

# LOS VOTOS DEL BODISATVA

Título original: The Bodhisattva Vows

Publicado originalmente por: FPMT Education Publications, FPMT Inc.

© FPMT Inc., 2009

Edición en español extraída del libro: Los tres tipos de votos y sus compromisos

1ª edición: Noviembre de 2013

Traducido del inglés por Joan Dombón para el Servicio de Traducción de la FPMT.

© De la traducción al español: Servicio de Traducción de la FPMT (CPTM), 2013.

Todos los derechos reservados. Queda prohibida la reproducción de cualquier parte de este libro mediante medios electrónicos o mecánicos, incluido el fotocopiado, la grabación o cualquier sistema o tecnología de grabación y recuperación de información conocido o desarrollado en el futuro, sin permiso previo y por escrito del editor o del propietario del copyright.

# Los votos del bodisatva

## La bodichita de aspiración

Los compromisos que resultan de haber tomado los votos de la bodichita de aspiración se dividen en dos secciones:

1. Cómo mantener los votos para que no degeneren en esta vida.
2. Cómo mantener y a enriquecer la práctica espiritual en vidas futuras.

### 1. Cómo mantener los votos para que no degeneren en esta vida

A. Desarrollar la inspiración, al considerar los beneficios de la bodichita:

1. Es la única puerta de entrada al camino mahayana.
2. Se recibe el nombre de «hijo\* de los budas».
3. Se supera incluso a los *arhats* hinayana en brillantez.
4. Nos convertimos en un objeto de gran respeto y de ofrecimientos.
5. Se completa sin dificultad la colección de mérito extensa.
6. Se purifican velozmente los oscurecimientos de las impresiones de karma negativo.

---

\* Normalmente este término tibetano, que se ha traducido como «hijo», tiene la connotación de heredero.

7. Todas las actividades que se emprenden son exitosas, y no se pasarán necesidades.
8. No nos vemos superados por las circunstancias adversas y las interferencias.
9. Nos convertimos en una fuente infinita de bienestar y felicidad para los seres.
10. Se obtienen rápidamente todos los logros del camino al despertar.

B. Consolidar la bodichita en nuestro día a día, para lo cual es importante reflexionar sobre ella y recitar la oración tres veces durante el día y tres veces por la noche. Puesto que hemos tomado la responsabilidad de llevar a todos los seres al despertar, abandonar la bodichita, rompiendo así nuestra promesa, es un karma negativo muy grave. Aunque pueda parecer que alcanzar el despertar nos llevará mucho tiempo, el desánimo no debe menoscabar nuestro entusiasmo. En lugar de sentirnos consternados, es vital experimentar los beneficios y las ventajas de la mente del despertar (la bodichita) en nuestra vida, así como nutrir los votos de la bodichita de aspiración, recitando su oración:

Maestros y victoriosos con vuestros hijos, por favor, prestadme atención: así como los sugatas del pasado generaron la mente del despertar y practicaron de forma gradual el adiestramiento del bodisatva, del mismo modo, también yo, para el beneficio de todos los seres, voy a generar la bodichita y practicaré gradualmente el adiestramiento del bodisatva.

C. Las acciones equivocadas de los seres no han de ser una causa para que abandonemos la bodichita, transgresión esta que se suele producir cuando decidimos no beneficiar a una persona porque nos ha perjudicado.

D. Es importante fortalecer la bodichita mediante la acumulación de mérito y sabiduría. Durante las etapas iniciales, hacer ofrecimientos a los necesitados y a las Tres Joyas nos permite acumular mérito de forma extensa, mientras que reflexionar sobre la vacuidad incrementa la sabiduría. De este modo, a la vez que acumulamos las colecciones de mérito y sabiduría, vigorizamos la mente del despertar.

## 2. Cómo mantener y enriquecer la práctica espiritual en vidas futuras

### A. Abandonar los cuatro dharmas negativos:

1. Engañar con premeditación al abad, al maestro o a un ser santo mediante la mentira. Por ejemplo, cambiar de tema para eludir la petición que nos hace el maestro o evitar explicarle las acciones negativas por miedo a sus reproches.
2. Desalentar a las personas que actúan con virtud o hacer que se arrepientan de la virtud creada. Por ejemplo, al ver una persona que practica la renuncia, comentarle: «Tu comportamiento está muy bien pero me sabe mal decirte que te será difícil seguir practicando de este modo». Obrando de este modo acumulamos karma negativo, al sembrar dudas sobre sus acciones virtuosas e incitar a que se arrepienta de la virtud creada. Aun el caso de que no se arrepienta, seguiremos acumulando karma negativo.
3. Maltratar a un bodisatva con enfado. Este karma negativo se acumula cuando hablamos groseramente a un bodisatva, aunque esté cometiendo una falta, y otras personas oyen nuestras palabras.
4. Pretender actuar en base a una motivación altruista, cuando en el fondo nuestra aspiración de alcanzar el despertar no es sincera y en lugar de realizar la acción por los demás, lo que buscamos es pasar por eruditos u ocultar nuestras carencias.

B. Practicar los cuatro dharmas positivos que se oponen a los negativos:

1. Tomar la determinación, con convicción, de dejar de mentir a los seres, aunque sea cuando estemos bromeando o cuando nuestra vida corra peligro.
2. No discriminar entre los seres. Este dharma positivo se opone al cuarto negativo.
3. Evitar criticar a los bodisatvas. Puesto que no podemos saber quién es un bodisatva, es mejor tratar a todos los seres como si fuesen bodisatvas o budas.
4. Tomar la responsabilidad de llevar a todos los seres al camino mahayana, mediante:
  - a) Alentar el entusiasmo y el interés de los seres por el camino mahayana. Aunque no tengamos éxito, nunca hemos de dejar de animar a los demás.
  - b) Alegrarnos de la virtudes de los demás, en lugar de envidiar su deseo de alcanzar el despertar.
  - c) Cultivar el amor y la compasión en todas las acciones. Este punto se opone al segundo dharma negativo.

El resultado de seguir estos dharmas positivos y abandonar los negativos es que nunca nos separaremos de la mente del despertar.

## La bodichita de acción

Los compromisos que se adquieren al tomar los votos para desarrollar la bodichita de acción se dividen en:

1. Los 18 votos raíz.
2. Los 46 votos secundarios.

## 1. Los dieciocho votos raíz

Se debe abandonar:

1. Alabarse a sí mismo y menospreciar a los demás motivados por el aferramiento a ser admirados o a recibir obsequios.
2. Ser avaros y no ofrecer ayuda material a los demás cuando se dispone de los recursos para ello, o no enseñar el dharma a los que sufren y no tienen protector, buscando solamente engrandecer el conocimiento propio.
3. No perdonar y guardar rencor aunque nos ofrezcan disculpas.
4. Abandonar las enseñanzas mahayana, al indicar que algunas secciones de las enseñanzas de las tres cestas (*pitaka*) no pertenecen a Buda, y proponer nuestra versión, inventada y corrompida, del dharma.
5. Quitar las ofrendas presentadas al Buda, al Dharma y a la Sangha, robarlas u obtenerlas de forma deshonesta. También se ha de evitar utilizar por nuestro propio beneficio los materiales destinados a la sangha.
6. Abandonar o despreciar el sagrado dharma, criticando las escrituras y las prácticas de cualquiera de los tres vehículos: de los *shravakas*, de los *pratyekabuddhas* o de los bodisatvas. Buda, haciendo uso de sus medios hábiles, enseñó diferentes tipos de enseñanzas para guiar a los discípulos en función de sus predisposiciones, y por consiguiente, un practicante con inclinación por el tantra debe evitar criticar el *Paramítayana*, mientras que desde el camino Mahayana no se debe criticar el Hinayana, y viceversa. Este tipo de crítica es una acción más negativa que destruir todas las estupas que hay en el mundo.
7. Dañar a los ordenados, violentarlos, robarles los hábitos o causar que pierdan sus votos.
8. Cometer cualquiera de las cinco acciones de retribución in-

mediata: matar al padre o a la madre, a un *arhat*, causar un cisma en la sangha o herir a un buda.

9. Desarrollar y sostener visiones erróneas, tales como: sectarismo, negar la existencia de las Tres Joyas o negar la ley de causa y efecto.
10. Destruir ciudades, países, o cualquier lugar donde otros vivan, como edificios habitados, provocando incendios o con armas, sustancias contaminantes, magia negra y demás.
11. Enseñar la vacuidad a aquellos que no tienen los conocimientos necesarios o que no están preparados para entenderla. Si se explica a los inmaduros puede ser perjudicial, ya que al oír la presentación de la vacuidad pueden generar miedo, abandonar la bodichita y caer en el hinayana.
12. Disuadir de la aspiración al despertar y alentar a trabajar sólo para la liberación individual. Por ejemplo, si nos encontramos a una persona que está cultivando la bodichita decirle: «Si practicas de este modo nunca alcanzarás el despertar. ¿No crees que sería mejor practicar el hinayana? Así, por lo menos, conseguirás liberarte del samsara».
13. Alentar el abandono de los votos de *pratimoksha*. Por ejemplo, al ver a una persona que guarda sus votos, comentarle: «¿Qué sentido tiene que guardes los votos? ¿No sería mejor desarrollar la bodichita, con la cual las acciones no virtuosas de cuerpo, habla y mente disminuyen sin esfuerzo?». Si la persona abandona los votos de *pratimoksha* como consecuencia de nuestras palabras, habremos transgredido el voto. Es un error decir que los votos de *pratimoksha* no son necesarios para practicar el mahayana, puesto que de hecho, son también la mejor base para practicar el tantra.
14. Causar que otras personas adopten nuestras ideas erróneas sobre el hinayana. Por ejemplo, anunciar que el aferramiento no se puede eliminar mediante el hinayana o que mediante este camino es imposible liberarse del sufrimiento y de las



delusiones. La transgresión de este voto se consume cuando la otra persona nos cree.

15. Proclamar un falso conocimiento de la vacuidad. Un ejemplo de ello sería, sin haber comprendido la vacuidad, enseñar a los demás diciendo: «Si meditáis de este modo, vais a comprender la vacuidad directamente como yo». Actuando de este modo, pretendemos engañar a los demás. La transgresión se produce cuando la otra persona cree que hemos comprendido la vacuidad.
16. Aceptar obsequios teniendo la certeza de que han sido robados o apropiados de forma indebida de las Tres Joyas o de un *bhikshu*.
17. Tomar los bienes de un meditador que está practicando la calma mental y darlos a alguien que sólo recita textos. Esta acción es considerada una transgresión porque puede causar que el meditador abandone su práctica.
18. Abandonar la bodichita, pensando: «No puedo ayudar a los seres» o «no quiero ayudar a esta persona en particular».

### *Los cuatro factores*

A continuación se describen los cuatro factores que han de estar presentes para que se produzca una transgresión completa de los votos raíz, excepto para los votos de sostener visiones erróneas (nº 9) y abandonar la bodichita (nº 18). Tras una transgresión completa es necesario volver a tomar los votos, para restaurarlos. Los cuatro factores son:

1. No considerar tales acciones como incorrectas o realizarlas sin importarnos que estemos rompiendo un voto. Esto se produce como consecuencia de una falta de convicción en el karma que nos conduce a no importarnos llevar a cabo una acción negativa o romper un voto. Del mismo modo, también actua-

remos en contra de un voto si, por ignorancia, creemos que la acción no es negativa. En cambio, la transgresión es incompleta si se reconoce que la acción es negativa.

2. No abandonar el deseo de volver a repetir la acción. Es decir, la transgresión será completa si no nos arrepentimos de la acción y no tenemos la voluntad de abandonarla en el futuro, o si deseamos volver a actuar del mismo modo. En cambio, si deseamos no volver a hacerla, la transgresión será incompleta.
3. Alegrarse y sentir admiración hacia uno mismo por haber actuado de ese modo. Por ejemplo, si al romper el primer voto pensamos: «Cómo me alegro de haber demostrado mis cualidades». Sin embargo, la transgresión será incompleta si sentimos pesar y nos arrepentimos de la acción.
4. Carecer de vergüenza y de consideración hacia los demás. Es decir, no nos preocupamos de las consecuencias que la acción pueda tener en uno mismo y en los demás, y actuamos con negligencia respecto al karma, al no creer que la acción esté relacionada con el karma.

### *Pautas a seguir en caso de rotura de los votos*

La rotura de uno de los 18 votos raíz implica perder todos los votos del bodisatva. Por lo tanto, después de romper un voto es muy importante volverlos a tomar lo antes posible. En cambio, los votos no se pierden sino que degeneran cuando la transgresión no es completa (los cuatro factores no están todos presentes, aunque sí puedan estar uno, dos o tres de ellos). Es fundamental purificar cualquier transgresión mediante los cuatro poderes oponentes\* y tomar los votos de nuevo para restaurarlos plenamente en el continuo mental.

---

\* Los cuatro poderes oponentes son: (1) el poder de la base: toma de refugio y bodichita; (2) el poder del arrepentimiento; (3) el poder de la acción: por ejemplo, Vajrasattva u otras prácticas de purificación; y (4) el poder del compromiso: no volver a repetir la acción durante un periodo de tiempo.

Los votos se pueden volver a tomar de nuevo de un maestro cualificado, o bien hacerlo nosotros mismos delante de una imagen de buda, recitando tres veces la oración de la toma de los votos del bodisatva (véase pág. 153). Antes de recitar la oración, pensamos que la imagen de buda es inseparable de nuestro maestro y a continuación, con una gran determinación por tomar los votos de nuevo y restaurarlos, recitamos la oración.

## 2. Los 46 votos secundarios

Se abandonarán las siguientes acciones:

*Los votos del 1 al 7 están relacionados con la perfección de la generosidad*

1. No hacer ofrecimientos diarios con cuerpo, habla y mente a las Tres Joyas, haciéndoles postraciones, ofreciéndoles alabanzas y meditando sobre sus cualidades.
2. Sin intentar oponernos a la codicia o a la insatisfacción que sentimos al no estar contentos con lo que tenemos, seguir una mente insaciable que se esfuerza por acumular más y más.
3. No respetar a los practicantes antiguos, que son aquellos que han tomado los votos antes que nosotros. Hay que evitar competir con ellos o considerar que estamos a su mismo nivel, y lo mejor es hacerles ofrecimientos. Al tener una conducta respetuosa hacia los mayores y hacia los maestros nuestro conocimiento incrementará y el lugar en el que estemos será próspero.
4. Movidos por el odio o la pereza, no responder a preguntas sinceras o hacerlo de forma errónea cuando estamos capacitados para contestarlas.
5. Rechazar invitaciones u ofrecimientos de comida o ropa, porque por enfado, queremos herir los sentimientos de la otra per-

sona; por orgullo, nos consideramos de un estatus mucho más elevado y no queremos que nos vean con gente humilde; o por envidia, tememos que aquellos con un estatus social más elevado nos menosprecien si nos ven con personas humildes.

6. No aceptar dinero, oro u otro tipo de bienes de los demás, por ejemplo de benefactores, por enfado, orgullo, envidia, pereza o rencor. En cambio, no es una transgresión del voto si no se acepta un ofrecimiento por compasión, porque sabemos que esa ofrenda le hace falta a la persona que nos la presenta.
7. Rechazar dar enseñanzas, por enojo, desgana, envidia, encono, tacañería o negligencia, a alguien que se acerca a nosotros por el dharma y que muestra un interés sincero. Del mismo modo, no debemos darle importancia a las dificultades que se experimentan al dar enseñanzas.

*Los votos del 8 al 16 están relacionados con la perfección de la moralidad*

8. Ignorar, despreciar, no perdonar, y no ayudar a aquellos que han roto la disciplina moral (cultivando las diez acciones inmorales, corrompiendo los votos de *pratimoksha*, cometiendo las cinco acciones de retribución inmediata o transgrediendo los votos del bodisatva). En lugar de generar desprecio y antipatía hacia ellos es importante desarrollar una actitud compasiva.
9. No contribuir a la fe de aquellos que siguen un camino distinto al nuestro o que tienen otras aspiraciones. Por ejemplo, si un seguidor hinayana desea recibir enseñanzas de su vehículo se las daremos para que, de este modo, genere fe en el camino. En cambio, incurrimos en una transgresión si nos piden dar enseñanzas y nos negamos a ello a pesar de estar cualificados para ello.
10. Realizar acciones que benefician en menor grado a los demás

por seguir el *vinaya* de forma rígida. Al actuar preocupados por acciones menores, puede que perdamos una oportunidad de beneficiar a los demás. Es decir, si nos encontramos en una situación perfecta para beneficiar a los seres y debido a un seguimiento rígido del *vinaya* y de las siete virtudes del cuerpo y del habla, perdemos esa ocasión de ayudar, entonces, se transgrede el voto.

11. Evitar realizar alguna de las siete acciones no virtuosas de cuerpo y de habla cuando surge la ocasión de beneficiar a los demás con compasión. Si las circunstancias lo requieren, el bodisatva no solo tiene permiso para realizar las siete acciones no virtuosas sino que tiene el deber de hacerlo. Sin embargo, hay que ir con mucho cuidado, porque sin haber logrado la bodichita es muy difícil transformar las siete acciones no virtuosas del cuerpo y el habla en virtudes.
12. Aceptar bienes que han sido obtenidos, por nosotros o por otros, mediante una de las cinco formas erróneas de ganarse la vida:
  - Adulación: alabar a los demás para sacarles algo de provecho.
  - Insinuación: «El regalo que me hiciste es muy bonito», insinuando que esperamos otro regalo.
  - Soborno: ofrecer algo para recibir un mayor beneficio.
  - Extorsión o chantaje: coaccionar a una persona de manera que no tenga otra salida.
  - Hipocresía: actuar de forma artificial para causar una buena impresión en los demás y así conseguir lo que queremos.
13. Que nuestra vida gire principalmente entorno a la charlatanería y a actividades frívolas como el baile, el deporte, escuchar la radio, beber o hacer que los demás hablen sin sentido. Este tipo de actividades son la causa de tener una mente dispersa y de desperdiciar el tiempo en lugar de usarlo para practicar el dharma.

14. Creer de forma incorrecta que no es necesario abandonar las delusiones y alcanzar el nirvana, puesto que los bodisatvas permanecen en el samsara durante tres grandes eones y no temen a las aflicciones. Es importante indicar que a pesar de que los bodisatvas se manifiestan en el samsara para beneficiar a los seres, superan a los practicantes hinayana tanto en renuncia como en el deseo de alcanzar el nirvana. Además, los bodisatvas, impulsados por su gran compasión, renacerían con alegría en los infiernos para ayudar a un solo ser. Por lo tanto, es un error, como consecuencia de las creencias erróneas descritas, no cultivar los antidotos a las delusiones y no intentar lograr el nirvana, y también lo es disuadir a los demás de buscar la liberación.
15. Si hemos perdido nuestra buena reputación debido a los hábitos negativos de cuerpo y habla, será una transgresión no trabajar para restaurarla o no abandonar los hábitos dañinos que han causado su pérdida. Para ayudar a los demás de la mejor manera es importante abandonar la notoriedad y detener la mala reputación, sea esta merecida o no. Por otro lado, hacerlo con otra motivación comporta caer en los ocho dharmas mundanos.
16. Evitar corregir acciones incorrectas de los demás cuando se está capacitado para ello, es decir, no hacer ver a una persona sus hábitos negativos de cuerpo y habla. También, eludir actuar de forma airada cuando fuese de beneficio y no reprender a una persona que ha hecho una acción no virtuosa para que aprenda a corregir su conducta, porque no queremos dañar sus sentimientos o tememos su enfado.

*Los votos del 17 al 20 están relacionados  
con la perfección de la paciencia*

17. Enfadarse o tomar represalias con cuerpo, habla o mente al ser insultados, acusados o agredidos, o cuando alguien se enfada con nosotros o hace públicos nuestros defectos.

18. Rechazar o ignorar a alguien porque se ha enfadado con nosotros y, motivados por la malicia, el enfado o la pereza, no buscar una solución dialogada a la situación que ha causado el enfado. Asimismo, no explicar el porqué de nuestra acción a la persona colérica, evitar calmarla o no presentarle nuestras disculpas.
19. No aceptar las disculpas sinceras de una persona, por enfado o pereza. A diferencia del tercer voto raíz, para transgredir este voto no son necesarios los cuatro factores.
20. Dar rienda suelta al enfado y no trabajar para abandonarlo. En su lugar, es muy importante contemplar las desventajas del enfado para evitar reforzarlo, justificarlo, y creer que obramos de forma correcta.

*Los votos del 21 al 23 están relacionados con la perfección del entusiasmo*

21. Dar enseñanzas, tener discípulos, construir monasterios, o reunir a personas para obtener reputación, beneficios o remuneración. Los encuentros de dharma se deben organizar con la intención de beneficiar a los demás y de ayudarlos a alcanzar el despertar.
22. Eludir eliminar la pereza, la dejadez, el pensar que somos incapaces, así como el dormir durante el día o en la primera o última parte de la noche, porque va en detrimento de nuestra práctica. Del mismo modo, se debe evitar ir a dormir tarde o hacerlo de forma irregular y perder el tiempo y la energía en los asuntos triviales del samsara.
23. Pasar el tiempo hablando frívolamente sobre los objetos por los que se tiene apego.

*Los votos del 24 al 26 están relacionados con la perfección de la concentración*

24. No esforzarse en el estudio sobre los métodos para lograr el *samadhi*, al no pedir enseñanzas al respecto. Para meditar es importante acercarse a un profesor cualificado para pedirle instrucciones. Este voto se transgrede cuando no hacemos lo anterior por pereza, malicia o arrogancia, o al meditar en el *samadhi* sin haber recibido las instrucciones correctas.
25. No intentar eliminar los obstáculos que nos impiden lograr el *samadhi*. Los cinco obstáculos son: el apego al reino del deseo y a los cinco objetos de los sentidos, la malicia, el torpor, la agitación y el remordimiento, y la duda.
26. Aferrarse al gozo de permanecer en *samadhi* relegando las otras actividades virtuosas o, de forma deliberada, meditar en busca del gozo del *samadhi*. También, creer que el *samadhi* es un tipo de conocimiento especial, y así no aspirar a seguir progresando en el camino.

*Los votos del 27 al 34 están relacionados con la perfección de la sabiduría*

27. Menospreciar las escrituras hinayana e indicar que su estudio no es necesario si se sigue el camino mahayana.
28. Estudiar los textos hinayana y practicarlos hasta el punto de que nuestro estudio y práctica del camino mahayana se deteriore.
29. Centrarse, sin motivo, en el estudio de las enseñanzas no budistas y de este modo descuidar el aprendizaje de las enseñanzas de Buda. Aunque el estudio de los sistemas filosóficos no budistas está permitido y es beneficioso para comprender y ayudar a los demás, se evitará dedicar un tiempo y esfuerzo excesivo a ello.



30. Favorecer, obstinarse o interesarse por las enseñanzas no budistas, incluso en los casos en que su estudio sea necesario. De hecho, se consiente estudiarlas para comprender sus puntos de vista y así refutar las visiones erróneas o ser capaces de ayudar a sus seguidores; pero si en lugar de acercarnos a tales sistemas con la motivación mencionada, nos sentimos atraídos hacia las enseñanzas, se transgrede el voto.
31. Poner en entredicho las enseñanzas mahayana, sus autores o la temática. Por ejemplo, indicar que la temática de las enseñanzas es pobre, que su composición carece de riqueza o que son tediosas, o poner en duda su capacidad para ayudar a los seres.
32. Alabarse a uno mismo y menospreciar a los demás con arrogancia o enojo.
33. Dejar de asistir a las enseñanzas, debates, discusiones en grupo, pujas o ceremonias por arrogancia, pereza o enfado.
34. Perder el respeto al maestro, que nos da enseñanzas y nos muestra el camino, abusar de él y solo buscar sus palabras a ciegas sin reflexionar sobre su significado.

*Los votos del 35 al 46 están relacionados con la perfección de la moralidad de ayudar a los demás*

35. No prestar ayuda a aquellos que la necesitan cuando tenemos la capacidad para hacerlo. A continuación, se indican ocho tipos de casos con personas que requieren ayuda:
  - 1) No colaborar, por pereza o poniendo excusas, cuando una persona que está desempeñando un trabajo valioso nos pide ayuda.
  - 2) Por apatía, no ayudar a un viajero que necesita amparo o ayuda para transportar el equipaje.
  - 3) Si nos lo piden, evitar enseñar un idioma o el dharma.
  - 4) No atender a las peticiones de hacer trabajos que no son

- propiamente dharma pero que están relacionados con él.
- 5) Cuando una persona nos pide proteger sus bienes, no hacerlo aun estando habilitados y teniendo el tiempo para ello.
  - 6) No reconciliar a una pareja si nos es requerido.
  - 7) Rechazar la invitación para una comida, si podemos ir y disponemos del tiempo.
  - 8) Eludir asistir a un evento para crear méritos, tales como una puja, si nos han invitado y tenemos el tiempo y los requisitos adecuados.
36. Por enojo o pereza, no auxiliar a personas enfermas, sirviéndolas o mediante objetos materiales.
  37. Por enfado, gandulería o negligencia, eludir trabajar para aliviar el sufrimiento de personas que padecen ceguera, sordera, con discapacidades físicas, a las que les falta algún miembro, con problemas respiratorios, viajeros en dificultades, personas con los cinco obstáculos (véase nº 25), sin bienestar mental, que padecen paranoia, que han perdido su estatus o trabajo, o que han sufrido abusos, entre otras.
  38. Por enojo o pereza, no exhortar, corregir o motivar a una persona apática o que no distingue entre la virtud y la no virtud. Además, si se dan las circunstancias adecuadas, debemos asesorar de forma oportuna a las personas que se impliquen en actividades frívolas para que, de este modo, cambien tales acciones por conductas virtuosas.
  39. Por enfado o pereza, no corresponder con gratitud a aquellos que nos han prestado apoyo moral o material.
  40. Arrastrados por la maldad o la pereza, no consolar a las personas afligidas por la separación de sus seres queridos o sus bienes.
  41. Si nos piden ayuda y tenemos recursos suficientes, no ofrecer comida, ropa u otros bienes a los pobres y necesitados, por malicia o vagancia.

42. Debido al odio o a la pereza, no trabajar por el beneficio de nuestros alumnos o asistentes, o no dar enseñanzas u objetos materiales.
43. No llevarnos bien con los demás. Ser dominantes y no actuar considerando sus deseos y sentimientos o sus capacidades mentales, cuando podríamos hacerlo. Las acciones de los practicantes varían según su nivel de desarrollo mental. Una vez lograda la bodichita, es difícil no transformar las acciones no virtuosas de cuerpo y habla en virtud, pero sin esa capacidad es imposible hacerlo incluso aunque otros nos lo pidan. A pesar de ello, con acciones pequeñas podemos ayudar a los demás según sus predisposiciones mentales, y de hecho, actuando con buenas maneras, les ayudamos e inspiramos a practicar el dharma. La transgresión de este voto se produce cuando, aun siendo practicantes de dharma, nos acomodamos con nuestra situación y no nos ocupamos de los demás, o bien cuando estamos con gente corriente y nos comportamos incorrectamente, provocando su enfado o que pierdan la devoción.
44. No elogiar a los que lo merecen, o no alegrarnos de que otros alaben a seres sabios y con logros.
45. No detener a los que realizan acciones dañinas, con el uso de los medios que se requieran de acuerdo con la situación. En algunos casos es necesario menospreciar a los fanfarrones con la mirada, reducir a los violentos usando la fuerza o aislar a los que ponen en jaque la armonía social. Ya sea por pereza o por apego hacia este tipo de personas, no actuar, cuando poseemos la autoridad para hacerlo. Los abades y los educadores son responsables de corregir y reprender las conductas de los que se comportan de forma incorrecta. La transgresión del voto se produce cuando no actuamos por apatía o bien cuando, teniendo la potestad de solucionar la situación, no lo hacemos porque no nos incumbe el bienestar de la persona que daña o de las personas dañadas.

46. En el caso de poseer poderes psíquicos, no usarlos cuando es necesario. Por ejemplo, para atemorizar a alguien que está a punto de cometer una acción no virtuosa en modo de detenerle, para inspirar a los demás o para subyugar a alguien.

# Verso para restaurar los votos del bodisatva

Maestros y victoriosos con vuestros hijos, por favor, prestadme atención: así como los sugatas del pasado generaron la mente del despertar y practicaron de forma gradual el adiestramiento del bodisatva, del mismo modo, también yo, para el beneficio de todos los seres, voy a generar la bodichita y practicaré gradualmente el adiestramiento del bodisatva. (x3)

# Oración para generar bodichita

## Su santidad el Dalái Lama

Con el deseo de liberar a todos los seres  
siempre buscaré refugio  
en el Buda, en el Dharma y en la Sangha,  
hasta que alcance el completo despertar.

Inspirado por la sabiduría y la compasión,  
hoy, en presencia de Buda,  
genero la mente del completo despertar  
para el beneficio de todos los seres.

Mientras perdure el espacio  
y queden seres,  
hasta entonces, que yo también permanezca  
para eliminar el sufrimiento del mundo. *(x3 los tres versos)*

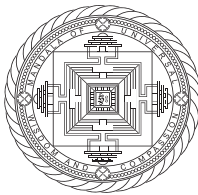
## Créditos

Texto extraído del libro *Los tres tipos de votos y sus compromisos*, Ed. Mahayana, FPMT, 2013.

### **Oración para generar bodichita**

**De la versión en inglés:** Primera edición de Nepalese Mahayana Centre Gompa. Segunda edición corregida por Gelong Thubten Gyatso y publicada por el Instituto Vajrayogini en septiembre de 1981. Tercera edición revisada por V. Constance Miller, Departamento de Educación de la FPMT, para su inclusión en *FPMT Prayer Book (Libro de oraciones de la FPMT)*, enero de 1999. Revisado en octubre de 2000. Revisado siguiendo las sugerencias de V. Sangye Khadro y las referencias de otros comentarios por Kendall Magnussen, Servicio de Educación de la FPMT, marzo de 2004. Transmitida por su santidad el Dalái Lama durante las enseñanzas *Iluminando el camino al despertar*, en Los Ángeles, California, 2000. Estas estrofas tienen como propósito asegurar que no degenera nuestra práctica de bodichita. Como dice él mismo: «Os sería muy beneficioso recitar estas tres estrofas a diario y reflexionar sobre su significado». Se aconseja recitar los versos tres veces por la mañana y tres por la tarde.

**De la versión en español:** Traducido por el Servicio de Traducción de la FPMT.



Fundación para la preservación de  
la tradición Mahayana