

# La canción espiritual de las diez súplicas, de Gotsangpa

NAMO RATNA GURU

1. La raíz del Dharma es la fe.

Ten presente la muerte, te lo suplico;  
incúlcate la idea de que no hay tiempo que perder  
y practica día y noche la virtud.

2. El fundamento del auténtico Dharma es el samaya.

No dejes que el salvaje de la mente ande suelto, te lo suplico;  
refrena tu cuerpo, palabra y mente  
y no te cubras con las manchas de las faltas y caídas.

3. La fuente de los logros espirituales es el lama.

No dejes entrar al ladrón de las creencias erróneas, te lo suplico;  
con devoción física, verbal y mental,  
haz plegarias continuamente.

4. Lo que encadena al cuerpo y la mente es el deseo.

No te apegues a la riqueza y las posesiones, te lo suplico;  
entrega todo lo que tengas al Dharma  
y haz de las ortigas tu sustento.

5. Lo que da lugar al sufrimiento es la expectativa y el temor.

Ocurra lo que ocurra, no lo rechaces ni lo afirmes, te lo suplico;  
aplica los puntos esenciales de la meditación en los opuestos,  
y saborea la igualdad de la felicidad y el sufrimiento.

6. Lo que da lugar a las buenas cualidades es la diligencia.

No dejes que la pereza se interponga en tu camino, te lo suplico;  
en todo momento, ten muy en cuenta la atención consciente,  
y no te distraigas en las cuatro actividades cotidianas.

7. La raíz de las instrucciones espirituales es la práctica.

No colecciones demasiados libros, te lo suplico;  
convierte en experiencia cada palabra de enseñanza  
y, cuando practiques, produce signos de progreso.

8. El hogar de los maestros del pasado eran las ermitas solitarias.

No metas la nariz de la mente en la ciudad, te lo suplico;  
con perseverancia y determinación  
permanece siempre en retiros de montaña.

9. La raíz de la buddheidad es la realización.

No te enredes con estructuras conceptuales, te lo suplico;  
entiende que el samsara y el nirvana son inseparables  
y libérate de expectativas y temores.

10. La raíz del bien ajeno es la compasión.

No llenes el estómago del egoísmo, te lo suplico;  
sin dejar de regar la mente altruista,  
haz inconmensurables plegarias de aspiración.

*Traducido por el lama Jinpa Gyamtso bajo la guía de Sangye N̄enpa Rinpoché.  
Kagyū Samye Dzong Barcelona, agosto de 2011.*