

Las Seis Paramitas

Poemas de Trengo Terchen Sherab Oser

1.- Generosidad

(en sánscrito: dana; en tibetano: chinpa)

A cualquiera, cuanto necesite, la generosidad de la riqueza
a los que siguen el Dharma, la generosidad de la enseñanza excelsa
a los que se hallan bajo distintos miedos, la generosidad de la protección
seamos siempre capaces de brindar estas tres clases de generosidad.

2.- Autodisciplina

(en sánscrito: shila; en tibetano: tsultrim)

Deja atrás los altibajos de los vicios
entra en la vastedad de la virtud
por el bien de los demás
mantén siempre la disciplina perfecta.

3.-Paciencia

(en sánscrito: kshanti; en tibetano: sopa)

Sé compasivo con todos aquellos que obran mal
y entrégate con gozo a la práctica del Drama
sin temer el significado de la vacuidad profunda
practica la paciencia de gran utilidad.

4.-Esfuerzo sin esfuerzo

(en sánscrito: virya; en tibetano: tsontru)

Viste la armadura del gozo de la virtud extensa
el mismo modo, implicate en la intención y su aplicación
sin desanimarte, imperturbable, sin satisfacción
día y noche, emprende el esfuerzo sin esfuerzo hacia la virtud.

5.-Meditación

(en sánscrito; dhyana; en tibetano: samten)

Tranquila y alegremente en la percepción directa
aumenta progresivamente las grandes cualidades
haz el bien por los demás al comprender su naturaleza
preserva con perseverancia el significado de la meditación.

6.-Sabiduría

(en sánscrito: prajña; en tibetano: sherab)

Comprende toda verdad relativa como un espejismo
descubre la verdad, como el cielo, libre de toda complicidad
y, en particular, aquella que permite hacer el bien por los demás
posee la sabiduría de la escucha, la meditación y la contemplación.

La Prajñaparamita se considera como un cuerpo de enseñanzas y desde un punto de vista filosófico también designa la práctica de la meditación de la visión de la naturaleza absoluta. Las seis Paramitas o “Las seis Perfecciones”, paramita significa “hacia la otra orilla”, representan el puente que hay que cruzar para pasar de la orilla

del samsara y la confusión, hacia la otra orilla, el estado de iluminación. De este modo representan las prácticas principales del bodhisattva.

La práctica de la meditación representa la unión de la quinta paramita (smaten), la meditación y la sexta (prajna), la sabiduría de la vacuidad. Con el fin de guiar a bodhisattva fuera de la meditación solitaria, cuando éste se halla en la sociedad por el bien de los demás, el Buda enseñó las tres primeras paramitas, que afectan en sí y se fundamentan en la bondad y la compasión. La cuarta paramita, el esfuerzo sin esfuerzo, se considera un soporte esencial tanto para las paramitas no-meditativas como para las de meditación en sí.
