

། །ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་གྱི་ཅ་བ་བཞུགས་སོ།

Los tres principales aspectos del camino de Lama Tsongkhapa

En este texto, Lama Tsonkahapa nos resume brevemente el camino a la iluminación en tres puntos esenciales: amarse a uno mismo (renuncia), amar a los demás (bodichita) y desarrollar una correcta visión de la realidad. Estos tres, son los fundamentos de cualquier practica espiritual que conducen a la iluminación y la esencia de todas las enseñanzas del Buda.

ངལ་གསོ་



NGALSO
Western Buddhism



ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ།

Los tres principales aspectos
del camino
de Lama Tsongkhapa

Lama Gangchen



Peace Publications

༄༅། །རྩི་བཙུན་སྒྲ་མ་རྣམས་ལ་སྤྱག་འཚའ་ལོ། །

རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀུན་གྱི་སྦྱིང་པོའི་དོན། །རྒྱལ་སྲས་དམ་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟུགས་
བའི་ལམ། །སྐལ་ལྷན་ཐར་འདོད་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་དོགས་དེ། །རྩི་ལྟར་རུས་བཞིན་
བདག་གིས་བཤད་པར་བྱ། །

Yetsun lama nam la chag tshel lo/

gyalwe sung rab kun gyi ñingpo don/ gyalse dampa nam kyi
nangpe lam/ kelden thardo namkyi yug ngog de/ yitar nu shin
dag gui she par ya/

gangdag sipe de la ma chag shing/ del yor don yu ya chir
tsonpa yi/ gyalwa gyepe lam la yi tonpe/ kalden dedag dangwe
yi kyi ñon/

namdag nguenyung mepar si tsho yi/ de dre doñer shiwe
thabme la/ si la kampa yi kyang luchen nam/ kun ne ching
chir thogmar nguenyung tsel/

གང་དག་སྲིད་པའི་བདེ་ལ་མ་ཆགས་ཤིང་། །དལ་འབྱོར་དོན་ཡོད་བྱ་བྱིར་བཙོན་པ་
ཡིས། །རྒྱལ་བ་དགེས་པའི་ལམ་ལ་ཡིད་ཚིན་བའི། །སྐལ་ལྷན་དེ་དག་དྲུང་བའི་ཡིད་
ཀྲིས་ཉོན། །

རྣམ་དག་ངེས་འབྱུང་མེད་པར་སྲིད་མཚོ་ཡི། །བདེ་འབྲས་དོན་གཉེར་ཞི་བའི་ཐབས་
མེད་ལ། །སྲིད་ལ་བརྟམ་པ་ཡིས་ཀྱང་ལུས་ཅན་རྣམས། །ཀྱུན་ནས་འཆིང་བྱིར་སོག་
མར་ངེས་འབྱུང་བཅའ། །

Me postro ante los venerables Gurus

1 Explicaré, en la medida de mis posibilidades
la esencia de todas las enseñanzas del Buda,
el camino alabado por los nobles Bodhisattvas,
la puerta de entrada para los afortunados que desean la liberación.

2 Para los que no tengan apego a los placeres de la existencia
[mundana];
para los que se esfuerzan en hacer significativas las libertades y
condiciones favorables,
y para los que siguen el camino que agrada a los victoriosos!:
¡Seres afortunados, escuchad atentamente con una mente clara!

3 Mientras no haya una renuncia completamente pura,
no habrá forma de apaciguar la sed incesante
por los placeres en el océano de existencia;
y, puesto que el aferramiento a la existencia cíclica aprisiona
completamente a los seres encarnados,
desde el inicio comiencen persiguiendo la renuncia.

1 Budas

དལ་འབྱོར་རྗེད་དཀའ་ཆེ་ལ་ལོང་མེད་པ། །ཡིད་ལ་གོམས་པས་ཆེ་འདིའི་སྤང་ཤས་
ལྡོག། །ལས་འབྲས་མི་བསྐྱུ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་རྣམས། །ཡང་ཡང་བསམ་པས་བྱི་
མའི་སྤང་ཤས་ལྡོག། །

དེ་སྤྱང་གོམས་པས་འཁོར་བའི་སྤྱན་ཚོགས་ལ། །ཡིད་སློབ་སྐྱད་ཅིག་ཙམ་ཡང་མི་སྐྱེ་
ཞིང་། །ཉིན་མཚན་ཀུན་ཏུ་ཐར་པ་དོན་གཉེར་ལྡོ། །བྱུང་ན་དེ་ཆེ་ངེས་འབྱུང་སྐྱེས་པ་
ལགས། །

delyor ñe ka tshe la long mepa/ yi la gompe tse di nang she
dog/ le dre mi lu khorwe dunguel nam/ yangyang sampe
chime nang she dog/

detar gompe khorwe phuntshog la/ yimon kechig tsam yang
mi kye shing/ ñintshen kuntu tharpa doñer lo/ yung na detshe
ngueyung kyepa lag/

ngueyung deyang namdag semkye kyi/ simpame na lame
yangchub kyi/ phuntsog dewe gyu ru miguiur we/ loden nam
ki yangchub sem chog kye/

ངེས་འབྱུང་དེ་ཡང་རྣམ་དག་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས།། ཟིན་པ་མེད་ན་སྐྱེ་མེད་བྱང་ཚུབ་ཀྱི།།
ཕུན་ཚོགས་བདེ་བའི་རྒྱ་རུ་མི་འགྱུར་བས།། །སློ་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་བྱང་ཚུབ་སེམས་
མཚོག་བསྐྱེད། །

4 Las libertades y condiciones favorables son difíciles de encontrar y la vida no es larga; familiarizándose con este entendimiento, se elimina el apego a las apariencias de esta vida y, contemplando una y otra vez la infalibilidad de la acción y el resultado² y los sufrimientos de la existencia cíclica,³ se elimina el aferramiento a las apariencias de las vidas futuras.

5 Cuando habiendo meditado de tal modo no se genere ni siquiera por un solo momento ningún deseo por los placeres de la existencia cíclica, y, constantemente, día y noche se aspire a la liberación, entonces la renuncia habrá nacido.

6 No obstante si la renuncia no viene acompañada de la generación de la pura bodichita, no se convertirá en causa del maravilloso gozo de la insuperable iluminación. Por lo tanto, los sabios generan la mente suprema de la iluminación.

² karma
³ Samsara

འབྲུག་སྲུང་ལྷོ་བོ་བཞི་ཡི་རྒྱུན་གྱིས་སྤྱོད། |བརྗོན་དཀའ་ལས་ཀྱི་འཆིང་བ་དམ་པོས་
བསྐྱམས། |བདག་འཛིན་སྐྱབས་ཀྱི་བའི་སྐྱབས་སུ་ཚུད། |མ་རིག་སྐྱེན་པའི་སྐྱབས་ཆེན་
ཀུན་ནས་འཐོབས། |

མུ་མེད་སྲིད་པར་སྐྱེ་ཞིང་སྐྱེ་བ་རུ། |སྐྱབས་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་
མནས། |གནས་སྐབས་འདི་འདྲར་གྱུར་པའི་མ་རྣམས་ཀྱི། |ངང་ཚུལ་བསམས་ནས་

shubdrag chuwo shi yi gyun gui khyer/ dog ka le kyi chingwa
dampu dam/ dagdsin chag kyi drawe bub su tshu/ marig
munpe mag chen kunne thib/

mume sipar kye shing kyewa ru/ dunguel sum gyi gyunche
me par nar/ nekab didrar gyurpe ma nam kyi/ ngang tshul
sam ne sem chog kyepar dso/

nelug togpe sherab miden na/ ngueyung yangchub sem la
gom ya kyang/ sipe tsawa chopar mi nupe/ dechir tendrel
togpe thab la be/

སེམས་མཚོག་བསྐྱེད་པར་མཛོད། །

གནས་ལུགས་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་མི་ལྡན་ན། ། ། ། ། ། ། །
འདུལ་བྱས་ཀྱང་། ། ། ། ། ། ། ། །
རྟོགས་པའི་ཐབས་ལ་འབད། །

7 Arrastrados constantemente por la corriente de los cuatro ríos poderosos, atados por las cadenas estrechas del Karma, tan difíciles de deshacer atrapados en la férrea malla del aferramiento al yo, completamente envueltos por la espesa oscuridad de la ignorancia,

8 Renacen en existencias cíclicas atormentados incesantemente por los tres sufrimientos. Reflexionando en esta situación en la que se encuentran todos los seres, tus madres, genera la suprema mente de la iluminación.

9 Sin la sabiduría que realiza la naturaleza última y aun habiendo realizado la renuncia y la bodichita, la raíz del samsara no podrá ser extirpada. Por ello esfuérzate intensamente en el método que realiza el surgimiento dependiente.

གང་ཞིག་འཁོར་འདས་ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི། །རྒྱ་འབྲས་ནམ་ཡང་བསྐྱེ་བ་མེད་
མཐོང་ཞིང་། །དམིགས་པའི་གཏད་སོ་གང་ཡིན་ཀུན་ཞིག་པ། །དེ་ཅི་སངས་རྒྱས་
དགྲེས་པའི་ལམ་ལ་ཞུགས། །

སྣང་བ་ཉེན་འབྲེལ་བསྐྱེ་བ་མེད་པ་དང་། །སྣོང་པ་ཁས་ལེན་བྲལ་བའི་གོ་བ་གཉིས། །ཇི་
སྲིད་སོ་སོར་སྣང་བ་དེ་སྲིད་བུ། །ད་དུང་ཐུབ་པའི་དགོངས་པ་རྟོགས་པ་མེད། །

gangshig khorde chonam thamche kyi/ gyundre namyang
luwame thong shing/ migpe teso gangying kun shig pa/ de
ni sangye gyepe lam la shug/

nagwa tendrel luwa mepa dang/ tongpa khelen drelwe
gowa ñi/ yisi solor nangwa desi du/ dadung thubpe gongpa
togpame/

namshig reyog me par chigchar du/ tendrel mi lur thongwa
tsam ñi ne/ ngueshe yul gyi dsintang kun yig na/ detshe tawe
chepa dsogpa lag/

ནམ་ཞིག་རེས་འཛོག་མེད་པར་ཅིག་ཅར་དུ། །རྟེན་འབྲེལ་མི་བསྐྱར་མཐོང་བ་ཙམ་ཉིད་
ནས། །ངེས་ཤེས་ཡུལ་གྱི་འཛིན་སྐྱབས་ཀུན་འཛིག་ན། །དེ་ཚེ་ལྟ་བའི་དབྱུང་པ་རྫོགས་
བ་ལགས། །

10 Quien percibe la infalibilidad de causa y de resultado de todos los fenómenos del samsara y del nirvana, y destruye totalmente la mente que se aferra al objeto de percepción [*con existencia propia*] entra en el camino que complace a los budas.

11 Hasta que las dos [realizaciones]: [1] la de la apariencia, la inevitabilidad del surgimiento dependiente y [2] la de la vacuidad, libre de aserciones se vean como separadas, no habrá realización del pensamiento del capaz⁴

12 Cuando [ambas realizaciones] aparecen de un modo simultáneo, sin alternarse y simplemente viendo la infabilidad del surgimiento dependiente, se destruye todos los modos de aprehensión [*con existencia intrínseca*]. Entonces, el análisis de la visión última es completo.

⁴ Budha Shakiamuni

གཞན་ཡང་སྣང་བས་ཡོད་མཐའ་སེལ་བ་དང་། །སྣང་བས་མེད་མཐའ་སེལ་ཞིང་སྣང་བ་
ཉིད། །རྒྱ་དང་འབྲས་བུར་འཆར་བའི་ཚུལ་ཤེས་ན། །མཐར་འཇིག་ལྟ་བུས་འཕྲོག་བར་
མི་འགྱུར་རོ། །

དེ་ལྟར་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་རྣམ་གསུམ་གྱི། །གནད་རྣམས་རང་གི་ཇི་བཞིན་རྟོགས་པའི་ཚེ། །
དབེན་བ་བསྟེན་ཏེ་བཙུན་འགྲུས་སྟོབས་བསྐྱེད་ནས། །གཏན་གྱི་འདུན་མ་སྤྱར་དུ་
སྤྱབས་ཤིག་བྱ། །

shenyang nangwe yu tha selwa dang/ tongpe me tha sel shing
tongpañi/ gyu dang drebur charwe tshul she na/ thardsin tawe
trogpar mingyur ro/

detar lam gyi tsowo nam sum gyi/ ne nam rang gui yishin
togpe tshe/ wenpa ten te tsondrü tob kye ne/ ten gyi dunma
ñurdu drub shig bu/

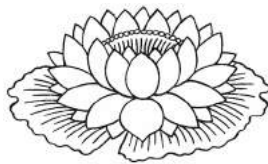
ཞེས་པ་འདི་ནི་མང་ཏུ་ཐོས་པའི་དགེ་སློང་སློབ་ཐབས་གྲགས་པའི་དཔལ་གྱིས་ཚེ་ཁོ་དཔོན་པོ་དག་དབང་གྲགས་པ་ལ་གདམས་པའོ། །

ཐེག་ཚེན་ལམ་གྱི་གཞུང་ཤིང་བྱང་ཚུབ་སེམས། །ཡང་དག་ལྟ་བུའི་གནད་དང་རིམ་གཉིས་ལ། །འབྲུལ་མེད་ངེས་པ་བརྟེན་ནས་བཙོན་པ་ཡིས། །ཁྲིད་གསུང་སྐྱབ་པ་སྣོད་པོར་བྱེད་པར་ཤོག། །

13 Además, el extremo de la existencia viene eliminado por la apariencia,
y el extremo de la no existencia viene eliminado por la vacuidad.
Cuando realizas el modo en que la vacuidad aparece como causa y efecto,
no te verás arrastrado por visiones extremas.

14 Una vez comprendidos correctamente los puntos esenciales de los tres aspectos principales del camino,
retírate en la soledad y genera el poder del esfuerzo entusiasta.
y alcanza pronto tu meta final, hijo mío.





Impreso con papel certificado 100% reciclado y biodegradable en Albagnano

Healing Meditation Centre, Italia, 2017



KUNPEN LAMA GANGCHEN

INSTITUTO PARA EL ESTUDIO Y DIFUSIÓN DEL BUDISMO VAJRAYANA EN OCCIDENTE

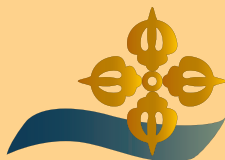
Afiliado a la unión Budista Italiana.

MILAN

Via Marco Polo, 13
20124 Milano (MI) Italia
Tel +39 02 29010263
kunpen@gangchen.it
kunpen.ngalso.net

ALBAGNANO

Via Campo dell'Eva, 5
28813 Albagnano di Bèe (VB) Italia
Tel +39 0323 569601
reception@ngalso.net
ahmc.ngalso.net



entorno de paz
ཁོར་ཕྱག་ཞི་བདེ་གླིང་།

ENTORNO DE PAZ

Parque Nicolás Salmerón, 56 bajo
04002 Almería - España
Tel. +34 626509216 / +34 639423289
entornodepaz@yahoo.es
entornodepaz.org