

Etapas de la Práctica en el Camino a la Gran Perfección, 6 enero 2024  
B. Alan Wallace

## I. Cultivar inteligencia conativa haciendo surgir el espíritu de renuncia y bodhichita

La liturgia para tomar los votos del bodhisattva se ha de recitar tres veces, tal y cómo lo enseñó Su Santidad el Dalái Lama, el 29 de diciembre del 2022:

“Tomo refugio en las Tres Joyas.  
Expongo cada una de las acciones negativas.  
Me regocijo en las virtudes de los seres vivos.  
Tengo presente la mente Iluminada del Buda.  
En el Buda, Dharma y Comunidad Suprema  
Tomo refugio hasta la iluminación.  
Para poder alcanzar de forma perfecta el beneficio propio y de los demás,  
generaré la bodhichita.  
Habiendo generado la bodhichita suprema,  
Invitaré a todos los seres sensibles como mis invitados  
Y me comprometeré con la conducta suprema y exquisita de los bodhisattvas. Que pueda  
alcanzar la budeidad para el beneficio de todos los seres sensibles.”

Mientras perdure el espacio,  
Mientras los seres vivos perduren, tanto tiempo pueda yo permanecer para disipar el  
sufrimiento del mundo.

Para ver las enseñanzas de SSDL de diciembre 2022, que empiezan en el minuto 31:00:

<https://www.youtube.com/watch?v=TDvN-PWuiZ4>

Enseñanzas de SSDL de diciembre 2023:

<https://www.dalailama.com/videos/teachings-in-bodhgaya-2023>

## II.

- Cultivar inteligencia ética, adoptando el estilo de vida del bodhisattva, protegido por los votos del bodhisattva

Siguiendo el estilo de vida del bodhisattva:

- Cultivar las seis **transcendencias**, sobre la base de mantener los preceptos del bodhisattva: dedicar nuestro mérito hacia los renacimientos futuros como seres humanos con tiempo libre y oportunidades para practicar el Dharma
- Cultivar las cuatro causas para el renacimiento en Sukhāvātī
  - La primera causa: Mantener en mente el aspecto exterior de Sukhāvātī.
  - La segunda causa: Reunir las acumulaciones de mérito y conocimiento y purificar los oscurecimientos con las siete ramas devocionales.
  - La tercera causa: Cultivar la bodhichita

- ▪ La cuarta causa: Dedicar tu mérito rezando para nacer en Sukhāvātī.