
La razón por ofrecer cosas que no te pertenecen	7
Ofrecer el propio cuerpo	7
Ofrecer por emanación mental.....	8
Ofrendas normales.....	8
Baño	8
Ofrecer vestidos.....	9
Ofrecer ornamentos.....	9
Ofrecer bálsamo fragante	9
Ofrecer flores.....	9
Ofrecer incienso.....	10
Ofrecer comida	10
Ofrecer luz	10
Palacio de cristal	10
Parasoles	11
La bendición que siempre tengan la forma de ofrendas.....	12
Ofrendas incomparables	12
Postraciones.....	12
Alabanza verbal	12
Homenaje físico	13
A la triple joya.....	13
A la base para la generación de la Bodhicitta	13
A los abades, preceptores y demás	13
Refugio	14
Confesión con los cuatro poderes completos.....	15
Presentación general	15
Presentación en detalle	16
El poder de riguroso rechazo	16
Generar arrepentimiento a través del análisis de la manera de crear las negatividades.....	16
Suplicar a los objetos de la confesión	16
Confesión general desde el punto de vista de tiempo, causa, aspecto y demás	16
Confesar negatividades fuertes generadas hacia objetos especiales.....	17
Confesar con arrepentimiento generado por contemplación del resultado desagradable de la non-virtud.....	17

Meditar en el arrepentimiento a través del miedo de morir con negatividad y tomar refugio	17
Meditar en el arrepentimiento a través de una reflexión elaborada sobre como la acumulación de negatividad no tiene sentido	18
Arrepentimiento de haber creado negatividades por amigos, familia, cuerpo y riqueza sin saber que son inestables	18
Un ejemplo para como en el momento de la muerte meramente es una memoria.....	19
Arrepentimiento de haber causado negatividades por ellos a pesar de ver ahora directamente que son inestables	19
Arrepentimiento de haber generado negatividades por falta de no realizar la incertidumbre del momento de la propia muerte	20
Reflexionar sobre como la negatividad es horrorosa	20
Porque la vida no se puede alargar y se va acabando continuamente es cierto que uno va a morir y si uno muere con negatividad es horroroso.....	20
Si uno no purifica negatividades, tendrá que experimentar sufrimiento incluso en esta misma vida	20
Es horroroso por no haber creado mérito.....	21
El arrepentimiento se va a apoderar de mi.....	21
la razón porque es tan horroroso	21
La manera como el sufrimiento abrumará a uno más tarde.....	22
El Poder de la Base	22
Empezar ahora de confiar en el refugio de las tres joyas	23
Confiar en los hijos de los conquistadores que hacen muchas oraciones	23
Practicar según los consejos después de haber tomado refugio	24
El poder de rigurosa aplicación del antídoto	24
Por qué es correcto esforzarse en purificar negatividades	24
Mostrar la necesidad de una purificación rápida con el ejemplo de una enfermedad	24
El significado del ejemplo.....	25
La enfermedad de los tres venenos tiene mucho peligro y la medicina para eliminarla es rara	25
Es correcto practicar según el consejo del doctor supremo.....	25
Mostrando la necesidad de relacionarlo con el ejemplo del abismo	26
Por qué es correcto esforzarse de purificarlas pronto	26
Esfuézate en practicar el antídoto ya hoy.....	26
No es correcto ser perezoso en la meditación del camino porque hay razón de tener miedo del sufrimiento	27
El poder de abandonar el fallo	27
Contenerse a partir de ahora por arrepentirse de la negatividad	27
Purificar la negatividad que no tiene sentido.....	27
No es correcto tener apego porque los bienes son inestables.....	28
No es correcto tener apego a la familia y los demás	28
Hacer esfuerzo día y noche para liberarse de negatividades.....	28
Confesar lo que uno ha hecho antes	29
Lo que uno tiene que confesar	29
La manera de confesarlo	29
Hacer la promesa de evitar la negatividad después de suplicar	29
Verso para resumir.....	30
El nombre del capítulo.....	30

Segundo Capítulo: Purificación de negatividades

Una explicación de las prácticas de refugio, ofrendas, postraciones y purificación con los cuatro poderes oponentes.

Introducción al segundo capítulo: Purificación de negatividades¹

Este comentario de Gyaltsab-Je muestra las etapas completas del camino a la iluminación. Muestra como el entrenamiento en las actitudes de las personas de capacidad pequeña y mediana son preliminares para el entrenamiento en la actitud de la persona de capacidad grande y que, habiendo generado la mente suprema de la iluminación de esta manera, a continuación uno se entrena en la práctica de las seis perfecciones de la generosidad y así sucesivamente.

El primer título del capítulo, *La manera de entrenamiento al haber generado las dos Bodhicittas*, abarca el principio del capítulo dos hasta el final del décimo capítulo. Estos son los temas de la toma de los votos del Bodhisattva y la práctica de las seis perfecciones que uno empieza después de haber tomado los votos del Bodhisattva.

La toma de los votos del Bodhisattva está explicado en los capítulos dos y tres en las tres etapas de la preparación, la toma real del voto y la conclusión. La preparación empieza en el segundo capítulo y continúa en el tercer capítulo donde la toma real del voto y la conclusión están explicados.

Inicialmente, para generar la mente de la iluminación suprema, uno ha de aumentar mucho la fuerza de la alegría a través de reflexionar bien en sus beneficios. Esto está descrito en el primer capítulo (que también muestra el entrenamiento en la actitud de las personas de capacidad pequeña y mediana) como prácticas auxiliares para la generación de esta mente.

Esto se hace a base de limpiar el lugar de la práctica, tal como si uno esperase la visita del rey que gira la rueda. Ahora uno ha de establecer la mente de la iluminación. El primer paso está explicado en el segundo capítulo, el segundo paso en el tercer capítulo.

El segundo capítulo, entre las siete ramas, explica las ramas de postraciones, hacer ofrendas a la triple joya, y cómo purificar con los cuatro poderes oponentes. Esto se hace sobre la base de antes tomar refugio y se considera como la base para tomar los votos del Bodhisattva. Las siguientes cuatro ramas están explicadas a continuación en el tercer capítulo.

¹ Añadido por el traductor [Ven.Fedor]

El segundo capítulo: Purificación de negatividades

La manera de entrenarse al haber generado las dos Bodhicittas²

(Establecer la mente de la iluminación; la manera de entrenarse en las perfecciones que son la práctica)

Establecer la mente de la iluminación

(Confesar las condiciones adversas y las negatividades a través de los cuatro poderes oponentes, después de haber hecho los preliminares de las postraciones, las ofrendas y la toma de refugio³; la toma real de la mente de la iluminación después de haber acumulado las condiciones positivas de mérito a través del regocijo y demás⁴)

Confesar las condiciones adversas y las negatividades a través de los cuatro poderes oponentes, después de haber hecho los preliminares de las postraciones, las ofrendas y la toma de refugio

(Explicar el texto del capítulo; el título del capítulo)

Explicar el texto del capítulo

(Ofrenda; Postración; Refugio; Confesión de negatividades)

Ofrenda

(La necesidad de hacer ofrendas; La práctica real de hacer ofrendas)

La necesidad de hacer ofrendas

Para adoptar esa mente preciosa hago ofrecimientos a los Tathagatas,
a la joya inmaculada del sagrado Dharma
y a los hijos de los budas,
que son océanos de cualidades excelentes. [1]

Las ofrendas se hacen de una manera respetuosa y positiva, mentalmente y de hecho, con objetos exaltados.

- ¿con qué fin? Para establecer la mente valiosa, de la que surge toda la bondad de todos los seres sintientes

2 Este título es el comienzo del cuarto capítulo, la escrupulosidad y abarca el resto del texto

3 Este título abarca el segundo capítulo

4 Este título abarca el tercer capítulo

- ¿hacia qué objeto? Se hacen ofrendas a los Tathagatas y a los seres sagrados superiores; por eso también la joya del Dharma, es decir que también tanto la verdad de la cesación del Mahayana que está libre de las manchas adventicias además de ser naturalmente puro, como la verdad del camino son objetos hacia las que se hacen ofrendas.
- Se incluyen también los océanos de cualidades que son los hijos de los Budas, tal como el señor superior Avalokiteshvara, Manjushri y otros.

La práctica real de hacer ofrendas

(Ofrecer cosas que no te pertenecen; ofrecer el propio cuerpo; ofrecer por emanación mental)

Ofrecer cosas que no te pertenecen

(Las cosas que se ofrecen; la manera de ofrecer; la razón por ofrecer cosas que no te pertenecen)

Las cosas que se ofrecen

Todas las flores y frutas que hay y los distintos tipos de medicinas, todas las joyas que existen en el mundo y todas las aguas limpias y refrescantes; [2]

Montañas cubiertas de joyas, bosques, lugares tranquilos y alegres, árboles celestiales adornados de flores y árboles de ramas cargadas de fruta. [3]

Fragancias de los reinos celestiales, incienso, árboles de los deseos y árboles de joyas, cosechas que no precisan cultivo y todos los adornos que merecen ser ofrecidos. [4]

Lagos y estanques adornados con lotos y el bello canto de los gansos salvajes, [5ab]

Se ofrece todo lo siguiente:

- Las flores en el mundo que no pertenecen a nadie como los lotos y demás
- Todas las frutas como Aryara y demás
- Todas las medicinas como Camphor y demás
- Todas las sustancias preciosas como oro, plata y demás
- Todas las aguas limpias como lagos, estanques y demás
- Las ocho montañas de oro y demás
- Además bosques, lugares aislados y demás
- Arbustos adornados por sus flores
- Árboles cuyas ramas cargados por el peso de las frutas puras y maduras de sus ramas
- Olores puros de dioses, nagas y demás; tanto naturales como aplicados y creados
- Incienso bueno
- El árbol que cumple todos los deseos, tanto de lo que uno desee como de lo que uno necesite además de árboles hechos de sustancias preciosas
- Lagos tal y como uno imagina como deberían de ser y estanques para bañarse, adornados por lotos y donde bonitos cisnes producen sonidos placenteros
- Los cereales que crecen sin necesidad plantarlos
- Ornamentos bellos que son dignos para ofrecerlos a los Tathagatas

Un oponente que no entendió el sentido, explicó el orden del texto de una manera diferente.

La manera de ofrecer

lo que no es propiedad de nadie
en las esferas ilimitadas del espacio. [5cd]
Creo todo esto en mi mente
y lo ofrezco a los seres supremos, los Budas, y a sus hijos.
¡Compasivos! pensad en mí con bondad
y aceptad mis ofrecimientos. [6]

Habiendo ofrecido respetuosamente de buena manera a los seres superiores, al ser hábil y sus hijos, por creación mental todos los objetos que no pertenecen a nadie, extendiendo hasta el límite del espacio; que los seres, que posean cualidades y gran compasión, me miren bondadosamente y disfruten de mis ofrendas.

La razón por ofrecer cosas que no te pertenecen

Al no tener méritos soy un indigente
y no tengo otros regalos que ofrecer.
Protectores, vosotros que pensáis en ayudar a los demás,
por vuestro poder aceptad esto por mí. [7]

Disputa: ¿Porqué solo ofrendas mentales? Es correcto ofrecer diferentes tipos de ofrecimientos placenteros.

Respuesta: Porque no he acumulado mucho mérito en el pasado me he vuelto muy pobre y carezco de las cosas deseadas. Como no tengo otras cosas que ofrecer, rezo que el protector que solo piensa en el bien de los seres vivos va a disfrutar de estas ofrendas que no pertenecen a nadie por mi bien.

Ofrecer el propio cuerpo

Eternamente ofreceré todos mis cuerpos
a los conquistadores y a sus hijos.
Por favor aceptadme, Héroes Supremos,
con gran respeto seré vuestro súbdito. [8]
Libre del miedo de la existencia cíclica
debido a vuestra protección, serviré a todos los seres;
transcenderé completamente mis maldades anteriores
y no cometeré más en el futuro. [9]

Con respecto a la frase “Porque tengo un cuerpo que puedo ofrecer, lo ofrezco.”

Abandonando la mente que considera mi cuerpo como solo mío, ofrezco siempre y completamente mi cuerpo a los conquistadores y sus hijos. Os ruego, seres supremos y valientes, disfrutadlo.

El propósito de ofrecerlo es hacerme vuestro súbdito con fe y respeto y voy a seguir vuestros consejos e instrucciones.

Al ofrecerlo pierdo todo miedo de la existencia, porque sé que en todo lo que haga os pertenezco y porque me estoy apoyando en un refugio, que está libre de todos los miedos y que yo voy a beneficiar a los seres vivos. Voy a dejar atrás todas las negatividades sin sentido que he creado hasta ahora y ya no voy a acumular más negatividades, ni siquiera a coste de mi vida.

Ofrecer por emanación mental

(ofrendas normales, ofrendas incomparables)

Ofrendas normales

(Baño; vestidos; ornamentos; olores; flores; incienso; comida; luz; palacio de cristal; y parasoles benditos; música; y la bendición que siempre tengan la forma de ofrendas)

Baño

(Casa de Baños; la manera de bañarse; secar el cuerpo)

Casa de Baños

En salas de baño con dulces fragancias,
cuyos bellos pilares brillan cubiertos de joyas,
con doseles de perlas centelleantes
y suelos de cristal transparente y resplandeciente [10]

¿Dónde se ofrece el baño? En una casa de baño con dulces fragancias a sándalo, el suelo es de cristal transparente, resplandeciente y completamente limpio. Además tiene adornos como conchas y pilares, que brillan cubiertos de joyas. Encima hay doseles de perlas centelleantes.

La manera de bañarse

Baño a los Tathagatas y a sus hijos con muchas vasijas
incrustadas de joyas maravillosas
y llenas de agua y flores fragantes y agradables,
con acompañamiento de música y canciones. [11]

Se ofrece un baño a los Tathagatas y sus hijos con muchas vasijas hechas de oro y otros materiales preciosos y llenas de agua y flores fragantes y acompañado por música y baile.

Secar el cuerpo

Seco sus cuerpos con telas
perfumadas, inmaculadas y exquisitas [12ab]

Ahora se secan los cuerpos de los objetos de la ofrenda con telas perfumadas, inmaculadas y exquisitas.

Ofrecer vestidos

y después les ofrezco ropas de bellos colores
y dulces fragancias. [12cd]
con vestimentas divinas, suaves, delicadas y llenas de color [13a]

Después de secar sus cuerpos les ofrezco vestidos sagrados, perfumados y coloridos. Si tienen el aspecto de una persona laica les ofrezco varios vestidos suaves y finos de buen color y tamaño.

Ofrecer ornamentos

Adorno a las arya Samantabhadra, Manjughosha, Avalokiteshvara
y a todos los demás
con cientos de joyas supremas. [13bcd]

Ofrezco a Samantabhadra, Mipham, Manjushri y al regente del mundo cientos de ornamentos supremos como pendientes, brazaletes, cadenas y más.

Ofrecer bálsamo fragante

Con perfumes que impregnan mil millones de mundos,
unjo los cuerpos de los budas que resplandecen
con el brillo del oro bien refinado,
frotado y pulido. [14]

Unjo los cuerpos de los hábiles, que resplandecen con el brillo del oro bien refinado, frotado y pulido, con perfumes que impregnan los tres mil mundos.

Ofrecer flores

Y ofrezco a los objetos supremos de ofrecimiento
todas las flores más bellas de maravillosas fragancias:

flores *mandarava*, lotos azules, y demás;
así como espléndidas guirnaldas. [15]

Ofrezco a los hábiles, a los objetos supremos de ofrendas. ¿Con qué? Con las flores más bellas como *mandarava*, lotos, *Utpala* y demás con maravillosas fragancias. Los ofrezco sueltos y también en guirnaldas, bellamente extendidas.

Ofrecer incienso

También les ofrezco nubes de incienso
cuyo dulce aroma cautiva la mente [16ab]

Ofrezco nubes de incienso cuyo dulce aroma cautiva la mente, como *akaru* y otros, extendiendo en las diez direcciones.

Ofrecer comida

y banquetes celestiales
con una gran variedad de comida y bebida. [16cd]

Ofrezco al conquistador y sus hijos una gran variedad de comida como caña de azúcar y varias bebidas; ambos de aspecto de un banquete divino con colores, olores y sabores variados.

Ofrecer luz

Les ofrezco lámparas con joyas
colocadas sobre capullos de loto dorados; [17ab]

Ofrezco lámparas con joyas colocadas sobre una base de capullos de loto dorados.

Palacio de cristal

sobre el suelo rociado con agua de esencias,
derramo pétalos delicados. [17cd]
A los que tienen la naturaleza de la compasión
les ofrezco brillantes multitudes de palacios

que resuenan con himnos de alabanza,
radiantes con guirnaldas de perlas y joyas
y adornados en las entradas de las cuatro direcciones. [18]

A los que tienen la naturaleza de la gran compasión, ofrezco un precioso palacio de cristal, donde los suelos pulidos están rociados con agua de esencias, donde pétalos delicados están derramados, donde resuenan himnos de alabanzas de diosas y que son radiantes con guirnaldas de perlas y joyas y varios ornamentos preciosos con su luz espléndida, brillante e infinita. Con sus cualidades ilimitadas adorna la esencia del espacio y de esta manera se convierte en un ornamento de los cielos.

Parasoles

Ofrezco a todos los budas
parasoles enjorados exquisitamente bellos,
perfectamente abiertos con mangos dorados,
de formas encantadoras y bordados con perlas [19]

Siempre ofrezco parasoles bellos, hechos de diversos materiales preciosos; con mangos dorados, de formas encantadoras y bordados con perlas para que nada más verlo uno se alegre.

Instrumentos

Y además que una inmensa cantidad de ofrecimientos
que resuenan con música dulce y agradable
(como) nubes que alivian el sufrimiento de todos
permanezcan (mientras sea necesario). [20]

Aparte de las ofrendas ya mencionadas ofrezco también nubes de ofrendas de instrumentos, tal como tambores de arcilla, con música dulce y agradable, que alivian el sufrimiento de todos los seres vivos y los deleitan por meramente escucharlos. Que selecciones de estas nubes de ofrendas estén dispersadas por todos lados.

La bendición que siempre tengan la forma de ofrendas

Y que una lluvia continua
de flores y gemas preciosas
descienda sobre los relicarios y las estatuas
y sobre las joyas del Dharma. [21]

Que llueva sin parar flores preciosas y otras ofrendas hasta el fin de la existencia cíclica encima de los doce tipos de escrituras, encima de todas las joyas de Dharma, contenidas en las verdades de la cesación y del camino, encima de estupas que contienen reliquias del Buda y encima de imágenes de Buda.

Ofrendas incomparables

Así como Manjugosha y otros
han hecho ofrecimientos a todos los conquistadores,
también yo hago ofrecimientos a los Tathagatas,
a los Protectores, y a sus hijos. [22]

Igual que los Bodhisattvas poderosos como Manjushri y Samantabhadra hacen ofrendas de emanación en el espacio a los conquistadores, yo también hago ofrendas a los Tathagatas, los protectores de dioses y humanos y sus hijos.

Del Sutra *Lampara preciosa*:

La mayoría de flores son como doseles y emanadas por rayos de luz; habiendo puesto diferentes variedades de flores en todos los sitios los supremos hacen ofrendas a los conquistadores.

Postraciones

(alabanza verbal; homenaje físico)

Alabanza verbal

Ensalzo a los Océanos de Excelencia con un océano de ramas e himnos melodiosos; que estas nubes de gentil elogio asciendan constantemente a su presencia. [23]

Este océano de cualidades de sabiduría, amor, etc; lo ensalzo con versos ilimitados de armoniosa alabanza. *Himno* se refiere a palabras, *rama* se refiere a la causa y *océano* significa muchos.

Haz la alabanza visualizando cada cuerpo⁵ con muchas cabezas y cada cabeza con muchas lenguas. Además, aunque uno mismo no hace alabanzas a los muchos seres superiores, que nubes infinitas les alcancen sin fallo en el lugar y momento correcto.

Homenaje físico

(A la triple joya; a la base para la generación de la Bodhicitta; a los abades, preceptores y demás)

A la triple joya

Con cuerpos tan numerosos
como todos los átomos del universo,
me postro ante todos los budas de los tres tiempos,
ante el Dharma y la comunidad suprema. [24]

Con cuerpos tan numerosos como todas las partículas de todos los campos de budas, me postro con humildad ante todos los budas, que han venido e ido en los tres tiempos, ante el Dharma transmitido oralmente y realizado y ante la asamblea suprema de los Bodhisattvas superiores.

A la base para la generación de la Bodhicitta

Así mismo me postro ante todos los relicarios,
ante las bases de la mente del despertar [25ab]

La base de la bodhicitta se refiere a sus causas:

- Las tres cestas del Mahayana⁶
- Las personas que se conviertan en una causa para la generación de esta mente
- El lugar donde se genera
- El cuerpo del buda y demás
- Estupas

Ante estos me postro.

A los abades, preceptores y demás

Ante todos los sabios abades y maestros
y ante todos los practicantes nobles. [25cd]

5 El significado es que o uno emana muchos cuerpos o se visualiza rodeado por todos sus cuerpos de las vidas pasadas, presentes y futuras en aspecto humano.

6 La cesta Sutra del Mahayana, la cesta Abidharma del Mahayana y la cesta Vinaya del Mahayana

Me postro ante los abades que conectan y completan las palabras antiguas y recientes de la liberación individual; de la misma manera me postro ante los preceptores, que otorgan los votos y ante los practicantes nobles, que llevan la carga del entrenamiento en las disciplinas supremas del camino de la liberación.

Refugio

Me refugio en todos los budas
hasta que posea la esencia del despertar,
y también me refugio en el Dharma
y la asamblea de bodisatvas. [26]

El significado del refugio es de tomar el objeto como la base para la liberación de peligros y sufrimiento y expresar esto verbalmente.

Hay un refugio causal y un refugio resultante. El primero es de tomar a las tres joyas ya existentes como base de la liberación y de peligros. El segundo es de tomar las joyas de buda y Dharma que uno va a realizar en la propia mente como base de la liberación.

Las causas del refugio, los objetos de refugio, las cuatro maneras de tomar refugio (conociendo las cualidades, conocer las diferencias, aceptando, no afirmando otros refugios) y los consejos del refugio se pueden aprender de las *Grandes Exposiciones de las Etapas del Camino de las Perfecciones* de los grandes Lamas. Por eso no lo explico aquí.

La refutación de la aserción que la verdad del camino nunca es un refugio último, la presentación general del refugio, la diferencia entre refugio ultimo y convencional y así sucesivamente ya he explicado en el Comentario del Utaratantra con lo que se puede aprender directamente de este comentario.

Se toma el refugio de ahora hasta que uno alcanza la esencia de la iluminación más alta, cuando uno manifiesta el Dharmakaya debajo del árbol Bodhi a través de tomar como objeto de foco a las tres joyas Mahayana que ya existen en el continuo de otras personas y las tres joyas que en el futuro van a existir en el continuo de uno mismo.

Hasta este momento uno toma refugio en los budas y en la joya del Dharma del Mahayana y en la asamblea de los Bodhisattvas (los Bodhisattvas superiores).

Uno toma como maestros del camino a los budas ya establecidos, uno toma como refugio verdadero a la joya del Dharma que uno va a establecer en la propia mente y uno toma como compañeros para lograr el refugio a los Aryas Mahayana (superiores), que ya han alcanzado la joya del Dharma.

Confesión con los cuatro poderes completos

(Presentación en general; presentación en detalle)

Presentación general

Hay que esforzarse para no acumular negatividades desde el comienzo. Si, a pesar de hacer esfuerzo, uno acumula negatividades por falta de diligencia y las muchas emociones aflictivas, en este caso no se pueden dejar así desconsideradamente. En este caso uno ha de esforzarse en el método de la confesión, tal como fue explicado por el maestro compasivo.

La confesión de las caídas [y fallos] se debería hacer tal como se ha explicado en los votos mayores y menores. La confesión de negatividades se debería hacer con los cuatro poderes.

Del *Sutra de los Cuatro Dharmas*:

Jampa, a pesar de crear y acumular negatividades, si Bodhisattvas tienen los cuatro Dharmas, estas negatividades se pueden eliminar. Los cuatro son: rigurosa aplicación de fuerte rechazo; rigurosa aplicación del antídoto; el poder de abandonar el fallo y el poder de la base.

Si se pueden eliminar karmas creados y acumulados que son definitivos (de ser experimentados), entonces ni hace falta hablar sobre los que no son definitivos (de ser experimentados).

- El primer poder: Arrepentirse mucho del karma no-virtuoso que uno ha creado. Para hacer esto hay que meditar bien en como el karma no-virtuoso produce sus tres tipos de resultados⁷.
- El segundo poder: Tal como está explicado en el *Compendio de Entrenamientos*⁸ uno se puede basar en los Sutras profundos, uno puede meditar en la vacuidad, basarse en recitaciones, basarse en la forma sagrada, basarse en ofrendas y basarse en nombres.
- El tercer poder: Evitar desde este momento sin fallo la creación de más negatividades.
- El cuarto poder: Meditar en la bodhicitta y demás

Aquí el primer poder está explicado en detalle. Uno ha de recordar el momento de la negatividad, la causa, la puerta, la acción, el objeto y cuantas veces uno lo ha hecho.

⁷ El resultado de maduración, el resultado similar a la causa y el resultado del entorno

⁸ De Shantideva

Presentación en detalle

(El poder de riguroso rechazo; el poder de la base; el poder de rigurosa aplicación del antídoto; el poder de abandonar el fallo)

El poder de riguroso rechazo

(Generar arrepentimiento a través del análisis de la manera de crear las negatividades; meditar en el arrepentimiento a través del miedo de morir con negatividad y tomar refugio; meditar en el arrepentimiento a través de una reflexión elaborada sobre como la acumulación de negatividad no tiene sentido; reflexionar sobre como la negatividad es horrorosa)

Generar arrepentimiento a través del análisis de la manera de crear las negatividades

(Suplicar a los objetos de la confesión; confesión general desde el punto de vista de tiempo, causa, aspecto y demás; confesar negatividades fuertes generadas hacia objetos especiales; confesar con arrepentimiento generado por contemplación del resultado desagradable de la no-virtud)

Suplicar a los objetos de la confesión

Juntando mis manos
suplico a los budas y bodisatvas
que poseen la gran compasión
y residen en todas las direcciones. [27]

Juntando las manos suplico a los budas completamente iluminados y a los Bodhisattvas que poseen la gran compasión y residen en todas las direcciones para escuchar mi lamentable confesión de negatividades.

Confesión general desde el punto de vista de tiempo, causa, aspecto y demás

En toda la existencia cíclica que no tiene principio,
en esta vida y en las demás,
debido a la ignorancia he cometido acciones malvadas
y he hecho que (otros) las cometieran. [28]

Abrumado por los engaños de la ignorancia
me he alegrado de lo que se había hecho,
pero ahora al ver estos errores

los confieso desde lo más profundo del corazón a todos los budas. [29]

Desde tiempo sin principio he estado dando vueltas en la existencia cíclica. Confieso todas las negatividades cometidas en esta y otras vidas por estar confundido en cuanto al resultado de la

maduración del karma.

Confieso tanto las negatividades que he cometido yo mismo como las que he inducido a cometer a otros. Además confieso haberme regocijado de las negatividades de otros por causa de estar oprimido por la confusión de la ignorancia en cuanto a la ley de causa y efecto.

Generando comprensión de estos fallos míos me arrepiento y los confieso desde el fondo de mi corazón delante de los protectores, sin esconderlos.

Confesar negatividades fuertes generadas hacia objetos especiales

Todas las acciones dañinas de cuerpo, palabra y mente
que he realizado con un estado mental perturbado
contra las tres joyas de refugio,
mis padres, mis maestros espirituales y otros, [30]

Yo, siendo una persona confundida, confieso todas las negatividades cometidas bajo el poder de los tres venenos a través de mis tres puertas de cuerpo, habla y mente hacia las tres joyas, mis padres y otros campos de mérito como mis profesores y otros.

Confesar con arrepentimiento generado por contemplación del resultado desagradable de la non-virtud

Y todas las graves equivocaciones que he cometido,
tan negativas y polucionadas,
tal abundancia de faltas,
las declaro abiertamente a los Guías del Mundo. [31]

Yo, este pecador bajo el poder de la abundancia de los fallos del apego y similares, las causas que producen el resultado de los infiernos y demás, he creado muchos karmas negativos fuertes, tal como matar. Cualquier negatividad espantosa, creada por mí, la confieso ante los guías de todos los seres.

Meditar en el arrepentimiento a través del miedo de morir con negatividad y tomar refugio

Es fácil que muera antes de haber purificado mis negatividades;
por lo tanto os ruego que me protegáis
de modo que me libere de ellas
rápidamente y con seguridad. [32]

Si no confieso de una vez mis negatividades, el señor de la muerte me matará prematuramente mientras aún tenga negatividades sin purificar y voy a ir a los reinos inferiores. Por lo tanto suplico que me rescatéis de cualquiera de las maneras para liberarme rápido de [todas/estas] negatividades.

El señor de la muerte, en quien no se puede confiar,
no espera a que las cosas se hagan o deshagan.
Esté enfermo o tenga salud
esta vida fugaz es inestable. [33]

Disputa: ¿Por qué es necesario ser rescatado rápido si uno no va a morir antes de haber terminado con la purificación de su karma?

Respuesta: Uno no se puede fiar de este señor de la muerte ni un momento. Vendrá independientemente de si uno ha purificado o no sus negatividades, independientemente de si uno ha terminado o no sus proyectos, y así sucesivamente.

Por consiguiente uno muere de forma adventicia, estando enfermo o no, si se acaba la vida o no; y no es seguro si uno muere hoy o no. Por lo tanto hay que darse prisa con la purificación.

Meditar en el arrepentimiento a través de una reflexión elaborada sobre como la acumulación de negatividad no tiene sentido

(Arrepentimiento de haber creado negatividades por amigos, familia, cuerpo y riqueza sin saber que son inestables; un ejemplo para como en el momento de la muerte meramente es una memoria; arrepentimiento de haber causado negatividades por ellos a pesar de ver ahora directamente que son inestables; arrepentimiento de haber generado negatividades por falta de no realizar la incertidumbre del momento de la propia muerte)

Arrepentimiento de haber creado negatividades por amigos, familia, cuerpo y riqueza sin saber que son inestables

Dejando todo debo partir solo,
pero por no haberlo entendido
he cometido distintos tipos de negatividades
por mis amigos y enemigos. [34]
Mis enemigos se convertirán en nada,
mis amigos se convertirán en nada,
yo también me convertiré en nada,
igual que todo se convertirá en nada. [35]

Mis amigos, mis pertenencias e incluso la carne y hueso con lo que he nacido, dejando todo atrás tengo que partir hacia el otro lado.

Por falta de entenderlo he generado muchas negatividades al proteger mis amigos y hacer daño a mis enemigos. Me arrepiento.

No es apropiado crear negatividades para los que no son mis amigos, los amigos y para mí mismo, porque los tres desaparecen en seguida.

De la misma manera mi familia, mis pertenencias y todo lo demás va a desaparecer. No me puedo fiar de todo ello en absoluto por lo que cualquier negatividad cometida por apego o enfado es lamentable.

Un ejemplo para como en el momento de la muerte meramente es una memoria

Como en un sueño,

todo lo que experimento se convertirá en una memoria.

Todo lo que ya ha pasado no se volverá a ver. [36]

La pequeña felicidad por ejemplo, experimentada durante un sueño al despertar se convierte en mera memoria. De la misma manera, los objetos que imaginamos que nos iban a proporcionar felicidad y con los que interactuamos al principio, solo serán memorias en el momento de la muerte.

Por eso uno debería tomar la decisión de practicar el Dharma ahora mismo una y otra vez. Uno por uno los objetos se convierten en algo pasado, algo que ya no se puede observar y que únicamente será una memoria.

Arrepentimiento de haber causado negatividades por ellos a pesar de ver ahora directamente que son inestables

Incluso durante esta vida breve,

muchos amigos y enemigos han desaparecido,

pero cualquier maldad insoportable que haya cometido

por ellos permanecerá delante de mí. [37]

Además, incluso durante el tiempo breve de nuestra vida podemos ver de nuestra propia experiencia como muchos amigos y enemigos han muerto. Y porque el resultado de maduración aterrador de este karma creado por otros nos espera en el futuro, no puede ser compartido con otros. ¿Para qué entonces nos sirven amigos que nos obstruyen?

Uno debería reflexionar en esto una y otra vez tal como se enseña y generar arrepentimiento por todas las negatividades que cometemos por ellos.

Arrepentimiento de haber generado negatividades por falta de no realizar la incertidumbre del momento de la propia muerte

Así, por no haber comprendido que desapareceré de repente,
debido a la ignorancia, la lujuria y el odio
he cometido tantas negatividades. [38]

Así está explicada mi naturaleza transitoria; una mera vida muy breve con la incertidumbre en cuanto al momento de la muerte. No entendiendo esto, he creado una multitud de negatividades por ignorancia, apego y enfado.

Porque la negatividad fuerza uno a caer en los infiernos, uno debería meditar a menudo en el arrepentimiento de haber creado estas negatividades; a través de la contemplación de la certidumbre de la muerte, la incertidumbre del momento de la muerte, que en el momento de la muerte únicamente el Dharma nos beneficia y en las desventajas de los reinos inferiores.

Reflexionar sobre como la negatividad es horrorosa

(Porque la vida no se puede alargar y se va acabando continuamente es cierto que uno va a morir y si uno muere con negatividad es horroroso; si uno no purifica la negatividad hay que experimentar sufrimiento incluso en esta vida; la razón porque es tan horroroso; la manera como el sufrimiento abrumará a uno más tarde)

Porque la vida no se puede alargar y se va acabando continuamente es cierto que uno va a morir y si uno muere con negatividad es horroroso

Sin detenerse ni de día ni de noche,
la vida pasa y nunca se hace más larga,
¿por qué la muerte no habría de llegarle
a alguien como yo? [39]

No importa si uno camina, está sentado o tumbado; sin que ni el día ni la noche permanezca ni para un momento esta vida se va acabando constantemente y es imposible añadir nada que alargue esta vida. ¿Cómo no sería esto razón para morir para alguien como yo? Seguro que lo es. Porque es seguro que uno va a morir y el momento de la muerte no es cierto, uno debería esforzarse en la purificación de negatividades.

Si uno no purifica negatividades, tendrá que experimentar sufrimiento incluso en esta misma vida

(Si no purificamos negatividades, los amigos y la familia no podrán salvarnos del sufrimiento de ser cortado nuestro poder de vida; es horroroso por no haber creado mérito; el arrepentimiento se va a apoderar de mi)

Si no purificamos negatividades, los amigos y la familia no podrán salvarnos del sufrimiento de ser cortado nuestro poder de vida

Mientras esté tendido en mi cama,
aunque esté rodeado por mis amigos y parientes,
la sensación de que la vida se acaba
la experimentaré yo solo. [40]
Cuando me agarren los mensajeros de la muerte,
¿en qué me podrán beneficiar los amigos y parientes? [41ab]

Si no creo mérito, entonces en el momento de la muerte, cuando esté tendido en el lecho, aunque esté rodeado de amigos y parientes con su amor y sus lamentos, tendré que experimentar solo la sensación de sufrimiento de haber acabado el tiempo de mi vida.

Y no solo es que nada calme mi miedo; además, ¿para qué me sirven los amigos y parientes contra los mensajeros de la muerte cuando agarren mi carne miedosa? No sirven para nada; únicamente el Dharma me puede salvar en este momento.

Es horroroso por no haber creado mérito

Entonces sólo mi mérito me protegerá,
pero nunca he contado con eso. [41cd]

En este momento, solo méritos como el refugio, la moralidad y otros es el refugio supremo; pero tampoco me he apoyado en ellos. Me arrepiento de no haber practicado virtud.

El arrepentimiento se va a apoderar de mi

Protectores, tan despreocupado e inconsciente de estos terrores,
he acumulado una gran cantidad de negatividades
por esta vida transitoria. [42]

Después de mencionar el objeto de refugio como *Protector*, dice: Yo, este ser irresponsable, no estaba buscando los peligros de los reinos inferiores y tampoco los conocía. Pero en esta vida transitoria, para los amigos y demás, he creado sin parar negatividades. De esto me arrepiento.

la razón porque es tan horroroso

La persona a la que hoy llevan
a la cámara de las torturas está petrificada;

con la boca seca y los ojos hundidos y atemorizados.

Toda su apariencia está transfigurada. [43]

¿Qué necesidad hay de mencionar la tremenda desesperación
que sentiré cuando sea golpeado por la enfermedad del gran pánico
y sujetado por las formas físicas
de los terroríficos mensajeros de la muerte? [44]

Alguien que hoy mismo está llevado por otros al lugar donde le cortarán los miembros tendrá miedo. Su boca estará seca, estará pálido, sus ojos le escuecen y etc. Por ello su apariencia será muy diferente que antes.

Si es así, ni hace falta mencionar el terror de la persona tan pobre, cuya carne está agarrada por los mensajeros de la muerte y que teme su muerte. Esta persona tendrá mucho miedo.

¡Por lo tanto, arrepíentete de tu negatividad!

La manera como el sufrimiento abrumará a uno más tarde

¿Quién me puede proporcionar una protección real ante ese gran horror?

Con ojos aterrorizados y fuera de las órbitas buscaré refugio
en todas las direcciones, [45]

Pero al no encontrar allí refugio
me veré envuelto en la desesperación.

Si no hay protección allí, entonces,

¿qué podré hacer? [46]

Al renacer en los infiernos y ver los guardianes allí uno genera mucho miedo y grita, ‘Ay ¿quién me podrá salvar de este miedo terrible?’

Con los ojos aterrorizados uno busca un refugio en las cuatro direcciones. Al no encontrarlo a pesar de la búsqueda la mente se envuelve en oscuridad. Por lo tanto, deberíamos tomar refugio en las tres joyas ahora mismo.

Si no hay ningún refugio en los infiernos que nos proteja de los peligros, no habrá remedio y por lo tanto, tendremos que esforzarnos ahora mismo para liberarnos de las causas de estos peligros.

El Poder de la Base

(Empezar ahora de confiar en el refugio de las tres joyas; Confiar en los hijos de los conquistadores que hacen muchas oraciones; Practicar según los consejos después de haber tomado refugio)

Empezar ahora de confiar en el refugio de las tres joyas

Por eso ahora me refugio
en los budas que protegen el mundo,
que se esfuerzan en cobijar a todo lo que vive
y erradicar con gran fuerza todo el miedo. [47]

También me refugio de un modo puro
en el Dharma que han conocido,
que elimina los miedos de la existencia cíclica,
y también en la asamblea de los bodisatvas. [48]

Por mucho buscar, no se encuentra un refugio si uno renace en los reinos inferiores. Por eso, rápidamente tomo refugio en el Victorioso, el protector de los seres vivos, que se esfuerza en cobijar a todo lo que vive, y que tiene la capacidad perfecta de eliminar todos los peligros poderosos.

Además, acepto el Dharma que él comprendió y enseñó, la joya del Dharma, que elimina todos los miedos de la existencia cíclica. También acepto la asamblea de Bodhisattvas, que han logrado el estado de un ser supremo; los acepto como amigos en la práctica del Dharma y perfectamente tomo refugio en ellos.

Confiar en los hijos de los conquistadores que hacen muchas oraciones

Temblando de miedo
me ofrezco a Samantabhadra
y también ofrezco mi cuerpo a Manjugosha. [49]
Al protector Avalokiteshvara,
que infaliblemente actúa con compasión,
le grito apenado: “Por favor, protege a este pecador”. [50]

Teniendo miedo de los terrores de los reinos inferiores me ofrezco al Hijo de los Victoriosos, a Samantabhadra, el que tiene el poder de las oraciones. Le suplico que me salve de estos miedos.

De la misma manera, sin que otros me fuercen, ofrezco mi cuerpo a Manjusri con una mente lúcida y la misma súplica. Y a ti, Avalokitesvara, cuyas acciones altruistas y puras para el bien de los demás son motivadas por compasión y salen de una manera espontánea e ininterrumpida. Aterrorizado te suplico de salvarme; yo que soy lamentable por estos peligros. Por favor, sálvame a mí, el pecador. Así suplico.

Buscando refugio ruego de corazón
a Akashagarbha, Ksitigarbha
y a todos los protectores compasivos. [51]
Y me refugio en Vajrapani,

ante cuya visión todos los seres dañinos,
como los mensajeros de la muerte,
huyen despavoridos en todas direcciones. [52]

De la misma manera tomo refugio en los Bodhisattvas Akashagarbha y Ksitigarbha; tomo refugio en todos los protectores muy compasivos y llenos de amor, que han eliminado todos los oscurecimientos. Les suplico desde el fondo de mi corazón, ¡Salvadme!

Además tomo refugio en Vajrapani, que nada más verlo, hace que los mensajeros de la muerte huyan en las cuatro direcciones.

Practicar según los consejos después de haber tomado refugio

Antes no seguí vuestros consejos,
pero ahora al ver este gran temor,
tomo refugio y por hacerlo
que este miedo desaparezca rápidamente. [53]

Antes no seguí vuestros consejos, cometía negatividades y no practicaba virtud. Ahora, al ver la infinidad de la existencia cíclica y el gran temor de los reinos inferiores, tomo refugio en vosotros.

A causa de poner en práctica lo que se tiene que adoptar y eliminar según vuestro consejo, suplico que se eliminen rápidamente todos mis miedos.

El poder de rigurosa aplicación del antídoto

(Por qué es correcto esforzarse en purificar negatividades; Por qué es correcto esforzarse de purificarlas pronto)

Por qué es correcto esforzarse en purificar negatividades

(Mostrar la necesidad de una purificación rápida con el ejemplo de una enfermedad; mostrando la necesidad de relacionarlo con el ejemplo del abismo)

Mostrar la necesidad de una purificación rápida con el ejemplo de una enfermedad

(El significado del ejemplo; la enfermedad de los tres venenos tiene mucho peligro y la medicina para eliminarla es rara; es correcto practicar según el consejo del doctor supremo)

El significado del ejemplo

Si necesito seguir los consejos del médico
cuando estoy atemorizado por una enfermedad común,
cuánto más al estar perpetuamente enfermo
por las distintas negatividades del deseo y demás. [54]

Si uno tiene miedo de morir de una enfermedad común como un desequilibrio de los vientos internos o bilis, hay que seguir las instrucciones del doctor para eliminar la enfermedad.

En este caso ni hace falta mencionar, que es correcto confiar en el antídoto según las instrucciones del Victorioso, del doctor supremo, para curarse de la gran enfermedad crónica de los tres venenos de apego, odio e ignorancia. Desde tiempos sin principio hemos estado bajo el poder de cientos de miles de negatividades. Es correcto confiar en el antídoto a la negatividad.

La enfermedad de los tres venenos tiene mucho peligro y la medicina para eliminarla es rara

Si toda la gente que vive en esta tierra
puede ser vencida por sólo una de éstas negatividades,
y no se puede encontrar otra medicina para curarles
en ningún otro lugar del universo [55]

Incluso un momento de odio hacia un Bodhisattva puede destruir todos los humanos en esta tierra y tirarlos a los reinos inferiores. La medicina contra esta gran enfermedad, la meditación en el camino y demás, no se encuentra en otro lugar aparte de los textos que la enseñan. Si no se encuentra en otro lugar, como por ejemplo el mundo de Brahma y demás, se considera raro.

Es correcto practicar según el consejo del doctor supremo

Entonces la intención de no actuar de acuerdo
con el consejo de los Doctores
que todo lo conocen, que pueden eliminar de raíz todo el sufrimiento,
es extremadamente desconcertante y merecedora de desprecio. [56]

Si, en lugar de poner en práctica el consejo del doctor omnisciente, el que conoce todas las medicinas para eliminar la enfermedad de las aflicciones y que libera de todo el dolor de estas aflicciones, uno se queda obsesionado con las causas de la existencia cíclica y de los reinos inferiores, entonces será criticado por sus acciones extremadamente ignorantes.

Por lo tanto, uno debería tomar refugio en el maestro desde el fondo del corazón y practicar el

Dharma mostrado por él.

Mostrando la necesidad de relacionarlo con el ejemplo del abismo

Si tengo que tener cuidado
cerca de un pequeño precipicio,
cuánto más cuando estoy cerca de uno muy profundo
que cae miles de kilómetros. [57]

Ya en lugares no tan altos como colinas hay que tener cuidado para no caerse y herirse. No hace falta mencionar entonces el abismo enorme de treinta-y-dos-mil bagtse (aquí indicado sólo por un mil) donde, si uno cae, tendrá que quedarse por mucho tiempo.

Hay que confiar en el antídoto para las aflicciones.

Por qué es correcto esforzarse de purificarlas pronto

(Esfuézate en practicar el antídoto ya hoy; no es correcto estar perezoso en la meditación del camino porque hay razón de tener miedo del sufrimiento)

Esfuézate en practicar el antídoto ya hoy

No es apropiado disfrutar
pensando que hoy no moriré,
porque inevitablemente llegará el momento
en que me convertiré en nada. [58]

Igual uno piense que aunque sea necesario esforzarse en la práctica del antídoto, es suficiente de empezar el próximo mes o año.

Respuesta: Es correcto empezar ya hoy mismo porque no es correcto quedarse tranquilo y perezoso sin aplicar el antídoto y pensando que hoy uno no va a morir. Como no es cierto que uno no va a morir hoy, lo más probable es que mañana uno ya no exista.

Por lo tanto no voy a estar perezoso sino empezar con mi esfuerzo ya hoy.

De la *Carta de Kanika*:

*Aquello de dejar para mañana, hoy hago esto -
Tal conducta no es correcta
Porque el momento de la muerte,
El mañana está llegando*

No es correcto ser perezoso en la meditación del camino porque hay razón de tener miedo del sufrimiento

¿Quién puede concederme el valor?
¿Cómo me puedo liberar de esto con seguridad?
Si inevitablemente me convertiré en nada,
¿cómo puedo relajarme y disfrutar? [59]

Disputa: No vale la pena tener miedo de la muerte, porque de todos modos tengo que morir, por lo tanto no tendré miedo.

Respuesta: Vemos como todos los demás mueren y el peligro de morir y caer en los reinos inferiores también es para nosotros. Qué persona sagrada sería capaz de liberarnos de este peligro, sólo por decir, 'No necesitas temer la muerte y las negatividades'.

Porque nadie nos puede conceder la libertad de la muerte y las negatividades, ¿cómo podemos lograr la libertad si no hacemos esfuerzo para cultivar el antídoto? No es posible, y cuando muramos seguramente dejaremos de existir.

¿Por qué te quedas entonces, por la fuerza de la pereza, con la mente contenta y no te esfuerzas en cultivar el antídoto contra las negatividades? Esto no es correcto. Esfuérzate en la meditación del antídoto.

El poder de abandonar el fallo

(Contenerse a partir de ahora por arrepentirse de la negatividad; confesar lo que uno ha hecho antes; hacer la promesa de evitar la negatividad después de suplicar)

Contenerse a partir de ahora por arrepentirse de la negatividad

(purificar la negatividad que no tiene sentido; hacer esfuerzo día y noche para liberarse de negatividades)

Purificar la negatividad que no tiene sentido

(No es correcto tener apego porque los bienes son inestables; no es correcto tener apego a la familia y los demás)

No es correcto tener apego porque los bienes son inestables

¿Qué me queda ahora
de las experiencias terminadas del pasado?
Pero por mi gran apego hacia ellas
he ido en contra de los consejos de mis maestros espirituales. [60]

Las previas experiencias placenteras en el pasado eran inestables y ya no existen. ¿Qué queda de estos placeres que pensaba que tenían algo real? No queda nada. Por lo tanto, arrepíentete de haber transgredido el consejo de tus maestros y de haber generado negatividades, pensando que eran reales estos fenómenos y aferrándote a ellos.

No es correcto tener apego a la familia y los demás

Si cuando haya dejado esta vida
y todos mis amigos y parientes,
debo partir solo,
¿de qué me sirve hacer amigos y enemigos? [61]

Este cuerpo no tiene esencia mientras esté vivo, y de esta manera tengo que dejar atrás a mi familia y los demás e ir solo, sin saber la dirección y sin libertad. Amigo o enemigo, no importa; no me pueden ayudar en absoluto y no es correcto tenerles apego.

Hacer esfuerzo día y noche para liberarse de negatividades

¿Cómo puedo liberarme con seguridad de lo negativo,
la fuente de todo el sufrimiento?
Continuamente, día y noche,
debería considerar sólo esto. [62]

De acciones no-virtuosas como matar y demás surge el sufrimiento de los infiernos y demás.
¿Cómo puedo liberarme de ello?

Es correcto que reflexione día y noche sobre causa y efecto del Karma. Si uno no tiene confianza en ello, tampoco uno puede tener confianza en ningún Dharma que plazca al Victorioso. Por lo tanto todos deberían esforzarse en ello.

Algunos dicen que conocen el significado de la vacuidad pero no valoran el Karma; evidentemente esto es un error. No han entendido que la vacuidad, de hecho, es Origen Dependiente.

Confesar lo que uno ha hecho antes

(Lo que uno tiene que confesar; la manera de confesarlo)

Lo que uno tiene que confesar

Todo lo que haya hecho por ignorancia
y por no saber,
sea el romper un voto
y las acciones erróneas por naturaleza [63]

He creado todo tipo de negatividades a causa de mi ignorancia de la ley de causa y efecto del Karma. He creado, por mí mismo y otros, tanto las acciones negativas declaradas que comete una persona con votos, como las acciones negativas naturales que comete una persona sin votos

La manera de confesarlo

Lo confieso todo humildemente
en presencia de los protectores,
juntando mis manos me postro una y otra vez,
con una mente aterrorizada por el sufrimiento (futuro). [64]

Deberíamos confesar todas nuestras negatividades, postrándonos una y otra vez delante de los Budas y sus hijos, juntando nuestras manos y con una mente aterrorizada por ver el peligro de las negatividades.

Hacer la promesa de evitar la negatividad después de suplicar

Suplico a todos los Guías del Mundo que,
por favor, me acepten con todas mis maldades y equivocaciones.
Comprendo que no son buenas
y en el futuro no las volveré a cometer. [65]

Guías del Mundo, para estas razones os ruego aceptéis mis negatividades como errores. Puesto que no son beneficiosas, prometo no volver a cometerlas, ni a coste de mi vida.

Hazlo de esta manera, prometiendo no volver a cometer la negatividad, ni a coste de tu propia vida.

Aunque se expliquen muchas maneras de purificación en las enseñanzas y comentarios, la purificación con los cuatro poderes completos es la manera de purificar. Que incluso purifica el Karma que es definitivo de ser experimentado se explica en el *Togke Barwa* y en *El Gran*

Comentario del Sutra de Ocho-Mil Versos.

Nosotros, que no conocemos bien las sutilezas de la ley karmica de causa y efecto, y que, aún entendiendo un poco, no practicamos lo que hay que abandonar y lo que hay que lograr, deberíamos confesar cada día, ininterrumpidamente a través de los cuatro poderes.

Sobre todo deberíamos practicar prestando atención en la purificación de los obstáculos a la generación de la Bodhicitta.

Verso para resumir

Siendo arrogante y engreído por el apego y los celos, uno no va a generar la mente suprema. Por lo tanto confiesa cualquier fallo de cuerpo, habla y mente delante de los protectores desde el fondo de tu corazón.

El nombre del capítulo

Este es el capítulo sobre la confesión de negatividades,

El segundo de la Introducción a la conducta de los Bodhisattvas.

Este es el comentario al segundo capítulo llamado *Purificar Negatividades* del comentario a la *Introducción a las Acciones de Bodhisattvas*, llamado *La Entrada para los Hijos de los Victoriosos*.