

Queridísimos y preciosos benefactores, estudiantes, personal de la organización de la FPMT y todos los demás, que sois como la joya que cumple todos los deseos:

Debido a la embolia cerebral que he sufrido, no podéis imaginar todas las pujas que se han realizado en Tíbet, India y en todo el mundo. Su número es increíble y también en Tíbet y en otros muchos sitios particulares, grupos, proyectos y servicios han recitado muchos cientos, miles y millones de mantras de Padmasambhava y Om Mani Padme Hum. Además también se han liberado muchísimos animales, lo que es muy bueno porque ayuda a que los animales no sufran y no se les mate.

Cuando estaba en el hospital vi un programa sobre animales que eran vendidos vivos para ser sacrificados en Indonesia y otros países; no sé desde cuándo sucede, debe ser desde hace mucho.

En la televisión vi a las cabras que estaban esperando en fila en un cercado, no se veía cómo les mataban, pero mostraban a una vaca que estaba atada en la plataforma y a la que empujaban para sacrificarla. La vaca se resistía y un hombre le empujaba. Pensé que no tengo el poder para detener todas estas muertes, pero lo que puedo hacer es inspirar a la gente para que se haga vegetariana y desde entonces siempre que enseño, aunque sea sobre tantra, intento recomendar que se hagan vegetarianos, que eviten comer carne o que disminuyan su consumo para que se mate a menos animales.

Me gustaría mencionar que una persona en Vietnam se hizo vegetariana porque oyó que estaba enfermo y un estudiante del Amitabha Buddhist Center en Singapur tomó los preceptos mahayana para toda la vida y, también, un preso en Estados Unidos dejó de comer carne. ¡Todos ellos son realmente extraordinarios!

Siento mucho que incluso a los abades de grandes monasterios y los altos cargos del gobierno tibetano no se les ofrezcan tantas pujas cuando enferman o mueren. Pero a mí, que no soy nadie, que no he tenido formación ni esta vida ni en las anteriores, que soy como una vieja vaca que no puede siquiera masticar bien la hierba, que me resulta muy difícil beneficiar a los demás, en todo el mundo particulares y centros me han ofrecido muchas pujas y cada monje del monasterio de Nalanda recitó el mantra largo del Namgyalma 1000 veces. Todo ello es asombroso y les ayuda muchísimo, es increíblemente poderoso, después de ello tendrán mucha fuerza para ayudar a los demás, lo que han hecho es excepcional.

Realmente no me quedan palabras para agradecer a todos, incluso a los que sólo recitaron algunas oraciones con una mente positiva, por lo tanto con las manos juntas, de corazón, os doy las gracias. Ahora intentaré beneficiar con las dos o tres palabras de Dharma que sé, aunque sea imitando, como una grabación, intentaré ayudar a los demás tanto como pueda.

Para mí esta experiencia ha sido como aprender el lam-rim, que es la esencia del dharma, del Kangyur y el Tengyur. Me ha servido para entender realmente que el

**karma es definitivo:** una vez que se ha creado la virtud, se ha dedicado para la iluminación, se ha sellado con la vacuidad y si no se destruye con la herejía o el enfado, y cuando se ha creado la no virtud y no se ha purificado, entonces es seguro que se experimentará el resultado.

También el **karma aumenta:** aunque lo que se haya creado sea muy pequeño, el resultado aumenta. Por ejemplo, según la biografía del rey Ashoka, cuando era un niño que jugaba en la playa, le ofreció un puñado de arena a Buda, pero lo visualizó como oro y, de hecho, recibió el mérito de haber ofrecido oro en el cuenco de mendicante de Buda. En su siguiente vida nació como un rey del dharma, con muchas riquezas, y pudo construir diez millones de estupas en un día. Es increíble el mérito que pudo acumular y lo mismo sucede con el karma negativo.

Esto significa que es muy importante esforzarse en abandonar tanto como sea posible incluso el karma negativo más pequeño y practicar todo lo que se pueda hasta el menor karma positivo.

**Si se ha creado la causa, se experimentará el resultado de ese karma.** El resultado nunca se perderá, aunque hayan pasado billones de años, habrá que experimentar el resultado. Lo podemos ver en nuestra vida, por ejemplo, alguien es muy bello, con mucha salud y, de repente, su cuerpo cambia completamente y enferma. Nos podemos preguntar qué ha sucedido, no ha hecho nada malo en esta vida, así que por qué tiene que experimentar este dolor. Este es el resultado del karma creado en esta vida o hace billones de eones. No debemos relacionar todo sólo con esta vida, tenemos que haber creado muchísimo karma desde renacimientos sin principio y no hemos acabado de experimentar los resultados.

**El karma creado nunca se pierde:** no importa lo pequeño que sea el karma, el resultado nunca se pierde. Esta realmente ha sido una gran enseñanza para mí.

Os ruego a todos, mis queridos y preciosos amigos, joyas que cumplís todos los deseos, que os alegréis del mérito excepcional que se ha creado, que os regocijéis de todas las pujas ofrecidas por cada persona y cada grupo, y que también os alegréis por todos los que han dedicado su vida a la FPMT: todos los directores y el personal que han sacrificado su vida y su tiempo durante muchos años, y por todos los que han realizado prácticas por la organización, aunque sólo sean unas oraciones. Todos se han esforzado mucho y éstas son las acciones del bodisatva y la práctica real del yoga del maestro: trabajar y practicar pensando en el maestro y seguir así los consejos del Dalái Lama, cumpliendo los deseos de todos los budas y bodisatvas, complaciéndoles al beneficiar a los seres impartiendo las enseñanzas de Buda, estudiando y también practicando.

De parte de todos los budas y bodisatvas, de S. S. el Dalái Lama, de Lama Yeshe, de todos los seres y de la mía, alguien tan insignificante, gracias de corazón, con las manos juntas (incluso la derecha, que debido a la embolia no se sujeta bien) pero

juntando las manos, los diez dedos, gracias, gracias cada día, cada hora, cada minuto y cada segundo, muchísimas gracias.

Os ruego que disfrutéis con bodichita, que disfrutéis la felicidad del Dharma con bodichita.

Lama Zopa

Traducido por Nerea Basurto, Servicio de Traducción de la FPMT, abril 2012