



NALANDA INSTITUTE Contemplative Psychotherapy

LOS TRES PRINCIPIOS DEL CAMINO

por Je Tsong Khapa Lozang Drakpa (1357-1419)

traducido al inglés por Joe Loizzo y al español por Mar Aige

¡Homenaje a todos los mentores espirituales!

(En este breve texto) explicaré lo mejor que pueda
La quintaesencia de todas las enseñanzas de Buda
El camino revelado por sus nobles herederos,
La travesía para los afortunados buscadores de la libertad.

Escuchad con mente abierta, personas afortunadas
Que rompéis la adicción a los placeres mundanos,
Y trabajáis para dar sentido al ocio y a las oportunidades,
Confiando en el camino que satisface a los Budas.

El impulso de sobrevivir une a todos los seres encarnados,
Y ninguna cura puede detener la búsqueda del placer,
Las mareas de la mera supervivencia, excepto la verdadera trascendencia,
¡Así que lo primero de todo es trabajar para alcanzar la renuncia!

El ocio y la oportunidad son tan difíciles de encontrar,
Y una vida entera no deja tiempo que perder --reflexiona sobre esto
Y contrarrestarás las obsesiones de una vida mundana.
La acción y reacción compulsivas causan inexorablemente
Ciclos futuros de dolor --contempla esto repetidamente
Y contrarrestarás la obsesión de una vida después de la muerte.

Con la práctica, tu mente no se entretendrá
En fantasías pasajeras de riqueza o fama mundanas,
Sino que aspirará a la libertad día y noche-
¡Entonces habrás desarrollado la trascendencia!

Ya que la trascendencia sin resolución altruista
No puede producir la felicidad colectiva

De la plena iluminación (de un Buda),
El sabio concibe el espíritu del altruismo.

Arrastrados por los torrentes del nacimiento, la enfermedad, el envejecimiento y la muerte,
Presos por las cadenas de la compulsión implacable,
Aprisionados en la jaula de hierro de la autoprotección,
Presos en el manto cegador de la delusión,
Viviendo y reviviendo sin cesar el ciclo del trauma,
Sufriendo constantemente en cuerpo, palabra y mente,
Tal es el estado de los seres, todos queridos como madres
Así que de tu respuesta natural crece la determinación heroica.

Aunque practiques la renuncia
Y cultives la resolución altruista,
Sin la sabiduría para comprender la realidad,
No puedes cortar la raíz de la vida traumática.
Así que trabaja en el arte de ver la relatividad.

Quien ve la inexorable causalidad de todo
Lo que sea -mundano y trascendente
Y elimina cualquier atisbo de cosificación,
Entonces entra en el camino que satisface a los Budas.

La apariencia es invariablemente relativa
Y el vacío carece de convicción.
Mientras estas dos percepciones surjan por separado,
Aún no habrás realizado la intención de Buda.

Pero cuando aparecen simultáneamente, sin alternancia,
A partir del menor *insight* imparcial de relatividad
La percepción correctiva rompe el hábito reificador,
Y tu búsqueda del *insight* genuino se habrá completado.

A partir de entonces, toda apariencia disipa el absolutismo,
Y cada vacío elimina el nihilismo-
Viendo como el vacío surge como causalidad,
Ya no estás cegado por puntos de vista sesgados.

Así que una vez comprendas los puntos vitales
De estos tres principios del camino
Recorre a la soledad y al esfuerzo incansable
¡Alcanzarás rápidamente la meta eterna, hijo!