

Los ocho preceptos mahayana: La ceremonia propiamente dicha

[Nota: la práctica completa para tomar los ocho preceptos mahayana se encuentra en el cuaderno de prácticas suministrado con este módulo, Extraer la esencia, pág. 25. Si es la primera vez que se toman los preceptos, basándose en el video, hay que recitar primero las oraciones preliminares de las páginas 25-29 y completar después el resto de la práctica con el video y siguiendo el texto de la práctica. Al llegar tanto a la oración para tomar los preceptos (pág. 30) como al mantra de la moralidad pura (pág. 33), hay que recitarlos tres veces después de que lo recite Rimpoché, para recibir la transmisión oral.]

[Oraciones preliminares, págs. 25-29 del cuaderno de prácticas *Extraer la esencia*.]

[Video n° 12: «Ceremonia de los preceptos»]

Hacer tres postraciones.

Aquí hay que visualizar el lama, ya que los ocho preceptos mahayana no vienen del sutra sino del kriya tantra, razón también por la que se evitan los alimentos negros. El kriya tantra enfatiza mantener la pureza del cuerpo porque ayuda en la meditación, y es por eso por lo que hay que evitar los alimentos negros¹. El kriya tantra es un yoga externo, y ésta es la razón por la que en los ocho preceptos mahayana no se incluyen los votos pratimoksha. Así que el no comer alimentos negros al tomar los ocho preceptos mahayana proviene del kriya tantra. Visualizad al lama como Buda Shakyamuni, rodeado de innumerable budas y bodisatvas.

[Rimpoché recita línea a línea, y los estudiantes van repitiendo después:]

CHHOG CHU NA ZHUG PÄI SANG GYÄ DANG JANG CHHUB SEM PA THAM CHÄ
DAG LA GONG SU SÖL

Budas y bodisatvas que residís en las diez direcciones, os ruego que
me prestéis atención

LOB PÖN GONG SU SÖL

Esto está en el texto tibetano, pero no en el traducido², *lob pön gong su sol*. *Lob pön* es la guía del discípulo, el preceptor o guía del discípulo que le conduce por el sendero de la liberación, y a quien rogáis que os preste atención.

Los tathagatas, destructores de enemigos y los budas completamente perfectos del pasado, al igual que el sabio corcel celestial y el gran elefante,

hicieron lo que había que hacer y, al actuar, dejaron tras de sí su carga y lograron su propio bienestar,

rompieron por completo sus ataduras a la existencia y consiguieron un habla perfecta,

una mente liberada y una sabiduría liberada.

Para lograr el bienestar de los seres, para beneficiarlos, para liberarlos, para eliminar el hambre, para eliminar

¹ Los alimentos negros que hay que evitar son: carne, huevos, cebolla, ajo y rábano.

² N.T. Añadido en el texto traducido.

la guerra, para detener el daño de los cuatro elementos, para
eliminar la enfermedad,
para completar las treinta y siete prácticas en armonía con la
iluminación
y para lograr de manera definitiva el resultado insuperable de la
iluminación perfecta y completa, tomaron de manera perfecta la
ordenación que restaura y purifica.

La línea «para eliminar la guerra, para detener el daño de los cuatro elementos» no se encuentra en la oración original, pero he pensado que era bueno añadirla porque hay tantas guerras que los ocho preceptos mahayana también podrían tomarse como un antídoto para ellas.

«Para detener el daño de los cuatro elementos»: también se ha añadido el daño de los cuatro elementos. En los Estados Unidos de América ha habido muchos incendios en un año, especialmente en California, y también ha habido incendios en Australia, por ello, ampliamos el propósito de tomar los ocho preceptos mahayana, con lo que se vuelve muy beneficioso. El gobierno no nos pide que los tomemos, lo hacemos de corazón y el gobierno tampoco ha de pagarnos por hacerlo.

«...para eliminar la enfermedad,
para completar las treinta y siete prácticas en armonía con la iluminación
y para lograr de manera definitiva el resultado insuperable de la iluminación perfecta y completa, tomaron de manera perfecta la ordenación que restaura y purifica.»

Al igual que ellos, yo, que me llamo [di tu nombre], desde ahora
hasta mañana al amanecer,
para el bienestar de todos los seres, para beneficiarlos,
para liberarlos, para eliminar el hambre y para eliminar
la guerra, detener el daño de los cuatro elementos, para eliminar la
enfermedad,
completar las treinta y siete prácticas en armonía con la iluminación
y para lograr de manera definitiva el resultado insuperable de la
iluminación perfecta y completa, voy a tomar de manera perfecta
la ordenación que restaura y purifica.

[Repetir la oración para tomar los preceptos, que va desde:]

Budas y bodisatvas que residís en las diez direcciones,
os ruego que me prestéis atención.

[etc., hasta:]

...voy a tomar de manera perfecta
la ordenación que restaura y purifica.

[Rimpoché dirige la tercera repetición en tibetano:]

CHOG CHU NA SHUG PÄI SANG GYÄ DANG JANG CHUB SEM PA TAM CHÄ DAG
LA GONG SU SÖL

**Budas y bodisatvas que residís en las diez direcciones, os ruego que
me prestéis atención.**

[LOB PÖN GONG SU SÖL] / JI TAR NGÖN GYI DE SHIN SHEG PA DRA

**[Maestro, te ruego que me prestes atención]. Los tathagatas,
CHOM PA YANG DAG PAR DSOG PÄI SANG GYÄ TA CHANG SHE
destructores de enemigos y los budas completamente perfectos del
pasado, al igual que el sabio corcel celestial y el gran elefante,
TA WU LANG PO CHEN PO JA WA JÄ SHING JE PA JÄ PA KHUR BOR WA
hicieron lo que había que hacer y, al actuar, dejaron tras de sí su
carga y lograron su propio bienestar,**

**RANG GI DÖN JE SU TOB PA / SI PAR KÜN TU JOR WA YONG SU SÄ PA
rompieron por completo sus ataduras a la existencia y consiguieron
un habla perfecta,**

**YANG DAG PÄI KA / LEG PAR NAM PAR DRÖL WÄI TUG / LEG PAR NAM PAR DRÖL
WÄI SHE RAB CHÄN /**

una mente liberada y una sabiduría liberada.

DE DAG GI / SEM CHÄN TAM CHÄ KYI DÖN GYI CHIR DANG /

**Para lograr el bienestar de los seres, para beneficiarlos,
PÄN PAR JA WÄI CHIR DANG / DRÖL WAR JA WÄI CHIR DANG /**

**para liberarlos, para eliminar el hambre, para eliminar
MU GE ME PAR JA WÄI CHIR DANG / NÄ ME PAR JA WÄI CHIR DANG /
la guerra, para detener el daño de los cuatro elementos, para
eliminar la enfermedad,**

**JANG CHUB KYI CHOG KYI CHÖ NAM YONG SU DSOG PAR JA WÄI CHIR DANG /
para completar las treinta y siete prácticas en armonía con la
iluminación**

**LA NA ME PA YANG DAG PAR DSOG PÄI JANG CHUB NGE PAR TOG PAR JA WÄI
CHIR DANG SO JONG YANG DAG PAR DSÄ PA**

**y para lograr de manera definitiva el resultado insuperable de la
iluminación perfecta y completa, tomaron de manera perfecta la
ordenación que restaura y purifica.**

**DE SHIN DU DAG [MING] (DI TU NOMBRE) DI SHE GYI WÄ KYANG DÜ DI NÄ SUNG TE
JI SI SANG ÑI MA MA SHAR GYI BAR DU /**

**Al igual que ellos, yo, que me llamo [di tu nombre], desde ahora
hasta mañana al amanecer,**

SEM CHÄN TAM CHÄ KYI DÖN GYI CHIR DANG

**para el bienestar de todos los seres, para beneficiarlos,
PÄN PAR JA WÄI CHIR DANG DRÖL WAR JA WÄI CHIR DANG**

**para liberarlos, para eliminar el hambre y para eliminar
MU GE ME PAR JA WÄI CHIR DANG NÄ ME PAR JA WÄI CHIR DANG**

la guerra, detener el daño de los cuatro elementos, para eliminar la
 enfermedad,
 JANG CHUB KYI CHOG KYI CHÖ NAM YONG SU DSOG PAR JA WÄI CHIR DANG
 completar las treinta y siete prácticas en armonía con la iluminación
 LA NA ME PA YANG DAG PAR DSOG PÄI JANG CHUB NGE PAR TOG PAR JA WÄI
 CHIR SO JONG
 y para lograr de manera definitiva el resultado insuperable de la
 iluminación perfecta y completa, voy a tomar de manera perfecta
 YANG DAG PAR LANG WAR GYI O
 la ordenación que restaura y purifica.

El texto dice hasta el amanecer, pero esto depende de cómo uno piense: hasta que la luz llegue a donde estemos o hasta el amanecer en el mundo. Tal vez en el campo, aunque no haya luz en la casa, si la mañana ya ha empezado y el brillo de las estrellas se ha ido, ese sería el inicio de la mañana. Si mirando hacia el este, ya hay una ligera claridad, ese es el inicio de la mañana. Cuando se hace un retiro de *ñung ne* de Chenrezig, si pensamos que es el amanecer, que es el inicio del nuevo día, entonces ya podemos comer y beber. Así que depende de cómo creamos que es con respecto a la luz en el lugar donde nos encontremos. Si durante el retiro de *ñung ne* creemos que esto es así, entonces podemos empezar a comer y a beber antes, en lugar de muchas horas más tarde, lo cual ayuda a que la gente no se canse demasiado, de modo que al ser más fácil se sentirán inspirados en el futuro para practicar *ñung ne* de nuevo. También, si se trata de un grupo como el de ahora, o si alguien se encuentra dirigiendo a un grupo, debería ayudar a la gente a que no se le haga demasiado difícil, para que lo repitan en un futuro. Khari Rimpoché, el gran bodisatva, o yogui, el lama que fundó el monasterio bajo Lawudo, hacía que durante el *ñung ne* todo el mundo se levantara a las tres en punto. Se colocaba a la entrada de la gompá y cuando llegaban los monjes, les daba un terrón de azúcar moreno con agua a aquellos que no habían ingerido agua o comida desde el día anterior, y parece ser que algunos vomitaban al tomarlo. Luego se servía té y *tugpa* a las tres en punto. Rimpoché decía que esto hacía que encontraran más fácil el *ñung ne* y que quisieran volver a practicarlo. Esto es de acuerdo con Khari Rimpoché, porque en realidad aun no hay luz a las tres sino que comienza a clarear después de las cuatro, así que esto es de acuerdo a la propia técnica de Rimpoché.

Se me ha olvidado dónde nos quedamos...

Aquí yo digo *tab yin no*, «éste es el método», y vosotros respondéis *leg so* [«excelente»].

Pensad entonces que habéis recibido los ocho preceptos mahayana del lama, a quien habéis visualizado como el maestro Shakyamuni, y de todos los budas y bodisatvas. Habéis de tomar la determinación profunda: «He recibido los ocho preceptos mahayana, la restauración que restaura y purifica, los ocho preceptos mahayana».

Pensad: «Abandono toda mala conducta», que quiere decir que a partir de ahora, durante un día, no mataremos. [*Oración de compromiso para mantener los preceptos:*] *Sog chö* es matar. En el texto traducido dice «así como los destructores de los enemigos [arhats] del pasado abandonaron», por lo que no sigue el texto tibetano. «De ahora en adelante no mataré, no robaré las posesiones de los demás, no me involucraré en actividad sexual». Aquí, en los ocho preceptos mahayana, esto significa mantener

cualquier actividad sexual. «No diré palabras falsas» (el texto traducido se aleja del tibetano).

Ahora, la traducción viene del tibetano:

«No me sentaré en tronos, grandes o altos», para evitar el orgullo, «o en camas costosas», o en pieles de leopardo, de tigre o de yeti. Estoy bromeando.

«No comeré a horas inapropiadas», lo cual significa después del mediodía. Ahora, el mediodía es a la una y cuarto según la hora solar, pero eso dependerá de si se sigue el reloj o el sol. Nosotros seguimos el sol, ésta es nuestra referencia, pero el punto es que no se comerá después de mediodía, y antes de este momento, se puede comer a cualquier hora.

Tri significa «perfume», *tregwa* es «mala» u «ornamentos». Por lo que se evitará usar perfume y llevar adornos que no se utilicen para el dharma. Si hay algo relacionado con el apego, tampoco se podrá usar. Después, «evitaré cantar, bailar y tocar música», aunque cuando en la práctica de dharma se canta, en términos generales la motivación es distinta.

«Así como los arhats han evitado las acciones erróneas, como tomar la vida de los demás, también yo evitaré matar y demás». «Que alcance rápidamente el despertar, y que los seres que experimentan los diversos sufrimientos se liberen del océano de la existencia cíclica». *Jig ten*, «este mundo», puede ser un lugar dependiente del cambio (cambio se refiere a los agregados, a los agregados con la cualidad de ser de la naturaleza del cambio, así que *jig ten*), un lugar donde hay tanto tormento como en un ciclón.

A continuación recitar el mantra para recibir y purificar los preceptos. Si uno es laico y ha tomado cuatro, cinco o tres preceptos de los votos pratimoksha, que se toman hasta la muerte, la recitación del mantra ayudará a mantener la pureza de los votos. Los monjes y monjas también pueden recitar este mantra para ayudar a mantener la pureza de los votos, puesto que mantiene la moralidad pura. Por la mañana, si se hacen postraciones a los 35 budas, al final uno se puede arrodillar y recitarlo siete veces [si es la primera vez que se toman los preceptos de Lama Zopa Rimpoché, recitar tres veces el mantra después de que lo haga Rimpoché en el video y continuar con 21 repeticiones].

OM AMOGHA SHILA SAMBHARA / BHARA BHARA / MAHA SHUDDHA SATTVA
PADMA VIBHUSHITA BHUJA / DHARA DHARA SAMANTA / AVALOKITE HUM PHAT
SVAHA (x21)

Dedicación

Que por todos los méritos pasados presentes y futuros acumulados por mí y por los otros, los incontables seres e incontables budas, pueda lograr completar la perfección de la ética pura y sin orgullo.

Que por todos los méritos pasados presentes y futuros acumulados por mí y por otros, que la bodichita nazca en el corazón de todos los seres.

Que por los méritos de los tres tiempos acumulados por mí mismo y por los otros, que existen pero no por sí mismos, sino que están totalmente vacíos, pueda yo, que no existo por mí mismo sino que estoy totalmente vacío, alcanzar el estado del despertar de Buda Shakyamuni, que existe, pero tampoco por sí mismo, y que además pueda yo

solo llevar por mí mismo a todos los seres que existen, pero no por sí mismos, al despertar de Buda Shakyamuni, que existe pero tampoco por sí mismo. *[Fin del video]*