ÍNDICE

Presentación 11

Salutaciones 17

Canción I
Milagrosa Naturaleza del Ser 19

Canción II
Meditación Fundamental 21

Canción III
Instrucciones para la Meditación Esencial 25

Canción IV
Iniciación a La Naturaleza de la Mente 31

Canción V
Admitir el Engaño 35

Canción VI
Iniciación a Nuestra verdadera Condición Esencial 39

Canción VII
Afirmación de la *Budeidad* Intrínseca 43

Canción VIII
Método para Adquirir Convicción 51

Canción IX
Bruma, Sueño e Ilusión Óptica 59

Canción X
La Mente Creadora del Universo 63

Cancón XI
Estado Natural de Libertad Gnóstica 75

Canción XII
Metáfora del Cristal y la Dinámica del Ser 79

Canción XIII
Instrucción en la Emotividad Creativa 83

Canción XIV
Introducción en el Sabor Único
De la Impresiones Sensoriales 91

Canción XV
La No-dualidad de la Quietud y el Movimiento 97

Canción XVI
Introducción al *Dzogchen* 101

Canción XVII
Introducción Aforística al camino del *Dzogchen* 107

Canción XVIII
Obstáculos a la práctica del *Dzogchen* 119

Canción XIX
Cuatro Estrellas Guía Infalibles
Y Cuatro Ejes Inquebrantables 127

Canción XX
Signos de No-dualidad 132

Canción XXI
Ejercicios de Apoyo y Consejo 135

Canción XXII
Interiorización del Mandala 145

Canción XXIII
Exteriorización del Mandala 147

Colofón 153

Apéndice
El *Dzogchen* en lo cotidiano 157

CANCIÓN II

Meditación Fundamental

¡Qué alegría!
Amados hijos e hijas, escuchad con atención:

Todos los victoriosos *Buddhas*
Del pasado, presente y futuro
Han enseñado 84.000 libros de escrituras,

Enseñanzas tan inmensas como el espacio mismo,
Con un solo propósito:
La Naturaleza de la Mente.
Los *Buddhas* no han enseñado otra cosa.

Si la raíz principal de un gran árbol es cortada,
Sus diez mil ramas y hojas se marchitarán
Y morirán conjuntamente,

De igual forma,
Cuando la raíz principal de la mente es cortada,
Las hojas de *samsara*,
Al igual que el agarre dualista, perecen.

La casa vacía,
Que ha permanecido en la oscuridad
Durante milenios,
Es iluminada instantáneamente,
Por una simple lámpara.

De igual forma,
Un instante de realización
De la *Luz Clara de la Mente*

Erradica propensiones negativas
Y oscuridades mentales
Inculcadas durante incalculables eones.

La claridad y el brillo de la luz del Sol
No pueden ser disminuidos por eones de oscuridad

De igual forma,
El Resplandor de la Naturaleza Esencial de la Mente
No puede ser oscurecido por eones de ilusión.

Indeterminado es el aspecto y el color del cielo,
Y su naturaleza no es afectada
Por nubes blancas o negras,

De igual forma,
El aspecto y el color de la Naturaleza de la Mente,
Son indeterminados,
Y no puede ser manchada
Por conductas blancas o negras, ni por vicio o virtud.

La base de la mantequilla es la leche,
Pero la mantequilla no se separará
Hasta que la leche sea batida

De igual forma,
La naturaleza humana es la base de la *Budeidad*,
Pero sin realización existencial
Los seres no pueden despertar.

A través de la experiencia gnóstica[1]
De la naturaleza de la realidad,

A través de la práctica de estos preceptos,
Todos los seres pueden obtener la libertad,

Sin importar la agudeza de sus facultades.
Hasta un cuidador de vacas,
Optiene la realización,
Si su experiencia existencial
Surge de una realización no dualista.

[1] Referido a una experiencia o conocimiento, independiente de toda construcción conceptual, e inherente en la naturaleza espontánea e intuitiva de la conciencia (ver nota 24)

Cuando realizas
La Luz Clara de la Naturaleza de la Mente,
Las eruditas palabras de sabiduría son redundantes.

¿Qué relevancia tendría introducir una descripción
del sabor de la melaza, si ya la tienes en la boca?

Hasta el erudito es engañado
Si carece de realización existencial.
Quizá sea hábil exponiendo comprensiblemente
Los nueve acercamientos a la *Budeidad*,
Pero, si su conocimiento,
Solo es una adquisición de segunda mano,
Está tan lejos de la *Budeidad*
Como la tierra lo está del cielo

Puedes mantener tu estricta disciplina moral
Durante un eón
Y practicar la paciencia durante una eternidad,
Pero si no has realizado
La Luz Clara de la Inmaculada Naturaleza de la Mente
No te liberarás de los tres reinos de samsara

Examina diligentemente
La Naturaleza de tu Mente

Apéndice I

El Dzogchen

Namkaï Norbu Rimpoché

El método específico del Dzogchen es conocido como el camino de la autoliberacion.

Para aplicarlo, no hay nada a que el practicante deba renunciar, nada a purificar ni nada a transformar.

La visión kármica que aparece, cualquiera que sea, es utilizada como camino.

El gran maestro Padampa Sangyé ha dicho:

«*No son las circunstancias, que aparecen como una visión kármica, las que condicionan a una persona en el estado dual; es el apego de esta persona lo que permite, a lo que aparece, que la condicione*».

Para romper con este apego del modo más veloz y más efectivo, la capacidad de la conciencia para auto-liberarse tiene que ser puesta en acción.

Sin embargo, el término *'autoliberación'* no significa que haya un tipo de *"yo"* o de *"ego"* a liberar. En el Dzogchen, es un postulado fundamental el que todos los fenómenos están vacíos de naturaleza propia.

'Autoliberación', dentro del Dzogchen, significa que todo lo que se manifiesta en el *'Campo de Percepción'*, es liberado, manifestándose tal cual es. Nada debe ser juzgado como bueno o malo, bonito o feo.

Cuando no hay apego, en este mismo momento, sin esfuerzo y sin intención, todo pensamiento o acontecimiento aparentemente exterior, se libera automáticamente del sí mismo.

Practicando así, las envenenadas semillas del árbol de la visión dualística no tienen nunca la oportunidad de brotar ni de enraizar. Así, el practicante vive su vida de un modo común, sin necesidad de otras reglas (que las de su propia conciencia) mora en la unidad primordial, integrando a su estado todo lo que aparece y que compone la experiencia, y sin que ninguna actitud externa señale como que él es el que practica.

Esto es lo que se entiende por el nombre de Dzogchen que significa 'Gran Perfección', conocido también por contemplación no dual, o llanamente contemplación.