

3 marzo 2018

1ª Sesión

Motivación

Somos muy afortunados por darnos este tiempo para escuchar enseñanzas. Algunos podéis pensar que sois afortunados por estar con Guesela. También por lo que está sucediendo el mundo, porque hay países en guerras y en la pobreza, como en Sudamérica o experimentando situaciones desagradables como huracanes, incendios, el clima, etc. A pesar de todo esto, tenemos condiciones buenas que nos han permitido venir a escuchar enseñanzas, por eso somos afortunados. Debemos reflexionar en esto.

Solo hay que ver las noticias para darnos cuenta, de que hay seres humano experimentando estas situaciones difíciles y es bueno pensar que ojalá ningún ser tenga que volver a experimentar estas situaciones. También nos ayuda a reflexionar, en que estamos en una buena situación comparados con ellos, gracias a los méritos que hemos acumulado en el pasado. Especialmente, debemos reflexionar en esto cuando estemos experimentando dificultades, que son pequeñas comparadas con la de otros seres.

También somos muy afortunados porque en este centro no hablamos de política, de economía o de como dañar a los demás. Sino que en este lugar tratamos de aprender cómo ser mejores personas. Esto es lo que nos enseñan los grandes maestros que han pasado por aquí.

La finalidad de mencionar esto es darnos cuenta, de que si tenemos esta oportunidad es porque en el pasado creamos muchas causas y condiciones muy difíciles de acumular. Esto os lo puedo asegurar. Solo hay que pensar en cuantas personas viven en Valencia y cuantas de ellas está aquí, que son una minoría, además, hay muy pocos centros budistas en Valencia. Por lo tanto, no es fácil estar en este lugar.

Todos queremos ser felices y no sufrir, pero es muy difícil crear las causas y condiciones que nos lleve a encontrarnos con ello, por eso no hay muchas personas aquí. Por eso, debemos sentir mucha alegría de tener esta oportunidad.

Estamos aquí para escuchar algo muy importante, que después cada uno trata de aplicar de acuerdo a su capacidad mental. Además, acumulamos méritos que dañan las acciones negativas. También gracias a estar aquí, tratamos de abandonar las acciones erróneas.

Las distintas motivaciones de acuerdo a las aspiraciones de cada uno

Después de esta vida tenemos dos opciones: un buen renacimiento o un mal renacimiento. Esto también lo mencionan otras religiones. Lo que aprendemos en este lugar, es cómo obtener un buen renacimiento y evitar un mal renacimiento.

Pero si reflexionamos más profundamente, llegaremos a la conclusión, de que a pesar de tener un buen renacimiento experimentamos situaciones desagradables y generaremos el deseo de no estar más en el samsara y liberarnos.

Pero si profundizamos más, nos daremos cuenta, de que aunque alcancemos la liberación, no habremos alcanzado el estado completo y perfecto de un Buda. Para tener una mente omnisciente, debemos conseguir una mente extremadamente bondadosa. Por eso, estar aquí nos hace muy afortunados, porque hablamos de temas importantes que luego podemos aplicar en nuestra vida.

La manera de enfocar los problemas para poder practicar las enseñanzas

Para ir avanzando en el camino primero debemos tener una mente tranquila, p. ej. si cocinamos con una mente agitada o de mal humor, la comida no sale buena. Si en algo tan sencillo influye el tipo de mente que se tiene, mas aún para practicar las enseñanzas.

Para conseguir una mente tranquila hace falta cultivar buenos pensamientos y no permitir que nuestra mente se enfoque solamente en lo desagradable de la situación. En vez de eso hay que pensar, que ver la situación de una forma negativa no disminuye el problema, sino cuando la enfocamos de una forma mas sana.

Si nos obsesionamos con el problema, llegaremos a pensar que es el peor y nos hacemos mucho daño, tanto a nivel mental como físico. Es mejor pensar: "estoy experimentando esta situación porque he creado las causas y condiciones en el pasado, así que ¿tiene solución?" y si llegamos a la conclusión de que no tiene solución, lo aceptamos y vemos sus aspectos positivos, como que ya no lo experimentaremos en las vidas futuras.

¿Significa que todo lo que experimentamos es consecuencia de acciones de vidas pasadas? la respuesta es que también pueden ser consecuencia de acciones de esta vida, pero es mejor verlo así para nuestra mente.

En las enseñanzas se dice que hay que meditar en el sufrimiento y ahora Guesela nos dice que no debemos meditar en el sufrimiento ¿es una contradicción?. No hay contradicción, porque no debemos meditar en el sufrimiento en el sentido de obsesionarnos con el hasta llegar a pensar en el suicidio. En cambio, debemos meditar en el sufrimiento para generar la renuncia y después surgirá la mente de bodichita, hasta llegar a la budeidad. Por lo tanto, necesitamos meditar en el sufrimiento para alcanzar la budeidad.

Debemos adiestrar nuestra mente para que sea mas abierta, viendo que lo que experimentamos es resultado de causas y condiciones que nosotros mismos creamos, como cuando cocinamos mal, que solo podemos comer en silencio y sin culpar a nadie.

Todas nuestras experiencias son consecuencias de nuestra propias acciones, por eso las experimentamos. Esto evita que nos hundamos en la situación, porque no pensaremos en el problema constantemente. Esto es necesario para tener una mente más feliz.

En la medida en que tengamos mayor convicción la ley de causa y efecto mas felices estaremos. Para conseguirlo, hace falta estudiarlo, que significa reflexionar en ello hasta tener una fuerte convicción. Y cuando esta convicción se hace firme, tu felicidad comienza a crecer como un amanecer.

Debemos cuestionarnos, si la actitud de pensar constantemente en un problema nos hace daño o nos beneficia. Si nos ayudara a resolver nuestros problemas, les diríamos a nuestros familiares que se preocupen mucho para solucionarlo. Pero por lógica sabemos, que no soluciona nuestros problemas.

Cuando alguien nos haga daño, debemos aplicar la paciencia que es una cualidad que podemos cultivar a través del razonamiento. Pero si recordamos el daño, generaremos enfado y nos haremos daño, que es el objetivo de nuestros enemigos. Pero si no le das importancia al daño causado, nadie podrá hacerte daño y saldrás beneficiado.

Los que en realidad nos hacen daño son el apego, el enfado y la ignorancia. Pero para destruirlos, debemos trabajar mucho y no es algo fácil. Por eso hay practicas más sencillas para trabajar con

las emociones aflitivas, como no obsesionarnos con los problemas y no recordar el daño causado.

También es bueno recordar que hay situaciones peores que las nuestras, así conseguiremos ver que la nuestra no es tan mala, p. ej. en Sudamérica hay personas que viven en la selva como animales y hay personas que tienen incapacidades físicas.

Necesitamos reflexionar mucho en esto y como seres humanos tenemos un gran potencial para conseguirlo, a diferencia de los seres de otros reinos como los animales o los dioses, que están absortos en placeres. En realidad, el ser humano es el único que tiene esta oportunidad de alcanzar el estado completo y perfecto de un Buda.

Este gran potencial lo debemos utilizar en la reflexión, de lo contrario nos quedaremos tal cual estamos y no avanzaremos.

El modo correcto de escuchar enseñanzas

Tanto el que expone las enseñanzas como el que las recibe, deben seguir unas normas para acumular más méritos y así poder transformar la mente en una más amorosa, compasiva, paciente y demás cualidades que admiramos. Pero si no tenemos muchos méritos, estas cualidades son difíciles de alcanzar.

En la actualidad, experimentamos problemas debido a la falta de amor, paciencia y por tener una gran insatisfacción como con el dinero.

Guesela: ¿qué normas debemos seguir al escuchar enseñanzas?.

Estudiante: el estudiante debe evitar caer en las 3 faltas del recipiente. También tener inteligencia y ser imparcial.

Estudiante: debe cultivar las 6 actitudes.

Guesela: es correcto. Se deben evitar caer en los 3 errores del recipiente y cultivar las 6 actitudes. Si actuamos así, aunque el que enseña no tenga muchas cualidades, estaremos acumulando muchos méritos y las enseñanzas van a ser extremadamente beneficiosas.

Repaso

Hay 3 tipos de adiestramientos: el de la persona de capacidad inferior, media y superior, que se refieren a su actitud o mentalidad. La capacidad mental se refiere a los cambios que puede realizar en su mente.

Estamos en el adiestramiento de la persona de capacidad superior, que se logra cuando nos entrenamos en los adiestramientos previos. Se trata de una mente muy amplia que quiere beneficiar a todos los seres trabajando en su beneficio, por eso necesita alcanzar el estado de un Buda. Pero no es suficiente con tener esta actitud mental, sino que hay que trabajar con ella.

Este adiestramiento tiene dos partes: desarrollar las perfecciones para madurar en nosotros las cualidades de un Buda y así poder madurar completamente la mente de los demás, a través de los 4 modos de acumular discípulos.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A Explicación extensa sobre cómo entrenarse en la conducta en general

1. El entrenamiento en las perfecciones que maduran las cualidades búdicas de uno.
2. El entrenamiento en las cuatro formas de reunir discípulos que maduran el continuo de otros.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1 El entrenamiento en las perfecciones que maduran las cualidades búdicas de uno

- A. Cómo entrenarse en la perfección de la generosidad.
- B. Cómo entrenarse en la perfección de la moralidad.
- C. Cómo entrenarse en la perfección de la paciencia.
- D. Cómo entrenarse en la perfección del esfuerzo gozoso.
- E. Cómo entrenarse en la perfección de la concentración.
- F. Cómo entrenarse en la perfección de la sabiduría.

Antes debemos tener claro, ¿cuál es la diferencia entre la generosidad, la perfección de la generosidad y la práctica de la generosidad?.

Estudiante: la generosidad es la mente de dar, la perfección de la generosidad es cuando además, se está en el camino de la visión porque se tiene la percepción directa de la vacuidad.

Guesela: un ser de la primera tierra, tiene la perfección de la generosidad y la generosidad como tal, la tenemos todos los seres. Entonces, ¿qué es la práctica de la perfección de la generosidad?.

Estudiante: a partir de la primera tierra, la práctica de la generosidad se convierte en perfección de la generosidad.

Estudiante: es la que es practicada por los seres ordinarios.

Guesela: si damos una moneda, ¿cuándo se convierte en generosidad y cuándo en práctica de la perfección de la generosidad?.

Estudiante: cuando se acompaña de la motivación de que sea para el beneficio de los seres.

Guesela: si alguien ofrece una varita de incienso, ¿cuántos tipos de motivación puede tener?.

Estudiante: 3 o 4.

Guesela: supongamos que en una habitación huele mal y pensamos en poner una varita de incienso, ¿qué tipo de motivación sería?.

Estudiante: una motivación mundana.

Guesela: por lo tanto, se puede actuar con una motivación dirigida hacia esta vida, hacia las vidas futuras, hacia la liberación o hacia la budeidad.

Continuamos con el comentario**2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A1 La entidad de la perfección de la generosidad**

- A. La entidad.
- B. La medida para su perfección.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A1A La entidad

El texto dice:

Primero: la entidad de la generosidad es una intención virtuosa de dar, y las acciones de cuerpo y habla motivadas por ella. Es la intención en el momento en el que el cuerpo y habla se involucran en la generosidad.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A1B La medida para su perfección

El completamiento de la perfección de la generosidad no depende de haber eliminado la pobreza de los seres, por medio de dar a los otros las substancias que han de ser dadas. En vez de ello, llega a convertirse en perfección de la generosidad a través de destruir el aferramiento de la avaricia, y a través de completar la familiarización de uno con la mente que da a los otros, junto con los efectos del dar.

Guesela: ¿qué es la avaricia?

Estudiante: una emoción aflictiva.

Guesela: es correcto. En el texto se menciona “la impregnación de la avaricia” u oscurecimiento ¿a qué se refiere?.

Estudiante: en otras ocasiones se ha dicho, que no es ni engaño, ni obstrucción a la omnisciencia.

Guesela: es correcto. El oscurecimiento de la avaricia, no es un oscurecimiento hacia los engaños porque si lo fuera, los Arahats lo habrían eliminado, pero se elimina a partir de la primera tierra.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A2 Sus subdivisiones

A. Subdivisiones desde el punto de vista de las bases individuales.

B. Subdivisiones de la entidad de la generosidad.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A2A Subdivisiones desde el punto de vista de las bases individuales

1. Explicación de las generosidades individuales para las bases individuales.
2. La adquisición y el regalo de cosas materiales que interrumpen los estudios y demás de la persona ordenada, están prohibidos; mientras que si son obtenidos sin dañar a sus estudios, deberían de ser regalados.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A2A-1 Explicación de las generosidades individuales para las bases individuales

El texto dice:

En los Votos de liberación del bodhisatva (Bodhisattva-pratimoksa) se enseña que la generosidad de dar cosas materiales es practicada generalmente por los bodhisatvas laicos, mientras que los bodhisatvas ordenados deberían de practicar la generosidad de dar el Dharma, en vez de la generosidad de regalar cosas materiales.

Puede generar confusión el mencionar a los bodhisatvas. Pero se distingue entre los laicos y los ordenados, porque para poder dar objetos materiales, se debe invertir tiempo y trabajo.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A2A-2 La adquisición y el regalo de cosas materiales que interrumpen los estudios y demás de la persona ordenada, están prohibidos; mientras que si son obtenidos sin dañar a sus estudios, deberían de ser regalados

El texto dice:

Además, en el Compendio de los entrenamientos, aclarando eso que interrumpe los estudios y demás, dice que la donación de regalos por parte del ordenado tras haber trabajado para poseer cosas materiales, está prohibido. No obstante, si ellos las obtienen en grandes cantidades a través del poder del mérito acumulado previamente, sin haber dañado

sus actividades virtuosas, ellos deberían de dar cosas materiales. Sharawa también dijo: “A ti no te hablaré de las ventajas de la generosidad, pero te hablaré de las desventajas del aferramiento.” Esta es la palabra de alguien a quien no le agradaba que los ordenados estuvieran haciendo regalos, tras haberse esforzado para obtener y acumular riquezas, y haber dañado con frecuencia su moralidad ética.

Significa, que si los ordenados para conseguir bienes materiales deben involucrarse en trabajos y con ello dañar su disciplina ética, es mejor no practicar la generosidad con estos objetos. Pero si reciben objetos materiales en virtud de sus méritos, deben darlos.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A2B Subdivisiones de la entidad de la generosidad

1. La generosidad de regalar el Dharma.
2. La generosidad de proteger del miedo.
3. La generosidad de regalar cosas materiales.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A2B-1 La generosidad de regalar el Dharma

El texto dice:

Segundo: la generosidad de regalar el Dharma es enseñar sin error el sagrado Dharma; enseñarlo lógicamente, sin malentendidos; las acciones mundanas tales como los distintos oficios y demás; y hacer que los otros se involucren en poseer las bases de los entrenamientos.

Significa que cualquier cosa que hagamos, como dar un consejo o nuestro ejemplo, sería ésta práctica de la generosidad de dar el dharma. También, cuando alguien quiere tomar los votos de refugio o de laico y le das consejos sobre cómo mantenerlos.

Por lo tanto, este tipo de generosidad no está limitada a los maestros que se sientan en un trono o los monjes y monjas, sino que cualquiera lo puede practicar, cuando con una motivación correcta de querer beneficiar a esa persona, si ves que está realizando una acción incorrecta le aconsejas que no la realice y que realice acciones virtuosas. Pero si damos un buen consejo buscando un beneficio personal o para las personas cercanas solamente, no sería una práctica de generosidad de dar el dharma.

Como dice Vasubandhu: *hay que dar el dharma libre de toda mente afflictiva.* Es decir, nuestra motivación debe estar libre de engaños y buscar el beneficio de los demás, para que abandonen las acciones incorrectas y cultiven la virtud. Es decir, sin esperar nada a cambio y que sean enseñanzas sin error.

Transmisión oral del mantra

Hoy se dará la transmisión oral del mantra de *Vajrapani*. La recitación del mantra es secreto, de lo contrario, se dice que perjudica el poder del mantra y no porque sea algo malo. Para que podamos generar más fe en el mantra y mantener la visualización. También se dará la transmisión oral del mantra de Chenrezig y de Manjushri.

No están obligados a recibir esta transmisión oral si no saben lo que es. Con no repetir después del maestro es suficiente para no recibirlo. Los que queráis recibirlo, debéis repetir después del maestro con las manos juntas.

Si alguien no está seguro de recibirlo como maestro no se sientan obligados, porque cuando se recibe la transmisión oral y no se está convencido del maestro, se restan bendiciones al mantra.

Si dudamos al respecto, no nos beneficiamos completamente. Por lo tanto, no porque sea un mantra significa que debemos recibirlo, sino que es una decisión personal.

En esta ocasión damos la transmisión oral en público, porque puede ser beneficioso para algunas personas.

*Transmisión oral***Continuamos con el comentario**

Algunas personas piensan, que un pez es igual que un tomate que no tiene vida y que está para el consumo, por eso no ven que sea negativo matarlo. Si a este tipo de personas les hacemos ver, que como son seres vivo no debemos quitarles la vida, estaríamos practicando la generosidad de proteger del miedo.

Lo más importante, es que demos el consejo con la intención de que la persona se involucre en la virtud.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A2B-2 La generosidad de proteger del miedo

El texto dice:

La generosidad de proteger del miedo es proteger completamente a otros del miedo a los humanos, tales como reyes, bandidos, etc., y del miedo a los no humanos, tales como leones, tigres, etc., y del miedo a los elementos tales como el agua, el fuego, etc.

Guesela: ¿porqué nos puede dar miedo un rey?.

Estudiante: si es un rey maligno.

Guesela: es correcto. Especialmente por las leyes que pueden dictar en perjuicio de los demás, pero en occidente tienen menos poder. Se refiere principalmente a terminar en prisión.

También se protege del miedo, cuando ayudas a salir a alguien de la cárcel. Pero hay que utilizar el sentido común, porque si va a crear mas problemas dañando a los demás, mejor es que permanezca en la cárcel. Pero si se trata de alguien que se ha reformado, podríamos practicar este tipo de generosidad.

También se menciona el proteger a otras personas de los bandidos y de otros animales como los leones de las nieves, que existieron en algún momento, por eso, en el *estadio de generación* hay un estado de concentración llamado "como el león de las nieves". Se refiere a que por ser el rey

de los animales no tenía miedo, sino que estaba relajado porque sabía que nadie le podía hacer daño.

La protección por miedo a los elementos como el agua, el fuego, etc., sería p. ej. cuando por ayudar a alguien, le indicas dónde queda una calle o quitas un animal del medio de la calle para que no le pisen. También, cuando devuelves un animal al agua o le sacas del agua para proteger su vida.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A2B-3 La generosidad de regalar cosas materiales

El texto dice:

La generosidad de dar cosas materiales es dar cosas materiales a otros.

Como dar el cuerpo, objetos de disfrute, etc.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A3 Cómo generar la generosidad en el continuo de uno

- A. Como para completar la perfección de la generosidad es necesaria la mente que da todas sus posesiones, en vez la mera destrucción de la tacañería.
- B. Pensando en las ventajas de dar y en las desventajas de no dar.
- C. El método para involucrarse en la generosidad.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A3A Como para completar la perfección de la generosidad es necesaria la mente que da todas sus posesiones, en vez la mera destrucción de la tacañería

El texto dice:

Tercero: meramente la destrucción toda tacañería sin excepción con respecto al propio cuerpo y recursos, no se convierte en perfección de la generosidad porque puesto que la avaricia está incluida en el apego, los dos tipos de Arhats del Hinayana también la han abandonado sin excepción, junto con sus semillas. Puesto que es necesario no solo eliminar el obstáculo a la generosidad, el agarrarse a todas las cosas que es la avaricia, sino que desde lo más hondo del corazón se ha de generar el pensamiento de dar todas las posesiones de uno a los demás.

Guesela: ¿por qué dar el cuerpo o los bienes materiales sin tacañería, no se convierte en perfección de la generosidad?.

Estudiante: porque lo practicarían los Arahats o Realizadores solitarios y no es el caso.

Guesela: es correcto. Dar el cuerpo y recursos sin tacañería no es perfección de la generosidad, porque esto ya lo han conseguido los Arahats o Realizadores solitarios.

Antes se mencionó la generosidad de dar cosas materiales y ahora se va a explicar más. Cuando se da algo a los Budas o a una persona necesitada es un acto de generosidad. Pero hay que dar sin el pensamiento de que se ha dado mucho, sino con una mente que quiere dar hasta cuanto podamos.

La práctica de la generosidad también implica dar el cuerpo, pero hay que utilizar el sentido común, porque no debemos hacerlo hasta que lleguemos al nivel en que al darlo no tengamos molestias, hasta entonces debemos cuidar nuestro cuerpo.

Incluso aunque sea un ser muy avanzado en su nivel de compasión, no debe dar su cuerpo porque le puede causar incomodidad.

Debemos dar felices los objetos que nos piden, porque estamos cumpliendo con sus deseos, pero con sentido común, porque si es alguien con problemas mentales no sería apropiado p. ej. darle un arma.

Si no se conoce mucho el budismo y se escuchan estas enseñanzas, se pueden pensar que el budismo no es para nosotros, pero conforme avanzamos en el adiestramiento, se alcanza el logro de no sufrir al dar nuestro cuerpo.

Sobre esto se refiere la historia de Dharmarakshita, que cuando estaba en un lugar escuchó una conversación entre un médico y otra persona que estaba gravemente enferma. El médico le dijo que la única forma de sobrevivir era si comía carne humana. Pero como era algo difícil de conseguir, no tenía muchas esperanzas de vida.

Para poder dar sin dificultades el cuerpo se debe haber alcanzado la visión directa de la vacuidad y Dharmarakshita todavía no la tenía, porque no había alcanzado la primera tierra. Pero le conmovió mucho lo que escuchó porque tenía gran compasión, que quería ayudar a esa persona. Así que fue a ver a su médico, para asegurarse de que si le daba su carne se iba a curar.

El médico le aseguró que se curaría y decidió darle su carne, pero como no tenía la visión directa de la vacuidad, cuando la cortó le salió mucha sangre y tuvo mucho dolor. Al día siguiente Dharmarakshita visitó a la persona enferma para preguntarle si se sentía mejor y el enfermo le dijo que así era, pero que sentía mucho haberle causado ese dolor. Sin embargo, Dharmarakshita se sentía feliz porque le había ayudado y con eso tenía suficiente, es decir, en ningún momento se arrepintió de haber dado su carne.

Su dolor era tan intenso que no pudo dormir en toda la noche. Y la siguiente noche también tenía mucho dolor, pero como estaba tan cansado se durmió y soñó que un ser blanco le lamía su herida. Cuando despertó del sueño su herida estaba seca. Había sido una emanación de Chenrezig la que le bendijo y curó su herida.

Pero cuando tienes el logro de la visión directa de la vacuidad, dar el cuerpo es algo gozoso y cada vez que lo cortas te produce más placer.

Guesela: ¿cómo es la historia de Shariputra?.

Estudiante: un demonio le pidió su mano derecha y él se la cortó y luego se la ofreció con la izquierda. Como en la India ofrecer algo con la mano izquierda es irrespetuoso, el demonio se enfado y la rechazo. A Shariputra le dolía mucho y se arrepintió de haberlo hecho y por eso degeneró su bodichita y cayó al vehículo hinayana.

Guesela: entonces Shariputra pensó: “si para complacer a un solo ser hay que hacer algo tan difícil, no podré trabajar por todos los seres”. Esto sucedió porque no había alcanzado al camino de la visión.

En conclusión, si tenemos objetos materiales es muy importante practicar la generosidad, porque así creamos las causas de que en el futuro tengamos abundantes recursos materiales. Si además, los damos con la motivación de que sea para el beneficio de los seres, se convierte en causa para la budeidad y no hay nada mejor que la budeidad. Por lo tanto, son muchos los beneficios de practicar la generosidad.

Pero si no tenemos objetos que dar, esto no es una limitación para practicar la generosidad, porque podemos hacerlo a nivel mental. Lo importante es cultivar una mente que desea dar.

Esto también nos ayuda a recordar, que si estamos en la pobreza o en una mala situación económica, es porque en el pasado no practicamos la generosidad.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A3B Pensando en las ventajas de dar y en las desventajas de no dar

El texto dice:

Por eso es necesario meditar en ambas, en las desventajas de agarrarse a las cosas, y en las ventajas de dar. Lo último, tal como se enseñó en el Sutra de la lámpara de Luna (Chandra-pradipa Sutra):

“Puesto que el cuerpo es sucio, y la fuerza vital fluctúa como el agua cayendo desde una montaña, y puesto que el cuerpo y la fuerza vital están bajo el poder del karma, y por tanto carecen de una entidad propia, deberías de verlos como siendo ilusorios, como un sueño o un espejismo, y deberías poner fin a tu apego a ellos. Si no lo reviertes, tú llegarás a caer bajo el poder del apego, acumularás una conducta muy errónea, e irás a los renacimientos inferiores.”

Lo segundo, las ventajas que hay en dar, son tal como se enseñó en el Compendio de los entrenamientos:

*“De este modo, mi cuerpo y mi mente
Van muriendo con cada instante.
Si con este cuerpo que es impuro e impermanente,
Yo alcanzo la Iluminación inmaculada y permanente,
¿No fue obtenida gratis?”*

Para involucrarnos en una práctica virtuosa, antes debemos ver las ventajas de hacerlo y las desventajas de no hacerlo, como ver las desventajas de la preocupación y las ventajas de tener una mente tranquila. Lo mismo debemos hacer con la generosidad, para querer dar debemos ver todo lo que recibimos si la practicamos y las desventajas de no hacerlo.

Además, si vemos que el cuerpo es algo sucio, dejaremos de aferrarnos a el, al cortar con el apego.

Preguntas

Estudiante: si Shariputra y Dharmarakshita no tenían la visión directa de la vacuidad, ¿por qué Dharmarakshita consigue hacer esta practica y shariputra no?.

Guesela: ¿cuál crees que es la diferencia?.

Estudiante: que Shariputra se arrepintió y Dharmarakshita no.

Guesela: Shariputra se arrepintió por sentirse incapaz, es decir, abandonó trabajar para el beneficio de los demás. En cambio, Dharmarakshita tenía una fuerte compasión hacia los seres y la bodichita.

Estudiante: la paciencia es otra perfección, ¿podría considerarse una práctica de generosidad?.

Guesela: lo veremos mas adelante, cómo practicando la perfección de la generosidad también practicas el resto de las perfecciones. Mas aún, en la *práctica de las 7 ramas* se incluyen las *6 perfecciones*.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A3C El método para involucrarse en la generosidad

1. Cómo generar realmente la generosidad.
2. La importancia de la actitud interior.
3. La generosidad que es un mero pensamiento.
4. Cómo hacer que la generosidad posea las seis perfecciones.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A3C-1 Cómo generar realmente la generosidad

- A. El tópico.
- B. Cómo deberían de actuar los principiantes.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A3C-1A El tópico

El texto dice:

En Involucrándose en la conducta del bodhisatva describe como la generosidad debería de ser verdaderamente generada:

*“Mi cuerpo y todas mis posesiones,
Y todas mis raíces de virtud acumuladas en los tres tiempos,
Las daré sin ningún sentimiento de pérdida
Para conseguir el beneficio de todos los seres.”*

Lo mismo que esto, cogiendo los tres -tu cuerpo, posesiones, y tus raíces de virtud- como tu objeto, deberías de familiarizarte una y otra vez con el pensamiento de regalarlas a todos los seres.

Significa que debemos acostumbrarnos al pensamiento de dar.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A3C-1B Cómo deberían de actuar los principiantes

El texto dice:

Puesto que ahora tu tendencia es inmadura y con poca fuerza, ahora no deberías de dar tu carne y demás, incluso aunque ya hayas dado mentalmente tu cuerpo a todos los seres. Sin embargo, en el Compendio de los entrenamientos dice que si no nos entrenamos en el pensamiento de dar nuestra vida y nuestro cuerpo, debido a la falta de familiaridad con él no serás capaz de hacerlo en el futuro. Por consiguiente, es necesario entrenarse en ese pensamiento desde ahora mismo.

Por lo tanto, desde ahora debes familiarizarte con la practica de la generosidad, hasta que tengas la visión directa de la vacuidad. De lo contrario, cuando llegues a ese nivel, no serás capaz de dar tu cuerpo.

Practicar la generosidad a través de la visualización

Si desde lo mas profundo de tu corazón imaginas mentalmente que das algo, sería practicar la generosidad, por lo tanto, no debemos pensar que solo se puede dar algo material. Pero, si tienes objetos que dar y no lo haces, sino que solo los visualizas, no sería correcto, sino un engaño. Sería como alguien tuerto, tratando de engañar a quien ve perfectamente bien.

Visualizar que se dan objetos es una manera muy sencilla de practicar la generosidad y de acumular mucha virtud sin mucho esfuerzo. Esto se menciona en el texto *Los niveles de bodhisattva* de Asanga. Los bodhisattvas con sabiduría pueden practicar así.

Es una buena práctica, pero no es suficiente para practicar la generosidad.

Continuamos con el comentario**2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A3C-2 La importancia de la actitud interior**

A. Las desventajas de olvidar el bienestar de los otros.

B. Aclarando dudas concernientes a una caída.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A3C-2A Las desventajas de olvidar el bienestar de los otros

El texto dice:

Así, cuando usas comida, vestidos, etc., que tú has dado a los seres con un pensamiento sincero, si has olvidado el pensamiento de “yo usaré esto para el bienestar de los otros”, y los utilizas para tu propio bienestar como resultado del aferramiento, es una falta ocasionada por una aflicción. Si tú utilizas para beneficio propio las cosas dedicadas a otros, tras haber percibido que son las cosas de otros, se convierte en coger lo que no ha sido dado, y si es algo valioso se convierte en una caída de los votos de la liberación individual. Por otro lado, si los usas pensando: “yo utilizaré los bienes de este ser para su propio beneficio”, entonces no hay falta. Esto está mencionado en el Compendio de los entrenamientos.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A3C-2B Aclarando dudas concernientes a una caída

El texto dice:

La forma en la cual llega a convertirse en una caída es cuando tú has dedicado algo con un pensamiento sincero a un ser que es un ser humano, y él, tras haberlo conocido, también lo considera como suyo; entonces, si tu lo coges para tu propio bienestar con la percepción de que pertenece a otro, y si es algo valioso, entonces están presentes los factores para que se convierta en una caída. Esta es la intención aquí.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A3C-3 La generosidad que es un mero pensamiento

El texto dice:

Aparte de eso, los Niveles de Bodhisattva enseñan que el entrenamiento en la aspiración de emanar inconmensurables variedades de fenómenos, objetos a ser ofrecidos, para dárselos a los seres sentientes con una fe clara desde el fondo del corazón, aumenta inconmensurablemente el mérito con poco esfuerzo y es la generosidad del sabio bodhisattva.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1A3C-4 Cómo hacer que la generosidad posea las seis perfecciones

El texto dice:

Si a la hora de entrenarse en la perfección de la generosidad esta es realizada para poseer las seis perfecciones, el entrenamiento que se produzca será muy poderoso. Específicamente, las seis son completadas si en ese momento hay: la moralidad ética que refrena la atención mental de los Oyentes y Realizadores Solitarios; la tendencia hacia, y la paciencia con respecto a un conocedor excelso de todos los aspectos, y la paciencia cuando uno sufre abusos de otros; el esfuerzo gozoso que genera la aspiración para el bienestar de los otros incrementándose más y más; la concentración meditativa que es una mente fijada en un solo punto que no está mezclada con el Hinayana, dedicando esa virtud a la Iluminación de todos los seres; y la sabiduría que entiende que el objeto dado, quien da, y quien recibe son como ilusiones.

Sería p. ej. si cuando practicamos la perfección de la generosidad, abandonamos el buscar nuestro propio beneficio, estaríamos practicando la perfección de la ética. Si al mismo tiempo soportamos las dificultades, estaríamos practicando la perfección de la paciencia. Para que la práctica de la generosidad aumente, hace falta tener una clara aspiración o meta y así estaríamos practicando la perfección del esfuerzo gozoso. Si además, practicamos con una mente fija en un solo punto, que no esté mezclada con el hinayana sino dirigida hacia el beneficio de los demás, estaríamos practicando la perfección de la concentración.

Es bueno recordar la vacuidad de las tres partes: que el objeto que se da, la persona que da y el que lo recibe, no existen inherentemente, sino que son una mera ilusión. De esta forma aplicas la perfección de la sabiduría a la práctica de la perfección de la generosidad. Y si no aplicamos esta sabiduría, se vuelve una práctica mundana.

Esto se explica de manera breve en este texto, pero si queréis ampliarlo, se menciona en el *Lam rim Chen mo*.

En conclusión, la *perfección de la generosidad* la encontramos en un ser que ha alcanzado la primera tierra en el vehículo Mahayana. La *práctica de la perfección de la generosidad*, es cuando practicamos la generosidad para el beneficio de los seres. Y la *práctica de la generosidad*, se refiere a la mente que desea dar.

Por eso, cuando se hace un acto de generosidad como ofrecer una varita de incienso, lo que diferencia la *práctica de la perfección de la generosidad*, de la *práctica de generosidad*, es la motivación. En cambio, la *perfección de la generosidad* solo la tienen los seres a partir de la primera tierra.

Los encabezados de este texto sobre cada una de las 6 perfecciones, son diferentes a otros textos. Especialmente con la perfección de la generosidad, en la sección acerca de cómo se genera en la mente, se refiere a los inconvenientes de no dar. Es decir, las desventajas de una mente afligida por la avaricia y los beneficios de practicar la generosidad.

Guesela: ¿cuál es la medida de haber completado la *perfección de la generosidad*?

Estudiante: cuando la mente de forma natural es capaz de darlo todo, como su cuerpo, posesiones, su práctica, etc.

Guesela: por lo tanto, no sería correcto decir que son los seres a partir de la primera tierra, porque tienen la perfección de la generosidad. En este caso, serían los seres que están familiarizados con dar el cuerpo, las posesiones y las raíces de virtud.

La clave está, en que están familiarizados con la práctica de la generosidad, y no significa que han acabado con la pobreza del mundo.

Guesela: ¿cuántas sustancias son las que se dan?.

Estudiante: el cuerpo, las posesiones y las raíces de virtud.

Guesela: es correcto, porque es lo que poseemos y apreciamos. No damos algo que va a dañar. Hasta que gracias a la familiarización con esta práctica, puedes darlo todo sin que te cause alguna molestia.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B Cómo entrenarse en la moralidad ética

1. La entidad de la moralidad.
2. Sus subdivisiones.
3. Cómo generar la moralidad en el continuo de uno.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B1 La entidad de la moralidad

- A. La entidad de la moralidad.
- B. La entidad de la perfección de la moralidad.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B1A La entidad de la moralidad

El texto dice:

Primero: la moralidad es la mente de abandono que es una mentalidad apartada del hacer daño a los otros, junto con sus bases. Esto es principalmente desde el punto de vista de la moralidad del refreno.

En castellano se ha traducido como “mente de abandono”, que es una intención, es decir, un factor mental.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B1B La entidad de la perfección de la moralidad

El texto dice:

A través de completar perfectamente la familiaridad de uno con esta mente más y más, ésta llega a convertirse en la perfección de la moralidad. No quiere decir que tú establezcas a todos los seres en un estado en el que ellos estén libres de todo daño, sin excepción. En involucrándose en la conducta del bodhisatva, dice:

*“Alcanzar la mente de abandono
Se enseña como la perfección de la moralidad.”*

Sería esta perfección, cuando nuestra mente está familiarizada con no dañar a los demás seres.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B2 Sus subdivisiones

- A. La moralidad del refreno (la moralidad de contenerse).
- B. La moralidad de reunir cualidades virtuosas (la moralidad de acumular virtud).

C. La moralidad de traer el bienestar a los seres (la moralidad de actuar en beneficio de los demás).

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B2A La moralidad del refreno

1. Presentación general.
2. Características precisas.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B2A-1 Presentación general

El texto dice:

La moralidad del refreno, desde el punto de vista de estar acompañada por una motivación, son los diez abandonos que abandonan las diez acciones no virtuosas. Desde el punto de vista de su entidad, es el séptuple abandono de cuerpo y habla que abandona las siete acciones no virtuosas del cuerpo y habla.

Alguien puede pensar, que como no ha tomado votos, no está obligado a practicar esta ética. Pero, se tengan o no votos, se debe tener una disciplina ética. Evitar cometer las 10 acciones no virtuosas, es algo que debemos observar y es mantener una disciplina ética.

Cuando no se ha tomado los votos de liberación personal, pero sí los de bodhisatva, se puede pensar que no están obligados a observarlos, pero en realidad, es adecuado observarlos.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B2A-2 Características precisas

El texto dice:

Esta es la intención de los Niveles del bodhisatva cuando expone que la moralidad de refreno en el continuo de un bodhisatva son los siete tipos de voto de la liberación individual: cuando aquellos que poseen los votos de la liberación individual poseen también los votos del bodhisatva, la moralidad de refreno son los votos de la liberación individual del laico o del ordenado, y los abandonos y votos que son comunes a ellos en sus continuos. Cuando aquellos que no son adecuados como bases para los votos de la liberación individual poseen los votos del bodhisatva, la moralidad del refreno son los abandonos y el refrenarse de los abandonos, bien de las malas acciones naturales o de las malas acciones proscritas que son comunes a la liberación individual. Aunque los votos de la liberación individual en el continuo de un bodhisatva son votos de moralidad en el continuo de un bodhisatva, no son realmente votos de bodhisatva, mientras que el resto tienen una base común con los votos del bodhisatva.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B2B La moralidad de reunir cualidades virtuosas (la moralidad de acumular virtud)

El texto dice:

La moralidad de reunir cualidades virtuosas es la observación de las virtudes, tales como las seis perfecciones, el generar lo que aún no ha sido generado en el continuo de uno, no degenerar lo que ya ha surgido, e incrementarlo más y más.

Es decir, estar observando las virtudes como las 6 perfecciones, cultivar las cualidades que aún no se han generado, evitar que se degeneren las que ya se tienen y hacer que se incrementen más y más.

Cuando nos damos cuenta, de que en nuestra mente a madurado una cualidad o un pensamiento virtuoso, debemos regocijarnos por ello. También esforzarnos por generar las cualidades que todavía no hemos logrado, y no conformarnos con las que tenemos, sino cuidar de ellas para que no se deteriore y que aumenten.

Es decir, te esfuerzas para conseguir las cualidades, las proteges y te familiarizas con ellas para que se establezcan.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B2C La moralidad de traer el bienestar a los seres (de actuar en beneficio de los demás)

El texto dice:

La moralidad de traer el bienestar a los seres es la consecución del bienestar de los seres, en esta y en las vidas futuras, a través de la práctica, como apropiado, de una moralidad sin ninguna clase de mala acción.

Hay 11 acciones que se pueden realizar en beneficio de los demás. Se mencionan en el texto de *Liberación en la palma de la mano*, que sería este tipo de ética.

Esta práctica no es contradictoria con la paciencia, p. ej. si alguien te hace daño y evitas dañarle sería una práctica de paciencia y también éste tipo de ética.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B3 Cómo generar la moralidad en el continuo de uno

- A. Precondiciones y ventajas de la moralidad.
- B. La entidad de la moralidad.
- C. Haciendo que la moralidad posea las seis perfecciones.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B3A Precondiciones y ventajas de la moralidad

1. Cuál es la causa de la moralidad pura, y de qué depende.
2. Considerando las ventajas y desventajas de guardar y no guardar la moralidad.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B3A-1 Cuál es la causa de la moralidad pura, y de qué depende

El texto dice:

Tercero: la moralidad pura depende de practicar aquello que debiera de ser hecho, y de evitar lo que debiera de ser evitado, de acuerdo con las normas formuladas por el Buda. Además, también el deseo fuerte y firme de guardar la moralidad. Para que esto surja, tienes que meditar durante mucho tiempo en las desventajas de no guardarla, y en las ventajas de guardarla. Esto fue explicado antes en el contexto de las personas de capacidad mediana.

Si queremos tener una ética pura, debemos tener claro lo que hay que cultivar, lo que hay que evitar y aplicarte a ello con la determinación de guardar la ética, p. ej. cuando decidimos firmemente evitar cometer las 10 acciones no virtuosas, después de reflexionar constantemente y durante mucho tiempo en las ventajas y desventajas de no mantener la ética.

Guesela: ¿esto en qué parte del *adiestramiento de la persona de capacidad media* aparece?.

Estudiante: en los inconvenientes del samsara, en los sufrimientos.

Guesela: ¿basándose en qué Sutra y volumen de comentario?. Sale en el texto de *Carta a un amigo*, ¿qué ejemplo se da?.

Estudiante: se menciona que la ética es como la tierra, de donde surgen las buenas cualidades.

Guesela: se dice: *así como la tierra es la base o el sustento de la vida, porque de ella surgen las plantas y alimenta los animales, de la misma forma, la ética es la base de todas las cualidades virtuosas y del camino.*

También un Sutra dice: *para algunos mantener la ética causa alegría, mientras que para otros sufrimiento. ¿Esto qué significa?*

Estudiante: que a algunas personas les trae bienestar cumplir con los preceptos éticos, como evitar las 10 acciones no virtuosas, y para otras sufrimiento, porque no cumplen con los preceptos.

Guesela: pero si la ética es algo bueno, ¿cómo puede traer sufrimiento?. Se dice: "la ética es sufrimiento", porque cuando se toman los votos y se tratan de mantener bien traen felicidad, pero si los tomas y no los cuidas ni mantienes, eso te va a traer sufrimiento. Por lo tanto, la ética o los votos no te traen sufrimiento, sino el no mantenerlos bien.

Todo el camino o adiestramiento está condensado en los 3 adiestramientos. De estos tres, el más importante es la ética y para explicarlo se utiliza el ejemplo de la rueda, donde el eje sería la ética, que es la que sujetan los radios y la rueda. De la misma manera, la ética es el adiestramiento más importante, porque da lugar a la concentración y a la sabiduría.

En el *Sutra rey de las concentraciones* se dice: *si durante eones se hacen inimaginables ofrecimientos exquisitos a los Budas y bodisatvas, se acumularían muchos méritos, pero si en una época degenerada, como la actual, tratamos de mantener la disciplina ética, aunque sea un día y una noche, los méritos que se acumulan son mucho mayores.*

Esto nos anima a mantener una disciplina ética.

En otras ocasiones se ha mencionado la importancia de mantener la ética, p. ej. tomando los 8 preceptos mahayana, con los que acumulamos inimaginables méritos, o evitando cometer las 10 acciones no virtuosas. Se enfatiza la acumulación de méritos, porque los necesitamos.

Si evitamos cometer acciones negativas, le estamos dando sentido a esta vida humana. Al igual que si estudiamos estos textos y luego los aplicamos.

El Buda dijo: *si en una época favorable, una persona mantiene los 253 votos de ordenación completa, acumula muchos méritos. Pero si en una época degenerada, alguien trata de mantener un voto, acumula muchos más méritos.*

La razón, es que en una época degenerada hay mucho sufrimiento como hambruna, etc., pero también es una gran oportunidad para acumular mucha virtud.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B3A-2 Considerando las ventajas y desventajas de guardar y no guardar la moralidad

El texto dice:

Además, en el *Compendio de las perfecciones*, dice también:

*"Si no puedes conseguir tu propio bienestar con una moralidad degenerada,
¿Cómo podrías tener el poder de lograr el bienestar de los demás?
Por tanto resulta erróneo, si haces un buen esfuerzo
Para el bienestar de los demás, estar separado de ella."*

Y:

*“Ahora, esa moralidad es el sendero especial para las realizaciones,
 ¡Consíguelas como los naturalmente compasivos!
 Tiene la naturaleza excelente de la sabiduría excelsa;
 Libre de errores, es llamado “el mejor de los ornamentos.”
 Es una fragancia agradable guardada en los tres reinos,
 Es un bálsamo que no es contrario con la ordenación.
 Aquellos que poseen moralidad, incluso aunque aparentemente sean corrientes,
 Serán los más nobles entre los humanos.”*

Esto dice que confiando en la moralidad tu continuo mental mejora más y más; te vas haciendo más similar en entrenamiento a los grandes seres quienes son naturalmente compasivos; tú logras la sabiduría excelsa que ha abandonado todas las semillas de la conducta incorrecta; aunque otros ornamentos no embellecen a los muy jóvenes o a los muy ancianos, el ornamento de la moralidad es el adorno supremo para quien lo posee, sea joven, viejo, o de edad intermedia, pues agrada a todos; aunque otras finas fragancias solo se difunden en la dirección del viento y no se esparcen en otras direcciones, porque solo se difunden en una sola dirección, la fragancia de la fama de la moralidad se difunde en todas direcciones; aunque los ungüentos tales como el sándalo, que enfrían el tormento del calor, contradicen la ordenación, el ungüento que protege del tormento del calor de las aflicciones no contradice la ordenación, sino que es acorde con ella; e incluso aunque seas igual en simplemente poseer los signos de ordenación, al estar dotado con la joya de la moralidad sobresales sobre todos los demás.

La joya de la ética embellece a todos los seres por igual y la fragancia de la ética es agradable para todos. Esto se menciona de forma mas extensa, en el adiestramiento de la persona de capacidad media.

El texto dice:

También del mismo texto:

*“Sin expresar una palabra, sin mucho esfuerzo,
 Se reunirán los recursos y servicios necesarios para la práctica.
 El mundo se postra sin intimidación,
 El poder y la riqueza son obtenidos sin esfuerzo y trabajo.
 Aunque su linaje no pueda ser digno de mención,
 Aunque él no los ayudó o benefició,
 Todos los seres, incluidos aquellos a los que nunca conoció,
 Se postran ante un ser dotado con disciplina moral.
 Incluso el polvo que es hecho auspicioso por sus pies
 Es puesto en la cabeza debido a su santidad. Los dioses y humanos
 Se postran de forma que toque sus cabezas, y lo llevan por todas partes.”*

El poder y la riqueza son condiciones favorables para actuar en beneficio de los demás y lo conseguimos gracias a tener una disciplina ética. Si ahora no lo tenemos, es porque no hemos tenido una ética excelente.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B3B La entidad de la moralidad

1. Instrucciones sobre la importancia de cómo entrenarte en la moralidad o refreno.

2. La moralidad principal del refreno: cómo la mente del refreno de las malas acciones naturales debería de ser generada una y otra vez.
3. Presentación resumida.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B3B-1 Instrucciones sobre la importancia de cómo entrenarte en la moralidad o refreno

El texto dice:

Aunque existen tres tipos de moralidad, la moralidad del refreno -practicando lo que ha de ser hecho y los abandonos con respecto a las reglas prescritas de la liberación individual o lo que es común a ellas- también es importante para los bodhisattvas al principio. Si esta es guardada, las otras también serán guardadas, mientras que si no es guardada, las otras tampoco serán guardadas. Por consiguiente el Compendio de las determinaciones dice que si la ética moral de los votos del bodhisatva degenera, todos los votos degeneran. Quien piensa que los votos de la liberación individual son para los Oyentes, y rechaza sus reglas respecto a lo que ha de practicarse y evitarse, diciendo: "Tengo que entrenarme en otros entrenamientos del bodhisatva", no ha captado el punto esencial del entrenamiento de la ética del bodhisatva, pues se ha enseñado muchas veces que la ética del refreno es la base y el dominio de las dos moralidades subsecuentes.

Por lo tanto, los votos de liberación individual son importantes al principio, por eso debemos observarlos. Esto son votos de las personas ordenadas y de los laicos.

En la práctica de la perfección de la ética, podemos incluir el resto de perfecciones.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B3B-2 La moralidad principal del refreno: cómo la mente del refreno de las malas acciones naturales debería de ser generada una y otra vez

El texto dice:

La moralidad principal del refreno es abandonar las malas acciones naturales. Los puntos esenciales sintetizados de las grandes desventajas de las malas acciones naturales son el no abandono de las diez acciones no virtuosas. Por tanto, la mente del refreno que ni tan siquiera se mueve hacia sus motivaciones debería de ser generada una y otra vez.

Del Compendio de las perfecciones:

"El sendero hacia el gozo de un nacimiento elevado y la liberación

Es no violar estos diez senderos de acción.

Permaneciendo en ellas tú tendrás el efecto especial,

El pensamiento que desea beneficiar a los seres.

"Controlar completamente el habla, cuerpo, y mente de uno,

Eso, en resumen, es la moralidad" dijo el Conquistador.

Esta es la base que abarca toda la conducta moral,

Sin excepción, así que entrénate perfectamente en ella."

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B3B-3 Presentación resumida

El texto dice:

En resumen, adoptar esto como la base, y entrenarse una y otra vez en la mente de refreno que se entrena en cualquier clase de moralidad con la que uno se ha comprometido, es la práctica de la moralidad ética.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1B3C Haciendo que la moralidad posea las seis perfecciones

El texto dice:

La moralidad se hace que posea las seis perfecciones así: establecerse uno en la moralidad, y establecer a otros en ella, es generosidad. Las restantes perfecciones son como antes.

Sería como se explicó en el apartado “cómo hacer que la generosidad posea las seis perfecciones”. Ahora se menciona, que si involucramos a otros en la ética, estaremos practicándola también p. ej. cuando inspiras a otros a que la practiquen, también estás practicando la generosidad, cuando soportas dificultades mientras la practicas, éstas practicando la paciencia, si la practicas con entusiasmo sería esfuerzo gozoso, si evitas perder el objeto de tu práctica sería concentración y si piensas que el que practica la ética, la práctica de la ética y los beneficiarios de la ética, están vacíos de existir inherentemente, estarías practicando la sabiduría.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C Cómo entrenarse en la paciencia

1. La entidad de la paciencia.
2. Sus subdivisiones.
3. Como generar la paciencia en el continuo de uno.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C1 La entidad de la paciencia

- A. Explicación de la entidad de la paciencia.
- B. El completamiento de la perfección de la paciencia.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C1A Explicación de la entidad de la paciencia

El texto dice:

La entidad de la paciencia es la mente que permanece cómodamente sin ser perturbada por el daño y el sufrimiento sobrevenido, al igual que una creencia muy firme en el Dharma. Sus opuestos son el odio, el desánimo, el descreimiento, y el disgusto.

Esto se aplica a todos los tipos de paciencia. Cuando mantenemos una mente serena ante el daño recibido o ante el sufrimiento, por la aspiración a practicar el dharma, todos los inconvenientes que sobrevienen se toleran con paciencia.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C1B El completamiento de la perfección de la paciencia

El texto dice:

El completamiento de la perfección de la paciencia es la familiaridad completa de la mente con el cese de la beligerancia y demás; no es una cuestión de librar a los seres de una conducta indisciplinada.

Los opuestos a la paciencia es el odio, el desanimo, el descreimiento y el disgusto. Completamos esta perfección, cuando nuestra mente esté habituada completamente al cese de la beligerancia. Es decir, no significa que hay que liberar a todos los seres de la conducta indisciplinada.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C2 Sus subdivisiones

El texto dice:

Segundo: existe la paciencia de no devolver el daño recibido de otros; la paciencia de aceptar el sufrimiento que surge en el continuo de uno; y la paciencia de una mente con certeza con respecto al Dharma.

El bodisatva Togme Sangpo decía: *“si trato de subyugar a los enemigos externos, éstos solo van en aumento, por eso los bodisatvas tratan de subyugar a los enemigos internos y así cesan”.*

Significa que si pensamos que tenemos enemigos externos porque nos hacen daño o a nuestra familia y tratamos de destruirles, con eso solo conseguiremos que los enemigos aumenten. Sin embargo, los bodisatvas intentan destruir el enemigo interno de las emociones negativas y se familiarizan con cualidades como la paciencia, así sus enemigos desaparecen.

Esto no quiere decir que nadie nos vaya a dañar, sino que al cultivar el amor y la compasión, no veremos a los demás como enemigos y podremos completar la perfección de la paciencia.

Hemos hablado de la naturaleza de la *perfección de la paciencia*. La *perfección de generosidad* se adquiere en la primera tierra, la *perfección de la ética* la encontramos en los que han alcanzado la segunda tierra y la *perfección de la paciencia* en los que han alcanzado la tercera tierra.

Preguntas

Estudiante: ¿cómo es que la ética es lo más importante de acuerdo a la analogía de la rueda?.

Guesela: entiendo lo que quieres decir, porque todo es interdependiente, por lo tanto, depende de sus partes y todas son importantes porque conforman la rueda, p. ej. entre la mano derecha y la izquierda, la más importante es la derecha si eres diestro. De la misma forma, de la rueda la parte más importante es el eje por la función que realiza.

También se utiliza el ejemplo de la viga, que en una casa es muy importante porque la sostiene, pero esto no quiere decir que el resto de las partes de una casa no sean importantes. Por ejemplo en la India las vigas son esenciales, y para que hayan vigas se necesitan de las columnas, pero no por eso son menos importantes. Por eso Lama Tsong Khapa dice que la bodichita es la viga en el vehículo mahayana.

Los 3 adiestramientos superiores son importantes, pero la concentración y la sabiduría se basan en la ética, que es como el eje, porque si no hay ética no hay concentración ni sabiduría.

Otra analogía que se utiliza, es que la ética es como la tierra que es el sustento de las plantas y de los seres vivos, porque si no hay tierra, no pueden surgir.

Estudiante: cuando se habla de la ética se hace referencia a las 10 acciones no virtuosas, ¿es con la finalidad de generar un buen karma y que puedan surgir el resto de adiestramientos?.

Guesela: la ética es muy importante tanto para el vehículo Hinayana como Mahayana y tanto en el Sutra como en el Tantra. Por lo tanto, es la base de todo adiestramiento.

Mantener la ética es evitar las 10 acciones no virtuosas y puedes ir más allá, si evitas cualquier tipo de negatividad. Cuando mantienes una buena disciplina ética y haces oraciones puras, como que puedas obtener un buen renacimiento, lo obtienes. Si deseas liberarte del samsara, gracias a la ética lo consigues y si mantienes la ética con la motivación de la bodichita, alcanzas la budeidad. Por eso es tan importante la ética y se le considera la base.

Estudiante: respecto al práctica de generosidad de ofrecer el cuerpo, quien lo practique debe ser un bodisatva con la visión directa de la vacuidad, su conciencia sensorial táctil o sensación que la acompaña ¿es desagradable o agradable?, porque lo que es desagradable para nosotros para este bodisatva sería agradable.

Guesela: el poder sensorial táctil no siente o no experimenta, sino la sensación física. En este caso, la sensación física que experimenta es agradable. Pero hay que tener en cuenta, que hay bodisatvas que han visto directamente la vacuidad, pero todavía no pueden dar su cuerpo, sino solo hasta llegar a la primera tierra donde tienen un cuerpo de sabiduría prístina, en ese momento, cuando cortan el cuerpo no sale sangre.

En el texto *La entrada al camino medio* de Chandrakirti se menciona, que un ser así, cada vez que corta su cuerpo siente más placer.

Estudiante: uno de los crímenes atroces es hacer sangrar el cuerpo de un Buda, ¿esto cómo sería posible?.

Guesela: esto se menciona a nivel común, pero a nivel extraordinario no saldría sangre, porque en realidad, al cuerpo de un Buda no le sale sangre en su aspecto común, pero el mero hecho de hacerle daño a su cuerpo es un crimen atroz aunque no le salga sangre.

Estudiante: en alguna oración se dice “posesiones de espíritus”, ¿cómo un espíritu puede poseer un cuerpo?.

Guesela: ¿cuántos maras hay?.

Estudiante: el mara de los engaños, el hijo del dios mara, el mara de la muerte y el mara de los agregados.

Guesela: el hijo de mara es el que hace ese tipo de daños cuando de que de repente te enfadas o sientes mucho deseo o sin razón alguna tienes mucha tristeza. También, cuando tratas de involucrarte en algo muy virtuoso y surge un engaño muy fuerte.

La realidad, es que un espíritu no te puede dañar si tienes un auténtico refugio o tienes una buena toma de refugio. En ese caso, puede que molesten pero no te pueden hacer daño.

También en ocasiones una sombra o algo raro te puede hacer sentir miedo hasta ponerte mal y enfermarte. Pero hay que ser realistas, están aquí porque son seres no humanos y esto nos sucede porque nuestro karma (lung) está bajito.

Es verdad que hay diferentes seres que hacen daño. Hay unos que simplemente hacen daño y otros a los que no les gusta lo virtuoso y tratan de molestar a quienes están tratando de practicar.

Lo que nos protege de su daño es meditar en la bodichita y en la vacuidad. Hay historias que lo reflejan, como la del gran Guese Chekawa, que cuando estaba aislado en la montaña uno de los espíritus fue a verlo y como estos seres tienen clarividencia vio que estaba sentado tapándose con su zen la cara mientras lloraba porque apreciaba más a los demás que a si mismo. Como sabía que a un ser así no se le puede hacer daño, se fue y mientras bajaba de la montaña se encontró con otro espíritu que le iba a molestar, y le preguntó a donde se dirigía. El otro espíritu le respondió que se había enterado que había un meditador en la montaña, así que iba a molestarle. El espíritu le dijo que no fuera, porque no se le podía dañar.

Otra historia menciona, que si una persona está meditando en la vacuidad, estos seres no le pueden ver y por eso no le pueden molestar.

No solo eso, sino que hay días que son muy favorables para practicar la virtud porque se multiplica de acuerdo a los elementos. Si piensas hacer muchas prácticas virtuosas en esos días, pero todo te sale mal, es porque hay seres que te están molestando.

También cuando piensas hacer bien una práctica y de repente te enfermas y tienes obstáculos que te impiden realizarla, es por estos seres.

Pero hay que tener en cuenta, que esto sucede porque se han creado las causas para experimentarlo y por la falta de méritos. Incluso puede que estas interferencias te animen mas y se conviertan en una ayuda.

Por otra parte como la ética es tan importante, debemos cuidar de nuestra mente todavía más que de nuestro cuerpo. Es mas, si se tiene una buena disciplina ética, ya no hace falta arreglarse mucho.

También hay que tener mucho cuidado cuando se toman los *8 preceptos mahayana*, porque el objetivo es cuidar de nuestros actos y como el día en que los tomas tienes más tiempo, piensas en limpiar, pero ese día debemos ser extremadamente cuidadosos con nuestros actos porque no podemos matar ningún animal. Así que si de repente quieres limpiar, puede que alguno de estos

seres te esté creando obstáculos. Mejor utilizar ese día para hacer otro tipo de actividades. Incluso dormir es mejor que hacer limpieza.

Transmisión oral

Continuamos con el comentario

Estamos en las subdivisiones de la paciencia. Podemos entender este punto en éste sentido o como comentario a la *perfección de la paciencia*.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C2 Sus subdivisiones

El texto dice:

Segundo: existe la paciencia de no devolver el daño recibido de otros; la paciencia de aceptar el sufrimiento que surge en el continuo de uno; y la paciencia de una mente con certeza con respecto al Dharma.

La paciencia de soportar el daño de otros

A veces tenemos paciencia ante las pequeñas dificultades, pero si son mayores no recordamos practicarla. Esto no esta bien y la siguiente historia lo refleja: estaba un meditador en el bosque haciendo retiro y un día pasó por allí una persona con la que comenzó a conversar. Esta persona le preguntó al meditador, que era lo que hacía en ese lugar, y éste lo contestó que meditaba en la paciencia. Entonces, ésta persona le dijo “come mierda” y salió a correr. En ese momento el meditador se levantó y le persiguió con una piedra.

Esta no es la forma de meditar en la paciencia, porque estas palabras desagradables están vacías. Esto demuestra que realmente no estaba meditando en la paciencia.

Este texto da una explicación breve de la paciencia. Debemos ver los beneficios de cultivarla y los inconvenientes de no hacerlo, que algunos vemos y otros no. ¿Qué beneficios evidentes tiene meditar en la paciencia?

Estudiante: tenemos más amigos, te va mejor en la vida, estás contento.

Guesela: puede que no todo salga bien en la vida. Los beneficios de meditar en la paciencia son inimaginables, p. ej. la gente que nos rodean están felices con nosotros, los demás nos estiman o ayudan, tenemos alguien con quien hablar, etc.

Pero hay beneficios que no vemos, como que gracias a ello, creamos causas para que en las vidas futuras tengamos un aspecto atractivo, que es una consecuencia secundaria y no la principal de cultivarla.

No meditar en la paciencia nos trae inconvenientes como crear infelicidad en la familia, en la gente que nos rodea y los demás nos rechazan o se distancian de nosotros. Además, una consecuencias secundarias de la falta de paciencia, es que en las vidas futuras renaces con un aspecto feo, perteneces a una casta baja y no eres digno de respeto ni admiración.

Reflexionar en las ventajas y desventajas de cultivar la paciencia, nos ayuda a cultivarla. Esto es muy importante para nuestra vida, como dice Shantideva: *“para no dañarte la planta de los pies, es mejor ponerte zapatos de cuero y no pretender cubrir toda la tierra con cuero porque sería imposible”*. Además, la paciencia te permite encontrarte bien en cualquier lugar, porque no ve enemigos ni nada que te cause daño.

Como decía Zong rimpoché: *“una persona muy fuerte es capaz de destruirme, pero es el enfado el que realmente me destruye”*. Cuando el enfado es muy fuerte nos puede hacer mucho daño, pero el que es menos fuerte también.

Cuando conoces a alguien mas fuerte que tu, no te enfrentas a esa persona, pero si es más débil te sientes capaz de enfrentarte a ella, pero si lo haces, pierden los dos. Es mejor ver al enfado, como alguien fuerte que te quiere hacer daño para evitar seguirle. Lo más sabio cuando hay un conflicto es pedir disculpas a quien te hace daño y así evitar su reacción violenta y enfadarnos.

Imaginen que alguien les acusa de robar sin haber hecho nada, normalmente la primera reacción es enfadarnos, si lo hacemos significa que no estamos muy familiarizados con la paciencia y que son palabras vacías.

Suena difícil de creer, que si alguien nos insulta o pega le pidamos disculpas, pero si estas familiarizado con la paciencia esto es posible, porque nuestra mente tiene la increíble capacidad de transformarse gracias a la familiarización. Shantideva decía: *“al principio, escuchar el nombre de tu enemigo te hacía temblar, con el paso del tiempo se convirtió en tu amigo y después, si no estaban juntos te hace falta”*.

Esto sucede porque nuestra mente tiene la capacidad de cambiar, más aún hacia la virtud, por eso llegará el momento en que aunque nos acusen de algo nuestra mente no se altera, sino que logra verlas como palabras sin sentido y no se siente ofendida. Por eso en el budismo se habla de aceptar la derrota y ofrecer la victoria a los demás, que es una práctica extraordinaria porque sus beneficios son enormes. Pero debemos hacer esta práctica de corazón y nadie nos puede dañar porque no nos alteramos. Pensar en esto, nos ayuda a fortalecer nuestra convicción en los beneficios de la paciencia.

Imaginen que alguien quiere dañarnos, pero si no nos alteramos sino que generamos compasión por esa persona, no nos puede dañar, pero si nos enfadamos habrá cumplido con su propósito. Es decir, si nos mantenemos relajados y tranquilos, por más que haga cosas en nuestra contra, ninguna nos afectamos.

Lo peor no es el daño que nos causan, sino las consecuencias del enfado que tendremos que experimentar más adelante con renacimientos desafortunados, porque el enfado crea la causa para un renacimiento en los reinos inferiores.

Motivación

Estamos en la sección de la paciencia y para comprenderla, debemos hablar del enfado. En el *Bodhisatvacharyavatara* se dice: “no hay acción más negativa que el enfado, ni virtud más grande que la paciencia”. Por lo tanto, se debería practicar la paciencia de todas las maneras posibles. Esto nos permite ver que el enfado es muy negativo.

El enfado es una negatividad muy grande, pero el apego puede ser peor. Ambas son difíciles de eliminar, por eso estudiamos *Lam rim*, para identificarlas y conocer sus inconvenientes.

La función del apego es recolectar y del enfado es rechazar o destruir, como amistades, posesiones, etc. El apego es lo opuesto al enfado porque su finalidad es acumular, p. ej. cuando no somos capaces de practicar la generosidad por avaricia o tacañería.

También la insatisfacción es consecuencia del deseo, que se manifiesta cuando vamos caminando por la calle y todo lo queremos tener. Esta sensación está constantemente en nosotros.

Es fácil para nosotros ver los inconvenientes del enfado porque nos hace encontrarnos mal, pero el apego no es así de evidente, porque genera una sensación de placer contaminado. Por eso, no vemos fácilmente lo perjudicial que es.

Algunos lamas tibetanos dicen: “en la sociedad hay tres tipos de cosas que nos hacen daño: el alcohol, las drogas y el dinero”. El alcohol nos hace daño porque nos hace perder el control y cometer muchas negatividades, al igual que el dinero que incluso hace que no podamos dormir por la noche obsesionados.

Quizás nos cueste comprenderlo porque no tenemos dinero, pero los millonarios lo padecen. Incluso se cometen atrocidades por el dinero como mentir, estafar, etc. Aunque los que no tienen dinero pueden verse afectados por desear conseguirlo. El dinero nos trae todos estos inconvenientes, por el deseo que es producto del apego. Esta es la función del apego y nosotros tenemos apego y enfado, por eso debemos trabajar sobre ellos.

Continuamos con el comentario

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3 Como generar la paciencia en el continuo de uno

- A. Meditando en las ventajas de la paciencia, y en las desventajas de la falta de paciencia.
- B. La forma de cultivar la paciencia.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A Meditando en las ventajas de la paciencia, y en las desventajas de la falta de paciencia

- 1. Las ventajas de la paciencia.
- 2. Las desventajas de la falta de paciencia.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-1 Las ventajas de la paciencia

El texto dice:

Primero: tú piensas en el hecho de que más tarde tú tendrás pocos enemigos, no serás separado de los seres queridos, experimentarás mucha felicidad y tendrás felicidad mental, morirás sin remordimiento, y una vez que este cuerpo haya perecido renacerás entre los dioses.

En el *Compendio de las perfecciones*, dice:

*“Para aquellos que poseen una mente que niega el bienestar de los demás,
Se enseñó: “Lo mejor es la paciencia.”*

Eso que es bueno y excelente en el mundo

Es protegido por la paciencia contra las faltas del enfado.

Es el mejor de los adornos para el fuerte,

La cumbre del poder para aquellos que han abrazado las austeridades.

Un torrente de agua para aplacar los fuegos de la malicia.

Todo daño es eliminado por la paciencia, en esta vida y en las otras.

Contra la armadura de la paciencia de los seres excelentes

Se estrellan las flechas de las palabras de los seres indisciplinados.

Ellos las convierten en flores excelentes de alabanza

Y se convierten en atractivas guirnaldas de fama.”

Y:

*“La paciencia es el taller en el que las formas son realizadas
Con bellas cualidades y adornadas con los signos.”*

*Tú deberías de meditar en las ventajas tal como se enseñó aquí hasta que tú alcances una
certeza fuerte y estable con respecto a ellas.*

Mas aún, en las vidas futuras te vas a encontrar con menos enemigos, que es la consecuencia secundaria de la paciencia. Incluso en esta misma vida, tendras amistades y seres queridos. Además de mayor bienestar físico y mental que irá en aumento.

Cuando tenemos paciencia nos encontramos mejor, porque la mente está feliz, a pesar de las condiciones adversas. Las demás personas te aprecian, les gusta estar en tu compañía y te prestan atención. Además, favorece la salud. En las vidas futuras serás estimado por los demás.

También gracias a la paciencia moriremos sin remordimientos, este punto es muy importante. Se refiere a la paciencia ante el sufrimiento y también a la paciencia ante el daño recibido, a través de la práctica de ofrecer la victoria y tomar la derrota.

Es una práctica muy importante, porque si siempre quieres tener la razón te distancias de los demás y les haces daño, además, en el momento de la muerte lo recuerdas. A lo mejor ahora nos alegremos de actuar así, pero cuando te llegue el momento de la muerte, lo recuerdas con remordimiento.

En cambio, si practicamos la paciencia y ofrecer la victoria y tomar la derrota, este tipo de pensamientos no aparecerán y por lo tanto, no tendremos remordimientos. Por eso es muy importante que tengamos una conducta recta, observando la ley de causa y efecto.

No significa que en el momento de la muerte nos acordemos de todo, porque podemos morir de repente como por una bomba o en un accidente de tráfico. Pero si tenemos una mente lenta como por una larga enfermedad recordaremos los que hemos hecho durante la vida. De esta forma, tenemos la oportunidad de generar arrepentimiento. Por eso es mejor desde ahora practicar la paciencia.

En occidente se valora estar felices en la vida, de hecho recordamos constantemente que no hay que preocuparse. Pero la verdad, es que el primer objetivo de las enseñanzas es asegurarnos una muerte con una mente feliz, porque recuerda haber actuado bien en la vida. Esto trae naturalmente un buen renacimiento.

Guesela: ¿cuál es la práctica de *powa* de los gueses kadampa?.

Estudiante: se ha dicho que el mejor *powa* es morir con una mente serena.

Guesela: se refiere a morir con una mente virtuosa. Transferencia de conciencia o *powa* se explica sobre todo en el contexto del Tantra, en el que un buen maestro guía a su discípulo hacia un buen renacimiento. Pero también podemos asegurarnos la transferencia de conciencia, si morimos con una mente virtuosa, porque no caeremos en renacimientos desafortunados. Por eso se dice: *“una vez has muerto, renaces entre los dioses”*.

Entonces, mueres sin remordimiento gracias a la paciencia y a ofrecer la victoria y tomar la derrota. Mueres con una mente virtuosa y gracias a ello obtienes un buen renacimiento y no uno desafortunado.

En general, los gueses kadampa se refieren al adiestramiento mental como la forma de transferir la conciencia a un buen renacimiento como dioses y humanos. Buscamos renacer de nuevo como seres humanos, pero Lama Tsong Khapa dice: *“renacerás entre los dioses”*, porque parece mas apetecible este renacimiento y así nos animamos a practicar la paciencia.

De forma estricta, la causa para tener un renacimiento como ser humano, es practicar una ética pura y hacer oraciones para obtener ese renacimiento. Pero la paciencia o cualquier mente virtuosa, crea la condición para que esta causa madure.

Guesela: ¿cuál es el primer escalón a alcanzar en el budismo?.

Estudiante: lograr un buen renacimiento.

Guesela: por lo tanto, para morir bien debemos vivir de manera honesta y correcta.

Hay que reflexionar en los inconvenientes del enfado y en los beneficios de la paciencia, así te proteges de generar enfado. Además, la paciencia apacigua la actitud maliciosa.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2 Las desventajas de la falta de paciencia

- A. Las desventajas invisibles.
- B. Las desventajas visibles junto con comentarios suplementarios.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A Las desventajas invisibles

1. Cómo el enfado destruye las raíces de virtud.
2. Cómo son destruidas incluso si el objeto de enfado es una persona ordenada que no es un bodhisatva.
3. Aclarando dudas con respecto a su destrucción.
4. Detalles con respecto a la forma en la que son destruidas.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A1 Cómo el enfado destruye las raíces de virtud

- A. El tópico.
- B. Diferencias en el objeto de enfado.
- C. El soporte.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A1A El t3pico

El texto dice:

Segundo: en *Involucr3ndose en la conducta del bodhisatva*, dice:

*“Lo que ha sido acumulado en mil eones,
Como el haber hecho ofrendas a los Idos al Gozo,
Todas esas acciones meritorias, cualesquiera que sean,
Son destruidas por un solo instante de enfado.”*

Aparentemente esto fue compuesto de acuerdo con la obra de Aryasura llamada Compendio de las perfecciones. El Sutra del juego de Mañjushri (Mañjushri-vikr3dita Sutra) dice que destruye la virtud acumulada a lo largo de cien eones.

Es decir, algunos textos difieren en la cantidad de m3ritos que se destruye por el enfado. Algunos eruditos sostienen, que el enfado debe dirigirse contra un bodisatva para que se destruyan los m3ritos y para otros, es hacia cualquier objeto.

Algunos eruditos dicen, que si una acci3n virtuosa la proteges con la sabidur3a que comprende la vacuidad, no podr3 ser destruida por el enfado. Sin embargo, para otros eruditos si la realizas con la mente de la bodichita no se puede destruir. Y para otros eruditos, el enfado destruye toda virtud.

Lama Tsong Khapa no define su postura, sino que solo las expone.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A1B Diferencias en el objeto de enfado

El texto dice:

Con respecto al objeto, algunos explican que tiene que ser un bodhisatva, mientras que algunos aseguran que es un objeto general. Lo 3ltimo es acorde con el Comentario a la Introducci3n al camino del medio:

*“Por lo tanto, debido al enfado hacia un hijo de los Conquistadores,
La virtud nacida de la generosidad y la moralidad que uno ha amasado
A lo largo de cien eones, es destruida en un instante.”*

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A1C El soporte

El texto dice:

Con respecto a la base de uno en quien ha surgido el enfado, incluso en los bodhisatvas se destruyen sus ra3ces de virtud cuando est3n enojados, por lo tanto no es necesario mencionar el caso de uno que no es un bodhisatva, y que llega a estar enfadado con un bodhisatva. Chandrakirti, en su Comentario a la Introducci3n al camino del medio (Madhyamak3vat3ra-tika nama) dice que sea o no cierto que el objeto sea un bodhisatva, y haya o no una raz3n para el enfado, al ver faltas, la destrucci3n de las ra3ces de virtud es tal como fue explicado antes.

Se refiere a que si un bodisatva se enfada destruye ra3ces de virtud, con mayor raz3n una persona ordinaria.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A2 Cómo son destruidas incluso si el objeto de enfado es una persona ordenada que no es un bodhisatva

El texto dice:

En general, el enfado no necesita estar dirigido hacia un bodhisatva para que destruya las raíces de virtud. Un pasaje de las escrituras de los Sarvāstivādin citado en el Compendio de los entrenamientos, dice:

“Si un monje completamente ordenado se postra ante una estupa que contiene reliquias de cabellos y uñas, con los miembros extendidos y una mente clara, el llegará a disfrutar tantos reinos de monarcas universales como partículas de polvo hay en el suelo que está cubierto por la base dorada.”

Y:

“Incluso esas raíces de virtud se agotarán si el injuria o desprecia a alguien de conducta pura. Por consiguiente, uno no debería de enojarse incluso con un leño quemado. ¡Mucho menos con un cuerpo dotado de consciencia!”

Nos hablan de los beneficios de hacer postraciones, como generar fe, etc., cuando se hacen con “una mente clara”, ¿qué más hace falta?.

Estudiante: la motivación.

Guesela: la motivación puede estar dirigida a alcanzar el estado iluminado, la liberación u obtener un buen renacimiento dentro del samsara.

Los beneficios de hacer postraciones son enormes como renacer muchas veces con un rey que hace girar las rueda del dharma, pero este resultado aún es dentro del samsara. Pero el beneficio será aún mayor, si se tiene la motivación de la bodichita, porque se consigue alcanzar el estado iluminado.

Un momento de enfado puede destruir muchas raíces de virtud, y si no debemos enfadarnos ni siquiera son un trozo de leña, mucho menos con seres vivos.

Esta parte del texto es un poco complicada, porque es difícil entender el significado de “destruir las raíces de virtud”, porque es algo que no podemos ver directamente.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A3 Aclarando dudas con respecto a su destrucción

A. Dudas mantenidas por eruditos.

B. Su refutación.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A3A Dudas mantenidas por eruditos

El texto dice:

Algunos eruditos dicen que el significado de “destrucción de las raíces de virtud” es que el potencial las virtudes acumuladas anteriormente para traer su efecto rápidamente es destruido, y que la aparición de su efecto se ve retrasada, de forma tal que los efectos de enfado y demás surgen primero. Sin embargo, si posteriormente se encuentran con condiciones favorables, no es que sus respectivos efectos no emerjan, pues si no hay ningún sendero mundano que pueda eliminar las semillas de los objetos de abandono, es imposible que las semillas sean eliminadas por las aflicciones mentales.

Algunos eruditos dicen que lo que se destruye con el enfado, son los resultados de las raíces de virtud, p. ej. si has creado una acción virtuosa que iba a madurar muy rápido, sus resultados se van a producir mas adelante.

Otra opción es que el resultado favorable de la acción virtuosa no sea tan bueno como iba a serlo antes del enfado, o que no experimentes las consecuencias de esas acciones virtuosas. Pero también depende de la fuerza del enfado.

Por lo tanto, no esta claro si el enfado destruye o no las semillas de virtud.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A3B Su refutación

1. La semilla es incierta.
2. Cómo *destrucción* no significa solo retraso.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A3B-1 La semilla es incierta

- A. Cómo el efecto no surge debido a las condiciones incluso aunque la semilla aún está ahí.
- B. Incluso si la semilla no ha sido abandonada, su efecto no es producido una vez alcanzada *paciencia*.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A3B-1A Cómo el efecto no surge debido a las condiciones incluso aunque la semilla aún está ahí

El texto dice:

La razón por la que es incierto, es porque incluso aunque los seres ordinarios purifiquen sus acciones no virtuosas por medio de los cuatro poderes oponentes, sus semillas no están abandonadas. No obstante, aunque las condiciones sean encontradas más tarde, es imposible que emerjan los efectos completamente madurados.

Por lo tanto, la práctica de purificación no destruyes las semillas de las acciones negativas, sino solo sus resultados. Por lo tanto, aunque en el futuro se presenten las condiciones, el resultado negativo no madurará. Como la historia del rey Magyepa, quien pudo purificar el resultado de la acción negativa que había creado por matar a su padre para convertirse en rey y no tuvo que experimentarlos.

Para entenderlo se utiliza la siguiente analogía: si tienes una semilla y la quemas, ésta no puede dar el resultado de un brote porque se destruye su potencial.

Esto sería aplicable a las acciones virtuosas, que el enfado destruye su capacidad de producir una consecuencia agradable, pero no destruye las raíces de virtud.

Preguntas

Estudiante: da la impresión de que aunque se purifique, siempre hay algo que no se purifica del todo.

Guesela: con los 4 poderes oponentes, evitas que las consecuencias del enfado se presenten, p. ej. si matas a alguien, que es una negatividad muy grave, pero si aplicas los 4 poderes oponentes y purificas esa negatividad, no experimentarás sus consecuencias.

Pero la semilla de la acción negativa, solo se destruye con la sabiduría que comprende la realidad.

Estudiante: ¿si se eliminan las consecuencias, que hace la semilla?.

Guesela: las semilla nos impiden alcanzar el estado completo y perfecto de un Buda, pero no da un resultado.

Estudiante: entonces, Milarepa purificó mucho y después tuvo la visión de la vacuidad, ¿así fue como se liberó?

Guesela: si, además de que se adiestro en el Tantra. También tenía un maestro con cualidades excelentes y él era un discípulo excelente, por eso todo lo que decía el maestro, él lo hacía tal cual. Y con el adiestramiento en el Tantra, eliminó sus oscurecimientos a los engaños y hacia la sabiduría y las visiones ordinarias. Así logro eliminar por completo las semillas negativas.

Estudiante: en el texto se dice que el engaño mas fuerte es el enfado y el apego ¿la ignorancia no lo es tanto?.

Guesela: la ignorancia es la raíz. Tanto el enfado como el apego provienen de su raíz que es la ignorancia, por eso no se menciona. Todo esto lo hace la ignorancia, que te lleva a percibirte como un yo o identificarte con un yo, por eso distingues entre amigo a los que te apegas y enemigos con los que te enfadas.

Es decir, el que origina el genera el apego y enfado es la ignorancia. Por culpa de la ignorancia, queremos tener a unas personas cerca y a otras lejos. La finalidad es entrenar nuestra mente, para que esta distinción no exista y todos los seres aparezcan como seres queridos.

Estudiante: si aplicamos los 4 poderes oponentes, pero luego realizamos nuevamente las mismas acciones negativas ¿que pasaría?.

Guesela: por eso es tan importante visualizar el *campo de méritos* cuando realizamos la promesa. Ante ellos prometemos, de acuerdo al periodo de tiempo que cada uno establezca, no cometer de nuevo la acción negativa.

De esta forma nos familiarizamos con el poder de la promesa. Pero lo mejor sería, prometer no volver a cometer la acción negativa en lo que nos quede de vida.

Continuamos con el comentario

Debemos tener claro el significado, de que el enfado destruye las raíces de virtud. No significa que las semillas se destruyan, sino que las semillas no traerán consecuencias agradables.

Por otra parte, aunque se haya realizado una acción negativa muy pesada, gracias a la purificación no se renace en un reino desafortunado, porque elimina los resultados de esa acción. Es como si una semilla se encuentra con las condiciones pero no madura.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A3B-1B Incluso si la semilla no ha sido abandonada, su efecto no es producido una vez alcanzada *paciencia*

El texto dice:

Una vez que han sido alcanzados los grados de pico y de paciencia del camino Mahayana de la preparación, aunque no han sido abandonadas las visiones erróneas y las semillas de las acciones no virtuosas que se convierten en las causas de los renacimientos en los destinos desafortunados, las visiones erróneas y los renacimientos en los reinos inferiores son imposibles incluso en el caso de que las semillas se encuentren con las condiciones apropiadas.

Cuando se menciona “los grados de pico”, se refiere a uno de los cuatro niveles del *camino de preparación* mahayana. Este nivel sería el último en el que se tiene visión errónea.

El siguiente nivel del *camino de preparación* sería “de la paciencia” y a partir de el, no se puede renacer en los reinos inferiores, porque las semillas de las acciones negativas no pueden madurar.

Pero como las semillas se mantienen, tienes la tendencia a crear nuevamente acciones negativas y según si estás más familiarizado con las acciones virtuosas o las negativas, tienes la tendencia a volver a repetir las.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A3B-2 Cómo *destrucción* no significa solo retraso

A. La consecuencia absurda.

B. Analogía de cómo el efecto no es producido, aunque la semilla no haya sido abandonada.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A3B-2A La consecuencia absurda

El texto dice:

De acuerdo con la afirmación “qué es más pesado en la existencia cíclica con karma...” sea este karma virtuoso o no virtuoso, por medio de madurar rápido, puede bloquear temporalmente la ocasión de que surja otro karma. Sin embargo, no puede ser postulado, ni ha sido enseñado que el karma virtuoso o no virtuoso sea destruido meramente por eso. El retraso temporal de su maduración no es adecuado para poseer el significado de la destrucción de las raíces de virtud, pues de otro modo tendría que haber sido enseñado que todas las acciones no virtuosas fuertes tienen la capacidad de destruir las raíces de virtud.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A3B-2B Analogía de cómo el efecto no es producido, aunque la semilla no haya sido abandonada

El texto dice:

Por tanto, con respecto a esto, el maestro Bhavaviveka, dijo:

“Como se explicó antes, ni las acciones no virtuosas que han sido purificadas por los cuatro poderes, ni las acciones virtuosas que han sido destruidas por las visiones erróneas o por un intento de herir, son capaces de traer sus efectos incluso aunque más tarde se encuentren con las condiciones, lo mismo que la semilla que ha sido dañada es incapaz de producir un brote, a pesar de que se encuentre con las condiciones.”

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A4 Detalles conforme a la forma en la que son destruidas

- A. Cómo el efecto completamente madurado, y el efecto correspondiente a la causa pueden, o no pueden ser destruidos.
- B. Cómo eso depende exclusivamente de las escrituras.
- C. Cómo operan las dos grandes acciones.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A4A Cómo el efecto completamente madurado, y el efecto correspondiente a la causa pueden, o no pueden ser destruidos

El texto dice:

Además, incluso aunque las malas acciones que han sido acumuladas son limpiadas por medio de la purificación, empleando los cuatro poderes, tal como se ha descrito antes, esto no contradice el hecho de que retrasa el surgir de los senderos elevados. Así, en algunas personas los efectos del hacer regalos y de guardar la moralidad ética, tales como el llegar a poseer recursos excelentes y un cuerpo excelente, son destruidos. Sin embargo, debido al efecto correspondiente a la causa, la familiarización con la mente de dádiva y con la mente del abandono, las raíces virtud de la generosidad y de la moralidad volverán a surgir fácilmente, y no pueden ser destruidas. En otros, el surgir del efecto correspondiente a la causa, tal como un continuo de tipo similar, moralidad profunda y demás, es destruido; pero el surgir de un cuerpo excelente, recursos y demás, no es destruido. Otros a su vez, tal como se ha descrito previamente, tendrán algunas realizaciones del sendero que les posibilitarán atravesarlo en un eón, a no ser que en sus mentes surja el enojo hacia un bodhisatva que ya ha recibido su profecía. Si surge un pensamiento de disgusto, su travesía del sendero durante un eón se verá retrasada aunque el sendero que existe en sus continuos no es destruido.

El poder purificar las acciones negativas a través de los 4 poderes oponentes, no significa que podamos seguir cometiendo negatividades, al igual que si te rompes un brazo aunque pueden volver a unirse los huesos, es mejor que no suceda porque no queda igual que antes.

Es decir, es mejor no cometer negatividades, porque aunque las purifiquemos, retrasan nuestro avance en el camino.

Se dice que en algunas personas, el resultado haber hecho ofrecimientos y mantener la disciplina ética, que es obtener buenas condiciones materiales y un cuerpo excelente en el futuro, son destruidas como consecuencia del enfado. Pero debido a la familiarización con estas mentes virtuosas, las raíces de virtud de la generosidad y la ética, volverán a surgir fácilmente y no pueden ser destruidas.

También se dice que en otros casos, la tendencia a cometer esas acciones virtuosas en el futuro es destruido.

Y otras personas que iban a tener logros en el camino, incluso que tienen la profecía de que alcanzarán su meta en un tiempo, si no se enfada se cumple, pero si genera enfado destruyen esa virtud y por lo tanto, alcanzarán su meta mucho mas adelante.

El texto dice:

En resumen, lo que yo quiero decir es que, con respecto a las acciones no virtuosas, no todo su potencial de eficacia es purificado necesariamente, e idénticamente, con respecto a las acciones virtuosas, no todo su potencial de eficacia es necesariamente destruido.

Como este tema es complejo, Lama Tsong Khapa dice que debemos analizarlo basándonos en las escrituras del Buda y en nuestro razonamiento.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A4B Cómo eso depende exclusivamente de las escrituras

El texto dice:

No obstante, al ser este un punto importante, y puesto que parece necesario analizarlo basándose en las escrituras únicas del Buda, y en los razonamientos basados en ellas, deberías de analizarlo contemplando las enseñanzas excelentes del Buda.

Nos incita a analizarlo, ya que se han dado diferentes exposiciones acerca de cómo el enfado destruye las raíces de virtud.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2A4C Cómo operan las dos grandes acciones

El texto dice:

Así pues, las desventajas invisibles del enfado son que proyecta efectos completamente madurados muy desagradables, e impide la aparición de efectos completamente madurados muy agradables.

Se refiere a las consecuencias que no vemos del enfado. También se menciona, que el enfado impide que maduren las consecuencias de las acciones virtuosas. De hecho, hay más consecuencias negativas del enfado que no menciona este texto, pero sí en el *Bodhisatvacharyavatara* de que se renace en los reinos inferiores, etc.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2B Las desventajas visibles, junto con consideraciones suplementarias

1. Cómo la paz mental y demás, no son experimentadas.
2. Cómo obtener certeza con respecto a las faltas.
3. Consideraciones suplementarias.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2B1 Cómo la paz mental y demás, no son experimentadas

El texto dice:

Las desventajas evidentes del enfado son enseñadas en Involucrándose en la conducta del bodhisatva: no experimentas paz mental, y ciertamente, toda la alegría y felicidad anteriores son arruinadas y son imposibles de conseguir más tarde; se duerme mal, y la mente no está relajada. Si tu odio fue fuerte, incluso aquellos a quienes has alimentado con gran amabilidad olvidarán esa amabilidad, y te matarán; los parientes se irritarán contigo y te abandonarán; e incluso aquellos que has ganado por medio de la generosidad y demás, no duran.

Normalmente se pone el ejemplo del padre de familia que se enfada mucho. La consecuencia del enfado, es que incluso aquellas personas con las que fuiste amable, te pueden quitar la vida.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2B3 Cómo obtener certeza con respecto a las faltas

El texto dice:

En *Involucrándose en la conducta del bodhisattva*, dice:

*“No hay mala acción igual al odio;
No hay acción virtuosa igual a la paciencia;
Por tanto, la paciencia debería de ser cultivada
Con diligencia, de diversas formas.”*

Así pues, deberías de considerar detenidamente las ventajas y las desventajas, y hacer un esfuerzo para desarrollar la paciencia de varias formas.

Hemos visto todas las consecuencias negativas del enfado, que incluso destruye las raíces de virtud. Pero no es la única negatividad que nos hace daño como la visión errónea de criticar las enseñanzas, abandonar el dharma y despreciar a los bodhisattvas, gurús, etc., que traen consecuencias negativas muy graves.

2B4B-2A2C-2C3A-3C1A-1C3A-2B3 Consideraciones suplementarias

El texto dice:

Considerando el Compendio de los entrenamientos, debería de entenderse que el odio no es determinado como siendo la única conducta no virtuosa que acumula tanto los efectos completamente madurados, como la destrucción de las raíces de virtud. También están la visión errónea que critica, el abandono del Dharma, el desprecio de los bodhisattvas y gurús mostrando arrogancia hacia ellos, etc.

El texto de *Compendio de entrenamiento* es de Shantideva.

Respecto a los beneficios de cultivar la paciencia, se utiliza como ejemplo el Sutra de Ksantivadin sobre una vida previa del Buda Shakiamuni. Se dice que en una ocasión el Buda estaba sentado en un parque cuando de repente sonrió y uno de sus seguidores le dijo: ¿el Buda no sonríe sin razón, ¿cuál es la razón de que el Buda sonría? y el Buda respondió: “porque he recordado una de mis vidas anteriores, cuidando fui un practicante asceta de la paciencia” y empezó a contar esta historia.

La historia es la siguiente: Ksantivadin era un sabio asceta. Un día el rey fue a pasar el día al campo con sus esposas y en algún momento se quedó dormido. Mientras tanto, sus esposas fueron a pasear y se encontraron con Ksantivadin que estaba meditando y empezó a darles enseñanzas.

Cuando el rey despertó y vio lo que pasaba, le preguntó al asceta si tenía realizaciones y él le respondió que no las tenía. Como el rey estaba celoso le cortó las manos y los pies a Ksantivadin. En ese momento, en lugar de sangrar salió leche de sus extremidades. Cuando el rey lo vio se arrepintió de lo que había hecho. Este rey fue en una vida posterior Devadata.

Lo importante de esta historia, es que el asceta en ningún momento sintió enfado, sino que pensó: “si la paciencia realmente tiene beneficios extraordinarios, que vuelva otra vez a tener las mismas piernas y brazos y si no los tiene, que me quede como estoy”, y volvió a tener sus piernas y brazos como antes.

Podemos creer o no que volvió a tener sus brazos y piernas de nuevo, pero si tenemos convicción en el dharma sabremos que cosas milagrosas como éstas pueden suceder.

Transmisión oral

Preguntas

Estudiante: si la ignorancia es la raíz, ¿cual es la semilla?.

Guesela: se le llama raíz y proviene de una huella dejada desde tiempo sin principio, porque no encontramos un principio. Esta ignorancia proviene de la huella de la ignorancia, desde tiempo sin principio, que es un oscurecimiento que da lugar a la ignorancia.

Se le llama raíz, porque todos los engaños y sufrimientos del samsara vienen de ella. Chandrakirti menciona: *“toda la felicidad y el sufrimiento, las acciones buenas y malas son producto del aferramiento a la colección transitoria, por lo tanto, los yoguis se esfuerza en ver que el yo es meramente imputado o un término y que no existe por sí mismo. Esto destruye esta visión errónea y se enfocan en un yo meramente imputado”*. Por lo tanto, ésta es la raíz y proviene de la semilla de la ignorancia.

La siguiente analogía lo clarifica: somos producto de una madre y un padre, en concreto, de la unión del espermatozoide con el óvulo, que poco a poco se va haciendo mas grande, le comienzan a salir manos, pies, cabeza, dedos, etc., hasta que está completamente formado. Lo mismo sucede con la ignorancia, que sería como la unión del ovulo y el espermatozoide, que da lugar a distintos resultados como la felicidad mundana y el sufrimiento.

El objetivo de conocer esto, es darnos cuenta que su origen es la ignorancia. Queremos lo mejor para nosotros y por eso intentamos crear acciones virtuosas para tener buenas experiencias en el futuro. Así creamos el bienestar dentro del samsara, pero ¿qué es lo que nos ha movido? la ignorancia, que te lleva a percibir un yo que piensa “yo quiero lo mejor para mí, quiero tener buenas condiciones y experiencias, por eso voy a crear acciones virtuosas”.

Pero el yo también se puede enfocar en perseguir los placeres y por eso te involucras con la pareja de otra persona, por desear dinero robas y mientes. Es decir, cometes acciones negativas que te van a traer resultados de sufrimiento dentro del samsara.

Por lo tanto, todo tiene el mismo origen que es la ignorancia de percibir un yo. Esta raíz tiene ramas, que son las emociones negativas. Todas las emociones negativas son como criados de la ignorancia.

Estudiante: si se tiene la visión correcta de la vacuidad, se carece de ignorancia, ¿cómo puede ser la semilla y la raíz al mismo tiempo?.

Guesela: antes mencionaste que un padre y su hijo no son lo mismo. Esta es la clave de que es meramente etiquetado, porque se puede etiquetar padre o hijo a una misma persona. Esto es signo de que no existe por sí mismo, de que es efímero, que es meramente imputado, p. ej. en este momento no tienes hijos, pero cuando tengas hijos dejarás de ser una persona sin hijos, para convertirte en alguien con hijos. Esto nos ayuda a ver que todo es interdependiente y por eso, meramente imputado.

Es verdad que semilla y raíz no son lo mismo. Pero se dice que es semilla en el sentido de que es un fenómeno compuesto que tiene el potencial de producir un resultado. Y a la ignorancia se le llama raíz, para indicar que de ella surgen el resto de emociones aflictivas, pero la ignorancia es un concepto y no semilla, la ignorancia es conciencia y raíz de todos los engaños.