

La Instrucción
sobre Apartarse de
los Cuatro Apegos
Compuesta por
Sakya Paṇḍita
Kunga Gyaltsen



Nalanda Ediciones

Colección Dharma para descargar.

Portada y maquetación: Gladys Mendía.

Esta preciosa y breve enseñanza fue traducida al castellano para Sangchen Norbu Ling, en el año 2022, por Thubten Könchog (Nuno Gonçalves), contando con las inestimables aclaraciones de Do Tulku Rinpoché, Ven. Khenpo Kunzang Chöphel y Ven. Khenpo Yugyal sobre el profundo significado de este texto. Se agradece sinceramente también a Drupchen Dorje y Daniela Sarrazin por sus valiosas contribuciones a la calidad, belleza y claridad de este trabajo. Por cualquier duda sobre la presente traducción, favor escribir a thubten.konchog@gmail.com

São Paulo, Brasil, junio de 2025.

La Instrucción sobre Apartarse de los Cuatro Apegos

Compuesta por Sakya Paṇḍita Kunga Gyaltsen

¡Ante los pies del noble Guru me postro!

Habiendo conseguido un cuerpo dotado de todas las libertades y condiciones favorables, habiendo encontrado las preciosas enseñanzas del Buddha, y habiendo generado una intención sincera, ahora es necesario emprender sin errores el sagrado Dharma. Con este propósito necesitamos apartarnos de los cuatro apegos.

¿Qué significa esto?

- * No aferrarnos a esta vida,
- * No aferrarnos a los tres reinos del saṃsāra,
- * No aferrarnos a nuestro interés personal,
- * Y no aferrarnos ni a las cosas funcionales ni a los signos.

La explicación de esto es la siguiente:

Esta vida es similar a las burbujas en el agua: el momento de la muerte es incierto, así que no vale la pena aferrarnos a ella.

Estos tres reinos del saṃsāra son similares a frutos venenosos: temporalmente deliciosos, pero finalmente dañinos; quienes a estos se aferran están confundidos.

Aferrarnos a nuestro interés personal es similar a criar el hijo de un enemigo: en un principio parece agradecido con nosotros, sin embargo, de seguro nos dañará eventualmente. Asimismo, aferrarnos a nuestro interés personal nos hace felices por un corto tiempo, pero eventualmente nos conduce a los reinos inferiores.

Aferrarnos a las cosas funcionales y a los signos es como creer que hay agua en un espejismo. Por un momento parece haber agua, pero luego, no hay nada ahí que podamos beber.

Ante la mente confundida este saṃsāra se hace aparente, sin embargo, al examinarlo bien por medio de la sabiduría, descubrimos que carece de cualquier existencia. Así que, habiendo llegado a la comprensión en donde nuestra mente no se involucra en el pasado, donde nuestra mente no se involucra en el futuro, y donde nuestra conciencia no se involucra en el presente, debiéramos entender que todos los fenómenos están exentos de elaboraciones.

De este modo, al no aferrarnos a esta vida, no migraremos a un renacimiento en los reinos inferiores. Al no aferrarnos a los tres reinos, no renaceremos en el saṃsāra. Al no aferrarnos a nuestro interés personal, no renaceremos como un śrāvaka o un pratyekabuddha. Al no aferrarnos ni a las cosas funcionales ni a los signos, lograremos la iluminación de forma rápida, completa y evidente.

Esto completa la composición de Sakya Paṇḍita, sobre aquello que el inmensamente glorioso Sakyapa quiso expresar en sus certeras instrucciones orales sobre 'Apartarse de los Cuatro Apegos.'

Sobre el traductor



Nacido en Santiago de Chile, 1980, Nuno Gonçalves (Thubten Könchog) es un poeta, traductor y practicante de la tradición Sakya del Budismo Tibetano. Comenzó su entrenamiento en España el año 2004, bajo la tutela del Ven. Khenpo Thubten Nyima. Desde entonces ha recibido enseñanzas y transmisiones de Su Santidad Gongma Trichen Rinpoche, Do Tulku Rinpoche y Tulku Pema Ozer Rinpoche, entre otros. Tras ser autorizado para impartir enseñanzas, regresa a Chile en 2008, donde se ha dedicado por completo a la difusión del Buddha-Dharma, con especial foco en las instrucciones sobre adiestramiento mental (Tib. loyong). Asimismo, ha servido como interprete para diversos Lamas y ha traducido al castellano numerosas enseñanzas budistas, publicando además algunos artículos en la destacada revista Lion's Roar. Sus poemas han sido publicados en revistas, tanto de Chile como del extranjero, y en 2024 publica "Peregrinaje", un breve poemario que retrata en verso su recorrido por el budismo. Hoy es el instructor residente de la comunidad budista La Higuera Inclinada, con base en Tongoy, Coquimbo.

¡Ante los pies del noble Guru me postro!

