

El Fundamento de Todas las Buenas Cualidades

Esta oración es un repaso de las meditaciones del camino gradual o lamrim. Podemos refrescar estas meditaciones tomando un tiempo para meditar sobre cada una de ellas cuando tengamos tiempo.

Nota:

- *Rinpoche ha indicado que esta sección puede ser obviada en casos de emergencia sin faltar a las condiciones de compromiso del Ngondro.*

Meditación en la Devoción al Guru:

**Viendo que el bondadoso y sagrado Guru
es el fundamento de todas las buenas cualidades,
y que la confianza adecuada en el Guru es la raíz del sendero,
pido bendiciones para confiar en el Guru
con gran respeto nacido del esfuerzo constante.**

Meditación en el Precioso Renacimiento Humano:

**Reconociendo la rareza y gran significación de este precioso renacimiento humano
que es la maravillosa base de una oportunidad obtenida solamente una vez,
pido bendiciones para generar ininterrumpidamente de día y de noche,
la mente que busca sólo lo que es esencial para obtener el Buddhado.**

Meditación sobre la Muerte y la Impermanencia:

**Recordando que la muerte rápidamente destruirá mi inconstante cuerpo y mi vida,
que son como burbujas en un arroyo, yo, obteniendo un firme reconocimiento
de que los efectos de mis acciones blancas y negras
me seguirán después de mi muerte
como la sombra de un cuerpo, pido bendiciones para cuidarme de evitar
aún las faltas más sutiles, y para lograr sólo lo que es virtuoso.**

Meditación en el Sufrimiento:

**Consciente de las desventajas de los bienes mundanos – por ser insatisfactorios
al ser consumidos, poco confiables y son la puerta a todo sufrimiento–
pido bendiciones para generar el gran esfuerzo por el gozo de la liberación.**

Meditación en la Renunciación:

**Pido bendiciones para tomar como mi práctica esencial
las guías para la liberación individual, los votos Pratimoksha,
que son la raíz del Dharma, y hacerlo con la mayor conciencia e introspección
inducida por el pensamiento puro de la renunciación al samsara
y luchando por la liberación.**

Meditación en la Bodhichitta:

**Viendo que, así como he caído en el océano del samsara,
también así los seres transmigradores que han sido mis madres,
pido bendiciones para desarrollar el pensamiento supremo de la iluminación,**

que toma sobre sí la carga de liberar a los seres transmigradores.

Meditación en la Conducta Ética:

Viendo que si genero sólo el pensamiento de la iluminación y no cultivo los tres tipos de moralidad del bodhisattva, no obtendré la iluminación, pido bendiciones para adiestrarme asiduamente en los votos de los herederos de los Conquistadores, los bodhisattvas.

Meditación en la Vacuidad:

Pido bendiciones para generar rápidamente en mi continuo mental la unión de la quietud y la percepción, a través de pacificar la mente que vaga hacia objetos falsos e investiga apropiadamente el objeto último, la vacuidad.

Adiestramiento Mental:

Cuando me haya convertido en un recipiente espiritual apropiado, adiestrado en el sendero del Vehículo de la Perfección Común, pido bendiciones para felizmente entrar en el vehículo más elevado, el Vajrayana, el barco sagrado que cruza a los seres afortunados.

Obteniendo entonces la certeza de que debo guardar los votos tántricos puros que son el fundamento de los logros mundanos y transcendentales, pido bendiciones para guardarlos aún a riesgo de mi vida.

Comprendiendo entonces lo esencial en las etapas de generación y consumación que son el corazón de las cuatro clases de tantra, pido bendiciones para practicar de acuerdo con las enseñanzas de los seres sagrados, sin abandonar la práctica del yoga en cuatro sesiones diarias.

Peticiones:

Que los maestros que enseñan el sendero del bien y los amigos que lo practican correctamente, tengan larga vida. Pido bendiciones para rápidamente pacificar las obstrucciones externas e internas.

Que en todas mis vidas nunca me encuentre separado de maestros perfectos y que disfrute del esplendor del Dharma. habiendo perfeccionado las buenas cualidades de los diez niveles del bodhisattva y de los cinco senderos, que pueda rápidamente obtener el rango de Vajradhara.