

vivo como un animal salvaje en las montañas, pero eso agrada a todos los buddhas y bodhisattvas de todas partes. En este mundo no hay una felicidad mayor”.

Milarepa subsistió durante años en temperaturas glaciales a base de ortigas hervidas, sin nada con qué protegerse de los elementos excepto su ropa andrajosa y su feroz determinación de despertar para el beneficio de los seres. Sin embargo, ese empeño feroz, potenciado por el Dharma que había recibido, fue suficiente -porque realmente despertó, e inspiró a muchos otros incontables en número con su testimonio vivo de que es posible la transformación radical de una persona en una sola vida.

Gampopa: médico del cuerpo y de la mente (1079-1153)

Milarepa tuvo dos discípulos del corazón: Gampopa, también conocido como Dagpo Rinpoché, y Rechungpa. A los dos juntos se les describe como el sol y la luna, y cada uno emitió su inconfundible luz en el mundo. De los dos, se designó como el discípulo que era como el sol a Gampopa y su luminosa presencia brilla hasta nuestros días a través de los linajes Dagpo Kagyu que llevan en conjunto su nombre.

Al igual que su lama Milarepa, la experiencia directa del sufrimiento humano en su forma más cruda provocó la búsqueda del Dharma por parte de Gampopa. Nacido en 1079 d.C. en el Tíbet central, era el hijo mayor de una familia con una historia larga e ilustre. Según se cuenta, era un joven brillante e inquisitivo. Su familia influyente, que reconocía sus aptitudes, le dio una extensa educación, así como estudios en la profesión médica que muchos de su familia practicaban. A la edad de 22, ya reconocido médico erudito, Gampopa se casó y se dedicó a la vida de un cabeza de familia. Poco después, él y su esposa tuvieron dos hijos, un niño y una niña.

En sí, Gampopa parecía haber sentado las bases para tener una vida feliz, tanto en términos de la carrera de medicina como de la familia. Sin embargo, mientras sus hijos eran todavía pequeños, estalló una epidemia e hizo estragos en la región. Gampopa atendió paciente tras paciente como eminente médico local que era, no obstante, ni siquiera el total despliegue de sus conocimientos médicos pudo competir con la fuerza de la enfermedad. Gampopa se vio impotente de ayudar, ya que un paciente tras otro sufría y luego moría, atrapado en las garras implacables de la enfermedad.

Esta experiencia por sí sola hubiera sido suficiente para provocar una crisis existencial en el joven médico, alguien que confiaba en su conocimiento para poder controlar y combatir la enfermedad. Con todo, el encuentro de Gampopa con lo



En esta thangka del siglo XVI, se representa a Gampopa junto a su discípulo del corazón, Dusum Khyenpa. Museo de Arte Rubin, F1997.39.4 (HAR 561)

inevitable del sufrimiento y de la muerte penetraría en el fondo de su ser aún con mayor profundidad, cuando la epidemia atacó a su propia familia. Su amado hijo fue el primero en contraer la enfermedad. Fallaron todos los remedios y Gampopa se vio empujado a la experiencia que los padres del mundo entero más temen: tener que enterrar al propio hijo. Desconsolado, Gampopa llevó el pequeño cadáver a la tumba, allí rezó por su hijo, y volvió a casa. Con un gran peso que ya traía en el corazón por la experiencia, al entrar en la casa descubrió que ahora su hija también yacía enferma, tras haber contraído la misma enfermedad. Días después, también ella sucumbió y de nuevo Gampopa cogió en brazos a la hija en la que había depositado tanto amor y esperanza, y la llevó al mismo lugar que su hijo.

Al volver a casa, descubrió que su esposa también presentaba síntomas de la enfermedad. Su estado se deterioró con rapidez, y enseguida llegó al borde de la muerte. Mientras Gampopa era un espectador impotente, su esposa se cernía en el límite de la vida luchando por cada respiración y atormentada por el dolor y, sin embargo, incapaz de soltar. Cuando quedó claro para Gampopa que ella solo estaba posponiendo lo inevitable y se causaba más tormento, éste le preguntó qué era lo que la mantenía apegada a su cuerpo enfermo. Respondió que era su apego a él, su marido, lo que le impedía prepararse en paz para pasar a la próxima vida. Su último deseo, dijo, era que dedicara el resto de su vida a la práctica del Dharma, en lugar de crear una nueva familia. Gampopa respondió que su único propósito después de que ella se hubiera ido era hacerse monje y pasarse la vida practicando el Dharma. Su esposa se sintió complacida, pero quería más seguridad y le pidió que jurara sus intenciones ante un testigo. Cuando lo hizo, ella pudo descansar en paz y Gampopa enterró al último miembro que quedaba de su frágil familia.

Tras la muerte de su esposa, Gampopa hizo una estupa para ella, arregló sus asuntos mundanos y se marchó en busca del Dharma. De este modo, la renuncia de Gampopa por los asuntos corrientes se basaba en su comprensión profunda de que el conocimiento mundano resultaba del todo inadecuado para eliminar el sufrimiento de los que más deseaba proteger.

Entró en retiro solitario, donde quedó claro que tenía grandes aptitudes para la práctica meditativa. Con todo, Gampopa reconoció que sacaría provecho del estudio y de la instrucción personal, así que partió hacia Phenyul, por aquel entonces un próspero centro para la práctica y el estudio de las enseñanzas kadampa.

Gampopa recibió su ordenación monástica de los maestros kadampa, y se sumergió en el estudio de los tratados y tantras principales kadampa. Primero buscó a Gueshe Potowa, pero poco después se formó con una serie de renombrados maestros kadampa. En un momento determinado, Gampopa optó por dedicar más tiempo a practicar y se fue del monasterio a un lugar cercano. Se dice que durante ese período estudiaba el Dharma de día y meditaba de noche; tan intensa era su sed de Dharma. A medida que continuó con sus prácticas meditativas, su concentración aumentó hasta el punto de que podía mantenerla durante 13 días enteros.

Un día, Gampopa oyó por casualidad a tres mendigos alabar las cualidades de un gran yogui con el nombre de “Milarepa”. El mero sonido del nombre de Milarepa despertó en él una devoción tan abrumadora, que Gampopa literalmente se desmayó. La intensidad de sus emociones al oír el nombre de Milarepa se compara en



Gampopa pasó la última etapa de su vida propagando el Dharma a la sombra de estos picos próximos a Daklha Gampo. Foto de Tensin Dorje

los textos con el sentimiento de un joven al ver a una bella mujer por primera vez. Cuando recorrió la conciencia, Gampopa empezó a postrarse varias veces y luego se sentó a meditar. A pesar de sus poderes habituales de concentración, fue incapaz de mantener la mente en calma, de tan emocionado que estaba por la idea de conocer a Milarepa. Más entrada la noche, cuando de nuevo intentó meditar, su mente entró en un estado de samādhi de forma espontánea, como nunca antes había conocido, y Gampopa saboreó por primera vez los siddhis que vendrían.

Impulsado por su anhelo de ver la cara de Milarepa y sentarse a sus pies, Gampopa viajó cruzando el Tíbet y, en el lejano oeste, el gran yogui lo recibió por fin. En claro contraste con el primer encuentro de Milarepa con su lama Marpa, aquél lo aceptó como discípulo enseguida. En esa ocasión Milarepa declaró que Gampopa propagaría las enseñanzas del linaje en todas las direcciones. Preparado por su propia experiencia vital, su ordenación monástica y el fuerte compromiso con la renuncia y la compasión que le enseñaron los maestros kadampa, Gampopa llegó como un recipiente perfectamente preparado para recibir lo que Milarepa tenía para ofrecer. En poco tiempo, éste había transmitido sus enseñanzas al entusiasta y receptivo Gampopa, y le confirió las instrucciones completas de Mahāmudrā. En menos de un año tras su llegada, Milarepa comprendió que Gampopa estaba listo y lo envió a hacer retiro.

Cuando se iban a separar, Milarepa dijo a Gampopa que tenía una instrucción personal que aún no había transmitido a ninguno de sus discípulos. Cuando Gampopa ya se marchaba, Milarepa lo llamó otra vez, y le dijo que, más que nada, no quería que la instrucción se perdiera. Mientras Gampopa esperaba sentado y expectante su consejo, Milarepa le dio la espalda y se levantó la túnica de algodón, y dejó a la vista las nalgas, que se habían endurecido y llenado de callos por completo durante los largos años de intensa meditación. “El consejo más profundo que tengo”, dijo Milarepa a Gampopa, “es el de meditar”.

Con la promesa de volver a ver a Milarepa de nuevo, Gampopa partió y se tomó muy en serio tal consejo. Tras su estancia en el refugio de montaña, en el viaje de regreso para ver al lama que tanta devoción sincera despertó en él, Gampopa se enteró de que Milarepa ya había fallecido y, afectado de dolor, lloró al saber la pérdida.

Aunque ahora ya carecía de la orientación cara a cara del lama que tan profundamente lo había inspirado a buscar la iluminación, a Gampopa no le faltaba ninguna de las iniciaciones, instrucciones ni bendiciones que necesitaba, así que decidió dedicar su vida a la práctica. Durante siete años, en una zona llamada Rolka practicó Mahāmudrā y otras meditaciones que Milarepa le había transmitido.

Después, Gampopa continuó en lo que llegaría a ser su sede principal, Daglha Gampo. Allí tenía pensado entrar en retiro sellado en el que lo tapiarían del todo en un cuarto con solo un pequeño hueco para que le pasaran las provisiones. Tenía la

intención de encerrarse durante 12 años, hasta que tuvo una visión de las *dākinīs* que le aconsejaron que sería mejor pasarse 12 años propagando el Dharma que pasarlos en un retiro sellado.

Por aquel entonces, los *gueshes kadam*, los *yoguis* y los monjes corrientes comenzaron a llegar a *Daglha Gampo* buscando la dirección espiritual de *Gampopa*. Además de su propia realización y las bendiciones del linaje, *Gampopa* ofrecía a sus discípulos algo que ningún otro maestro espiritual podía entonces: las enseñanzas que integraban el enfoque *kadampa* con las instrucciones meditativas del *Mahāmudrā*. Al integrar ambas, *Gampopa* fraguó una poderosa combinación de *sutra* y de *tantra* que contenía instrucciones para realizar la naturaleza de la mente.

A partir de ese punto, las actividades que llevaba a cabo *Gampopa* para propiciar el bienestar de los demás y expandir el Dharma crecieron cada vez más. Entre los numerosos discípulos de *Gampopa* que obtuvieron realizaciones, se encontraban los tres extraordinarios maestros procedentes de *Kham*: *Dusum Khyenpa* (1110-1193), *Phagmodrupa Dorje Gyalpo* (1110-1170) y *Seltong Shogom* (nacido en el s. XII). Además, el lama *Gomtsul* (*Tsultrim Nyingpo*, 1116-1169), sobrino de *Gampopa*, se convertiría en maestro por derecho propio y se haría responsable del monasterio de *Gampopa* después que hubiera fallecido el maestro.

En un lapso bastante corto de tiempo, *Gampopa* había atraído literalmente a miles de discípulos, y *Daglha Gampo* llegó a ser un centro próspero de la actividad del Dharma. La presentación que *Gampopa* hacía del Dharma estaba basada en la comprensión vívida del sufrimiento impregnante de los seres con el que la pérdida de su familia tanto le había marcado. Y sin embargo, el gran tamaño de la comunidad *dhármica* a la que atendía indica que *Gampopa* podía moverse bien más allá de las peculiaridades de su propia experiencia vital para conectar con un gran número de discípulos. De hecho, una característica principal de la habilidad de *Gampopa* como maestro era su capacidad para presentar las verdades del Dharma en unos términos sorprendentemente claros y directos, al alcance de oyentes de muchos niveles espirituales. Sus enseñanzas brillaban con la frescura de su propia experiencia y realización, como se palpa en las notas de los discursos que dio (véase página 52).

Hasta que falleció en 1153 d.C., *Gampopa* dedicó toda su vida adulta a asegurarse de que otros también encontraran la manera de transformar sus experiencias más difíciles y dolorosas en fuente de bienestar para los demás. De ese modo, el esplendor del discípulo de *Milarepa*, que es como el sol, continúa brillando a través de los siglos, ofreciendo luz y vida y dando afecto al mundo. ☺



Un “rosario dorado” de maestros del linaje transmiten las enseñanzas de *Gampopa* y hoy en día ponen las enseñanzas *dagpo kagyu* al alcance de todo el mundo. *Stephan Storm* y la *shedra* de *Karma Lekshe Ling* ofrecieron este conjunto de estatuas de todo el rosario dorado al *decimoséptimo Karmapa* durante la ceremonia de apertura *Karmapa 900* en *Bodhgaya*, en diciembre de 2010. Foto de *Liao Kuo Ming*