

# Ocho versos para la transformación mental

*Lo Jong*

ཨྲ།བཀའ་གདམས་པའི་དགོ་བཤེས་སྐྱང་རི་ཐང་པ་རྗེ་རྗེ་སེང་  
གེས་མཛད་པའི་སྣོ་སྣོང་ཚིགས་བརྒྱད་མ་བཞུགས་སོ།།



Compuesto por Langri Tangpa Dorje Senghe  
De la traducción al inglés de Lama Zopa Rimpoché

# Ocho versos para la transformación mental

1. DAG NI SEM CHÄN THAM CHÄ LA  
YI ZHIN NOR BU LÄ LHAG PÄI  
DÖN CHHOG DRUB PÄI SAM PA YI  
TAG TU CHE PAR DZIN PAR SHOG

Con la determinación de obtener el mayor beneficio posible para todos los seres, que son más preciosos que una joya que concede los deseos, los consideraré en todo momento como lo máspreciado.

2. GANG DU SU DANG DROG PÄI TSHE  
DAG NYI KÜN LÄ MÄN TA ZHING  
ZHÄN LA SAM PA THAG PA YI  
CHHOG TU CHE PAR DZIN PAR SHOG

En compañía de otros, me veré siempre inferior a ellos, y desde lo más hondo de mi corazón, los consideraré lo más querido y supremo.

3. CHÖ LAM KÜN TU RANG GYU LA  
TOG CHING NYÖN MONG KYE MA THAG  
DAG ZHÄN MA RUNG CHHE PÄ NA  
TSÄN THAB DONG NÄ LOG PAR SHOG

Vigilante, en el momento en que surja una aflicción en mi mente que me ponga en peligro a mí o a los demás, le haré frente y la evitaré sin demora.

4. RANG ZHING NGÄN PÄI SEM CHÄN NI  
DIG DUG DRAG PÖ NÖN THONG TSHE  
RIN CHHEN TER DANG THRA PA ZHIN  
NYE PAR KAA PÄI CHE DZIN SHOG

Cuando vea a seres malvados por naturaleza<sup>1</sup> abrumados por acciones negativas violentas y por el sufrimiento, los consideraré como algo querido y difícil de hallar, como si hubiera encontrado un tesoro precioso.

---

<sup>1</sup> De mal carácter.

5. DAG LA ZHÄN GYI THRAG DOG GI  
SHE KUR LA SOG ME RIG PÄI  
GYONG KHA RANG GI LEN PA DANG  
GYÄL KHA ZHÄN LA BUL WAR SHOG

Cuando, por envidia, otros me maltraten con injurias, insultos o daños similares, aceptaré la derrota y ofreceré la victoria a los demás.

6. GANG LA DAG GI PHÄN TAG PÄI  
RE WA CHHE WA GANG ZHIG GI  
SHIN TU ME RIG NÖ CHE NAANG  
SHE NYEN DAM PAR TA BAR SHOG

Cuando alguien a quien he beneficiado y en el que he depositado grandes esperanzas me cause un daño terrible, lo consideraré como mi sagrado maestro.

7. DOR NA NGÖ DANG GYÜ PA YI  
PHÄN DE MA NAM KÜN LA BUL  
MA YI NÖ DANG DUG NGÄL KÜN  
SANG WÄ DAG LA LEN PAR SHOG

En resumen, tanto directa como indirectamente, ofrezco todo beneficio y felicidad a todas mis madres. Tomaré en secreto sobre mí todas sus acciones dañinas y su sufrimiento.

8. DE DAG KÜN KYANG CHHÖ GYÄ KYI  
TOG PÄI DRI MÄ MA PAG SHING  
CHHÖ KÜN GYU MAR SHE PÄI LÖ  
ZHEN ME CHHING WA LÄ DRÖL SHOG

Sin verme afectado por los oscurecimientos de las supersticiones de las ocho preocupaciones mundanas, que me libere de las ataduras del apego al percibir todos los fenómenos como ilusorios.

## Créditos:

Extraído de El néctar que fluye sin cesar de la transformación del pensamiento mahayana para aniquilar el demonio de la mente egocéntrica, compuesto por Langri Tangpa Dorje Senghe. Traducido al inglés por Lama Thubten Zopa Rimpoché en el Monasterio de Kopan, 1980. Revisado ligeramente por V. Constance Miller, 1997.

Traducido al español por el Servicio de Traducción de la FPMT.

\*\*\*

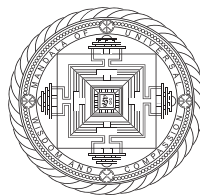
Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition, Inc.  
1632 SE 11th Avenue, Portland, OR 97214 USA  
[www.fpmt.org](http://www.fpmt.org)

© 2003, 2014 Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition, Inc. Todos los derechos reservados.

Edición en español: febrero de 2013. Servicio de Traducción de la FPMT.

Imagen de cubierta de Robert Beer, usado con permiso a la FPMT.

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.



**Fundación para la preservación de la tradición Mahayana**