

CLÁSICOS INDIA.

Kamalasila: Los Estados de Meditación, libro del Medio.

Bhavanakrama II.

Trad. UPASAKA LOSANG GYAYSO.





Kamalasila: Los Estados de Meditación, Libro del Medio.

Sánscrito: Bhavanakrama

Tibetano: Gompa Rimpa

¡Homenaje al siempre joven Mañjushri!

Explicaré brevemente los estados graduales de meditación, para aquellos que siguen el sistema de los Sutras Mahayana. Aquellos que quieren realizar el estado de Omnisciencia de forma extremadamente rápida, y aquellos que poseen una mente inquisitiva, deberán de hacer un esfuerzo de forma deliberada para completar sus causas y condiciones.

Una Omnisciencia que sea producida sin causas, no es posible. Porque esto implicaría que cualquier cosa, en todo momento, llegaría a ser omnisciente. Si las cosas fueran producidas sin depender de otras cosas, no podrían ser obstruidas en ningún lugar, y entonces no habría una razón por la que todo no pudiera llegar a ser un Buda.

Por lo tanto, la posibilidad de convertirse en un Buda es una entre cien, y por lo tanto, todas las cosas que existen dependen exclusivamente de sus

causas. La Omnisciencia es rara, porque no puede ser producida en todo momento y en todo lugar; ni todo puede ser transformado en Omnisciencia. Esto implica que todo depende de causas y condiciones.

También, aparte de estas causas y condiciones, uno debería de cultivar causas correctas, y completarlas. Si practicas causas erróneas, incluso aunque trabajes muy duro durante mucho tiempo, el logro deseado no puede ser realizado. Esto es lo mismo que ordeñar un cuerno. El resultado tampoco se produce cuando las causas no son utilizadas. Por ejemplo, si la semilla o cualquier otra cosa se han perdido, entonces el resultado, el brote, no se produce.

Por lo tanto, aquellos que deseen un determinado resultado, deberían de desarrollar las causas completas y sin error, y las condiciones.

Si preguntáis ¿Cuáles son las causas y condiciones de la Omnisciencia? Yo, que soy como un hombre ciego, puede que no esté en posición idónea para explicarlo. Pero revelaré las palabras del propio Buda, dichas a sus discípulos, tras Su Iluminación. El Buda dijo entonces: "*¡Oh, Poseedor de la doctrina secreta! La raíz de la sabiduría transcendental de la Omnisciencia, es la compasión; y surge de una causa, el pensamiento altruista, la bodhicitta. Se perfecciona con los medios hábiles*"

Por lo tanto, si estás interesado en el logro de la Omnisciencia, necesitas practicar estos tres: compasión, bodhicitta y medios hábiles.

Cuando están movidos por la compasión, los bodhisattvas realizan cierta plegaria para liberar a todos los seres sintientes.

Entonces, eliminando la visión de un ego, se implican continuamente en las muy difíciles prácticas de la acumulación de mérito y de visión profunda (sabiduría), con mucha devoción. Habiendo entrado en esta práctica, deberían de completar la acumulación de mérito y de visión profunda.

El logro de todas las acumulaciones de mérito es tan bueno como el tener a la Omnisciencia en la palma de la mano. Puesto que la compasión es la única raíz de la Omnisciencia, uno debería de familiarizarse con esta práctica desde el principio.

El Compendio del Dharma Perfecto¹ dice: "*¡Oh, Buda! Un bodhisattva no debería de entrenarse en muchas prácticas. Si un bodhisattva se implica en una enseñanza, y aprende perfectamente esa enseñanza, tiene todas las cualidades de un Buda en la palma de su mano. Y si preguntas cual es esa enseñanza, es la gran compasión*"

Los Budas han conseguido todas las Perfecciones por sí mismos, pero permanecen en el samsara mientras existan seres sintientes. Esto sucede porque poseen la gran compasión. No entran en la permanencia inmensamente gozosa del Nirvana, como hacen los Oyentes.

Considerando el interés de los seres sintientes, desechan la permanencia apacible del nirvana, como si fuera una casa de hierro al rojo vivo. La gran compasión, es la causa inevitable de la no permanencia en el nirvana de un Buda.

El método y la práctica de la meditación en la compasión, será enseñada desde el estado inicial del compromiso. La práctica comienza meditando en la ecuanimidad. Intenta realizar la ecuanimidad mental hacia todos los seres sintientes, eliminando el apego y el rechazo. Todos los seres sintientes desean la felicidad, y no desean el sufrimiento. Pensando en que en esta existencia cíclica sin principio, no hay un solo ser vivo que no haya sido alguien muy querido para mi cientos de veces. Puesto que no existe motivo para sentirse apegado a algunos y odiar a otros, yo desarrollaré una ecuanimidad mental hacia todos los seres sintientes.

Comienza la meditación en la ecuanimidad con una persona neutra, y después con personas que sean amigos y enemigos.

Medita en el amor desinteresado una vez que la mente ha desarrollado una actitud imparcial hacia todos los seres vivos. Con el agua del amor desinteresado, humedece el continuo mental, y prepáralo, como una tierra que tenga la humedad adecuada. Cuando las semillas de la compasión son implantadas en esa mente, la germinación será rápida, adecuada y completa.

La meditación en la compasión, debería de hacerse a continuación, cuando el continuo mental está fermentado con el amor desinteresado.

¹ *Dharmasamgiti.*

Esta mente compasiva, tiene la cualidad de desear que todos los seres que sufren, se liberen del sufrimiento. Medita en la compasión hacia todos los seres sintientes, porque los seres en los Tres Reinos, son intensamente torturados por alguno de los tres tipos de sufrimiento.

El Buda ha dicho que los seres en los mundos infernales, sin excepción, son torturados continuamente por el calor, y otros tipos de dolor, durante largo tiempo. También dijo que la mayor parte de los espectros hambrientos, sufren el ardiente dolor del hambre y de la sed, y experimentan un tremendo sufrimiento físico. Los animales también sufren muchos tipos de dolor, como el ser devorados por otros, la ferocidad, el ser sacrificado, y el ser golpeado. Los seres humanos también se ven experimentando agudas penas de diversos tipos. No siendo capaces de encontrar los objetos de su intenso deseo, se odian y dañan unos a otros. Sufren el dolor de la pérdida de las cosas agradables, y el de afrontar las desagradables, como por ejemplo, el dolor de la pobreza.

También están aquellos cuyas mentes están limitadas por las diversas cadenas de las emociones aflictivas, como el deseo vehemente. Otros están inmersos en la confusión debido a diferentes puntos de vista erróneos. Todo esto es causa de miseria, por lo tanto permanecen en un intenso dolor, como si estuvieran al borde de un precipicio.

Los devas² sufren debido al sufrimiento del cambio. Por ejemplo, la mente de los devas, en el reino del deseo, está constantemente afligida por las señales de la muerte, y su futura caída en los estados desafortunados³, ¿Cómo podrían estar en paz?

El sufrimiento que lo penetra todo está en la identidad del ser que se encuentra bajo el poder de las cosas, que se caracterizan por la acción e ilusión. Está en la naturaleza y en las características de la desintegración constante, e interpenetra a todos los seres migratorios.

Por lo tanto, ve a todos los seres migratorios como inmersos en sufrimientos que queman como ascuas. Piensa que todos ellos, como uno mismo, no desean ningún dolor: *“¡Ay! ¡Todos mis amados seres sintientes están experimentando una gran pena!*” Piensa en que puede hacerse para

² Dioses.

³ Infiernos, fantasmas hambrientos, y animales.

liberarlos de su sufrimiento, y actúa como si tú estuvieras afligido por el sufrimiento.

Dirigiendo la mente hacia todos los seres sintientes, y deseando que todos los seres sintientes se encuentren libres de sus sufrimientos, medita en la compasión a todas horas, tanto cuando practiques la concentración en un solo punto (samatha/Shiné), o mientras estés involucrado en cualquier actividad. Comienza la meditación con los amigos y personas queridas, viéndolos experimentar los diferentes tipos de sufrimiento, tal y como ha sido explicado.

Entonces, viendo a todos los seres sintientes como iguales, y sin ninguna diferencia, uno debería de contemplar cuidadosamente a los seres que consideramos como indiferentes. Cuando tu compasión hacia ellos sea la misma que la que manifiestas hacia tus amigos y personas queridas, entonces, medita en la compasión hacia todos los seres sintientes que existan en las diez direcciones.

Como una madre hacia su pequeño, amado y sufriente hijo, cuando uno desarrolla una compasión automática y ecuánime hacia todos los seres sintientes, entonces uno ha desarrollado la práctica de la compasión. Esto también tiene un nombre: *gran compasión*.

La meditación en el amor desinteresado comienza con los amigos y personas queridas. Toma el aspecto del desear que todos los seres sintientes se encuentren con la felicidad. Gradualmente, extiende la meditación a los extraños, e incluso a los enemigos de uno.

Habiendo obtenido la familiaridad con la compasión, se generará el deseo espontáneo de liberar a todos los seres conscientes.

A base de obtener la familiaridad con la compasión como raíz, medita en el pensamiento altruista de la bodhicitta. La bodhicitta es de dos tipos: convencional y última. La bodhicitta convencional es el cultivo de la primera mente; presenta el aspecto del deseo de obtener la Insuperable, Completa, y Perfecta Iluminación, con el propósito de beneficiar a todos los seres migratorios, la cual promete liberar a todos los seres sintientes de su sufrimiento. De forma similar al proceso descrito en el capítulo

sobre la moral ética⁴, genera esa mente, como el sabio que permanece en el samsara⁵ debido al voto de bodhisattva.

Tras haber generado la bodhicitta convencional, esfuérzate en cultivar la bodhicitta última. La bodhicitta última es transcendental, y está libre de todas las elaboraciones mentales. Es el extremadamente claro objeto de lo definitivo, imaculado y permanente; y es como una lámpara de mantequilla a salvo de las perturbaciones producidas por el viento. Se consigue a través de una constante y respetuosa práctica del yoga de la calma mental (*samatha*) y de la visión profunda (*vipassana*) durante mucho tiempo.

Se dice en el **Noble Sutra del Samdhinirmocana** "*¡Oh, Maitreya! Tienes que saber que todos los virtuosos fenómenos de los Oyentes⁶, bodhisattvas y Tathagatas, tanto sean mundanos como supra mundanos, son los frutos de la meditación en la calma mental y en la visión profunda*"

Puesto que todos los tipos de concentración pueden resumirse en estos dos, todos los yoguis deben de buscar siempre la meditación en la calma mental y la visión profunda.

De nuevo, en el mismo **Noble Sutra del Samdhinirmocana** se dice: "*El Buda ha dicho que debe de conocerse que todas las enseñanzas referentes a los diferentes tipos de concentración, buscadas por los Arhats, bodhisattvas y Tathagatas, están todas contenidas en la meditación de la calma mental y de la visión profunda.*"

Los yoguis no pueden eliminar los oscurecimientos solamente por la mera familiaridad con la práctica de la calma mental. Tan solo suprimen las ilusiones temporalmente. Sin la luz de la sabiduría, la fuerza latente de los engaños, no puede ser destruida de forma apropiada, y por lo tanto, su completa destrucción no es posible.

Por esta razón, el **Noble Sutra del Samdhinirmocana** dice: "*La concentración puede suprimir la ilusión de forma adecuada, y la sabiduría puede destruir el potencial latente.*"

El **Noble Sutra del Samdhinirmocana** también dice: "*Incluso si uno medita*

⁴ Del *Bodhisattvabhumi* de Asanga.

⁵ Existencia cíclica.

⁶ Shravakas.

en dicha concentración en un solo punto, eso no destruiría la concepción de un "Yo", y los engaños volverían a perturbarte de nuevo; es como la meditación en un solo punto de Udrak. Cuando la carencia de un "Yo" en los fenómenos es examinada individualmente, y las meditaciones se realizan basándose en este análisis, esta es la causa de la liberación resultante, y ninguna otra causa puede calmarlo"

También el **Bodhisattvapitaka** dice:"*Aquellos que no han oído estas diversas enseñanzas del Bodhisattvapitaka, y no han escuchado las enseñanzas sobre el Vinaya dadas por el Sublime, y piensan que la concentración en un solo punto es suficiente por sí misma, caerán en el hoyo de la arrogancia extrema, y como consecuencia no podrán, no serán capaces de liberarse completamente del renacimiento, la vejez, la enfermedad, la muerte, la miseria, la lamentación, el sufrimiento, la infelicidad mental, y las perturbaciones. Ni conseguirán la completa liberación del ciclo de los seis estados migratorios, ni del sufrimiento de los agregados. Recordando esto, el Tathagata ha dicho que el escuchar de acuerdo con la enseñanza, ayuda a obtener la liberación de la vejez y de la muerte.*"

Por estas razones, aquellos que desean lograr la purificada sabiduría trascendente, en base a eliminar todos los oscurecimientos, deberían de meditar en la sabiduría, mientras permanecen en la meditación de la calma mental.

Tal como ha sido dicho en el **Noble Ratnakuta**: "*Después de haberse establecido en la moralidad, uno cultiva la concentración. Habiendo conseguido la concentración, uno cultiva la sabiduría; a través de la sabiduría es alcanzado el conocimiento extremadamente puro; y a través del conocimiento extremadamente puro es perfeccionada la moralidad.*"

El **Noble Sutra Mahayana Prasadaprabhavana** dice:"*Si los Hijos de las buenas familias no actúan movidos por la sabiduría, yo no hablaré acerca de la fe de los bodhisattvas en el Mahayana, o en todo lo que tiene relación con el Mahayana. ¡Oh, Hijo de buena familia! Esto es porque la fe de los bodhisattvas en el Mahayana, y todo lo que surge en relación con el Mahayana, ocurre al contemplar el perfecto Dharma y la realidad, con una mente libre de distracción. Y deberá de ser entendido conforme a esto"*

La mente de un yogui se distraería con los objetos con tan solo la visión

profunda, si careciera de calma mental. Sería tan inapropiado como una lámpara de mantequilla en un vendaval. Puesto que la claridad del cristal de la sabiduría trascendental se perdería, estas dos (samatha y vipassana) deberían de ser buscadas con el mismo énfasis.

Por ello, el **Noble Sutra del Mahaparanirvana** también dice: "*Los Oyentes no pueden ver la naturaleza de buda, porque su absorción meditativa en un solo punto es muy fuerte, y su sabiduría es más débil. Si bien los Bodhisattvas pueden verla, aunque no claramente, es debido a que su sabiduría es muy fuerte, y su concentración en un solo punto más débil. Sin embargo, los Tathagatas pueden verlo todo, porque poseen similares niveles de realización de la calma mental y de la visión profunda*"

Por el poder de la meditación en la calma mental, la mente no es perturbada por el viento de los pensamientos conceptuales. Es como una lámpara de mantequilla a salvo de las perturbaciones causadas por el viento. La visión profunda elimina cada mancha producida por los puntos de vista erróneos, y por ello no serás afectado por otros.

El **Sutra Chandra Pradipa** dice: "*Por la fuerza de la meditación en la calma mental, el oleaje de la mente llegará a calmarse; y por la visión profunda, llegará a ser estable como una montaña*"

Por lo tanto, mantén una práctica yóguica de ambas. Inicialmente, el yogui debería de buscar los requisitos previos que puedan ayudar a realizar la meditación de la calma mental y de la visión penetrante, de forma rápida y fácil. Los pre requisitos necesarios para el desarrollo de la meditación de la calma mental son: vivir en un ambiente apropiado, limitando los deseos de cada uno; practicar el contentamiento; abandonar completamente el implicarse en demasiadas actividades; estar en posesión de una pura moral ética; y el ir eliminando completamente el apego y todos los demás tipos de pensamientos conceptuales.

Un ambiente apropiado debería de ser conocido por estas cinco características: como teniendo un acceso fácil a la comida y ropas; un buen habitáculo libre de seres dañinos y de enemigos; un lugar saludable, libre de enfermedad; buenos amigos, que posean una ética moral, y que compartan similares puntos de vista; y un sitio visitado por poca gente durante el día, y con poco ruido a la noche.

Limitar los deseos de uno, se refiere a no estar excesivamente apegado a muchas y buenas ropas, tales como las vestimentas monásticas, etc. La práctica del contentamiento, significa estar siempre contento con cualquier cosa, como por ejemplo, la mala calidad de la vestimenta monástica, etc.

La completa eliminación de la mayor parte de las actividades, se refiere a descartar los trabajos inferiores, tales como el comprar y vender, abandonar completamente la relación demasiado íntima con los cabezas de familia y con otros monjes, abandonando completamente la práctica de la medicina, astrología, etc.

La pureza de la moral ética, se refiere a no estar separado, desde la base de ambos, de los hechos naturales y de los hechos negativos prohibidos, de los dos votos⁷. Incluso cuando las transgresiones ocurren por falta de cuidado, deberán de ser rápidamente confesadas con arrepentimiento, de acuerdo con las reglas. Se dice que el rechazo de la disciplina moral de los Oyentes (la mayor transgresión), no puede ser restaurado. Aún dichas faltas han de ser objeto de arrepentimiento, y el desarrollar la conciencia de no repetir las en el futuro ha de ser mantenido. La mente que ha ejecutado esa acción, y todos los fenómenos, han de ser reconocidos como careciendo de una verdadera identidad. Esto es lo que se conoce como una perfecta ética moral.

Esto debería de realizarse a partir del texto **Noble Ajatshatrukaukritiya (La Eliminación del Arrepentimiento del Noble Ajatshatru)**. Uno debe de acabar con lo que causa el arrepentimiento, y realizar especiales esfuerzos respecto a la meditación.

El ser plenamente consciente de los distintos inconvenientes del apego, en esta vida y en las vidas futuras, ayuda a eliminar las concepciones erróneas en este aspecto. Circunstancias comunes a las cosas, tanto hermosas como feas, en la existencia cíclica, es que todas ellas son inestables, y albergan la naturaleza de la desintegración. Está más allá de toda duda que uno deberá de separarse de todas ellas sin tardar mucho. Así que medita en porqué el ego está tan excesivamente apegado a estas cosas, y entonces abandona todas las concepciones erróneas.

⁷ Los Votos de liberación Individual (Pratimoksha) y los votos del Bodhisattva.

Los requisitos previos de la visión profunda son: confiar en personas santas; buscar seriamente enseñanzas completas; y una contemplación adecuada.

¿En qué tipo de persona deberá uno de confiar? En alguien que ha escuchado muchas enseñanzas, es claro en su forma de expresarse, está dotado de compasión, y es capaz de resistir las adversidades.

¿Qué se quiere decir con "buscar seriamente escuchar las enseñanzas completas"? Es escuchar seriamente, y respetar los significados definitivos y de interpretación de las doce ramas de la enseñanza de Buda.

El **Noble Sutra Samdhinirmocana** dice: *"El no escuchar las enseñanzas de los seres supremos, es un obstáculo para la visión profunda"*. El mismo Sutra dice: *"La visión profunda surge de su causa, la visión correcta, la cual, en definitiva, surge de la escucha y la contemplación"*

El **Noble Narayan Paripraccha** menciona: *"Por haber escuchado, uno obtiene sabiduría, y con la sabiduría, los engaños son completamente pacificados"*.

¿Qué se quiere decir por contemplación adecuada? Es establecer apropiadamente que Sutra es definitivo y cual interpretable. De esta forma, cuando los bodhisattvas están libres de duda, pueden meditar concentrados en un solo punto. De lo contrario, si siguen el sendero con duda e indecisión, serán como un hombre en un cruce de carreteras, incapaz de seguir ninguno de los caminos.

Los yoguis deberían de abandonar para siempre el consumo de pescado, carne, etc. Comer con moderación, y evitar los alimentos no adecuados.

Por eso los bodhisattvas que han reunido todos los requisitos previos para la calma mental y la visión profunda, deberían de entrar en meditación.

Cuando hace meditación, el yogui deberá de completar primero todas las prácticas preparatorias. Ir al servicio para responder a la llamada de la naturaleza; y en un lugar agradable, libre de espina alguna y de ruido, generar el pensamiento positivo del deseo de llevar a todos los seres sintientes a la esencia de la Iluminación. Entonces manifiesta gran

compasión, el pensamiento del deseo de liberar a todos los seres sintientes. Rinde homenaje a todos los Budas y Bodhisattvas de las diez direcciones, postrando los cinco miembros del cuerpo.

Coloca imágenes de los Budas y bodhisattvas frente a ti, haz ofrendas y alaba sus virtudes lo mejor que puedas. Confiesa tus negatividades, y regocíjate con los méritos de todos los demás seres.

Entonces, siéntate en la postura de Vairocana, o en la postura de piernas medio cruzadas, en un cojín confortable. Los ojos no deberían de estar ni demasiado abiertos, ni completamente cerrados. Déjalos enfocados en la punta de la nariz. El cuerpo no debería de estar inclinado ni hacia delante, ni hacia atrás. Mantenlo derecho, y cultiva la atención. Los hombros han de estar a igual altura, en su posición natural, y la cabeza no debe de estar inclinada hacia ningún lado.

Debería de permanecer erguida, manteniendo una línea recta vertical de la nariz al ombligo. Los dientes y los labios deberían de mantenerse también en su estado natural, con la lengua tocando la parte superior del paladar. Inhala y exhala tranquilamente y despacio, sin causar ningún ruido, sin que sea trabajoso, ni con ritmo desigual. El inhalar y el exhalar, debería de ser hecho natural y lentamente, sin darse cuenta.

La meditación de la calma mental, debería de ser lograda en primer lugar. La calma mental es la mente que ha eliminado la distracción ocasionada por los objetos externos, y que espontáneamente y continuamente se dirige hacia el objeto de meditación con pericia y deleite. Lo que propiamente examina las cosas tal y como son, desde un estado de calma mental, es la visión profunda.

En el **Noble Ratna Megha** se lee: "*La calma mental es una mente concentrada en un solo punto; la visión profunda realiza un análisis individual de la naturaleza última de los fenómenos*"

También en el **Noble Sutra Samdhinirmocana** se dice: "*Maitreya preguntó: "¡Oh, Buda! ¿Cómo debería de buscar la gente verdaderamente la calma mental, y obtener la habilidad en la visión profunda? El Buda respondió: "Maitreya, yo he mostrado las siguientes enseñanzas a los bodhisattvas:*

- 1- *La sección de los Sutras.*
- 2- *La sección sobre la Melodía de la Alabanza.*
- 3- *La sección sobre las Enseñanzas Proféticas.*
- 4- *La sección sobre Versos.*
- 5- *La sección sobre Instrucciones Específicas.*
- 6- *La sección sobre Materias Objeto de Controversia.*
- 7- *La sección sobre Espiritualidad Interior.*
- 8- *La sección sobre Leyendas.*
- 9- *La sección sobre Historias de los Jatakas.*
- 10- *La sección sobre Enseñanzas Generales.*
- 11- *La sección sobre Dharma Impecable.*
- 12- *La sección sobre la Doctrina Establecida."*

Los Bodhisattvas deberán de escuchar adecuadamente estas enseñanzas, recordar sus contenidos, entrenarse en su recitación, y examinarlas completamente con la mente. Con una perfecta comprensión, deberían de irse solos a lugares remotos, y mentalmente concentrarse en estas enseñanzas, y continuar centrando la mente en ellas. Por eso es llamado *aplicación mental*.

La calma mental es lograda cuando el cuerpo y la mente alcanzan la flexibilidad, a través de un repetido y prolongado empeño. Así es como los Bodhisattvas buscan la calma mental. Con el logro de la flexibilidad física y mental, y permaneciendo en ellas, el meditador elimina la distracción mental. El fenómeno que ha sido contemplado como objeto de la concentración interna en un solo punto, debería de ser analizado, y visto como un espejismo. El objeto, similar a un espejismo, de la meditación en un solo punto será discernido completamente como un objeto de conocimiento.

Estaría completamente conceptualizado y completamente examinado. Practica la paciencia, y deléitate en ello. Con el análisis apropiado, observa y compréndelo. Esto es lo que es conocido como visión profunda. Así pues, los Bodhisattvas están versados en el arte de la visión profunda.

Los yoguis que están interesados en lograr la calma mental, deberían inicialmente de fijar sus mentes, con mucha atención, en las secciones de Sutra, en las secciones sobre la Melodía de la Alabanza, etc, pensando que

todas estas enseñanzas le están llevando hacia la Talidad, que le llevarán a la Talidad, y que lo han llevado a la Talidad. Una forma de hacer esta meditación, es fijar la mente con firmeza en los agregados, como un objeto de meditación que incluye todos los fenómenos. Otra manera es emplazar la mente en la imagen de un Buda.

El **Noble Sutra del Rey del Samadhi** menciona:

*"Con su cuerpo color de oro,
el Señor del Universo es extremadamente hermoso,
quien emplace su mente en El,
ese bodhisattva, es considerado como alguien que está en absorción
meditativa."*

Fija la mente de esta forma en el objeto de tu elección, y habiendo emplazado la mente, mantenla continua y repetidamente. Mientras estés en meditación, examina la mente, y observa si está debidamente enfocada en el objeto. Chequea también la torpeza mental, y observa si la mente está siendo distraída por objetos externos.

Si la mente es encontrada torpe debido al amodorramiento y a la neblina mental, o si se temiera que esa torpeza mental se estuviera aproximando, entonces la mente debería de centrarse en la imagen de un Buda, lo que es extraordinariamente gozoso, o en el concepto de luz. Con este proceso, el embotamiento de la mente debería de ser eliminado, y la mente debería de ver el objeto muy claramente.

La torpeza o embotamiento prevalece cuando la mente no puede ver el objeto con claridad, como si fuera ciega, o estuviera en un sitio oscuro, o como una persona con los ojos cerrados. Esto debería de entenderse que sucede en la meditación, cuando la mente persigue las cualidades de los objetos externos, tales como la forma, etc, o presta atención a otros fenómenos, o se distrae con los objetos de experiencias pasadas, o cuando se teme que se aproxima la distracción; entonces, piensa que todos los fenómenos compuestos son impermanentes, y también piensa en el sufrimiento, y en otras cosas que puedan ayudar a generar renunciación.

Con este proceso, la distracción debería de ser eliminada, y con la cuerda de la atención plena y la vigilancia, la mente, que es como un elefante, debería de ser atada al árbol del objeto. Cuando la mente se encuentra

perfectamente emplazada en el objeto de meditación, libre de embotamiento y de excitación mental, debería de permanecer y actuar de forma relajada y natural.

En ese momento, si se está sentado, se puede permanecer así tanto tiempo como uno quiera. Debería de entenderse que la calma mental es realizada cuando la flexibilidad física y mental es disfrutada, y tras una larga familiaridad con el objeto de meditación elegido.

Una vez realizada la calma mental, medita en la visión profunda, y piensa como sigue: todas las enseñanzas del Buda son enseñanzas perfectas y, directa o indirectamente, revelan y exploran la Talidad con suprema claridad. Cuando la Talidad es desentrañada, todas las redes de los puntos de vista erróneos son destruidas, de la misma forma en que la oscuridad desaparece cuando la luz surge.

La mera meditación de la calma mental no puede lograr la purificada sabiduría trascendente, ni puede lograr eliminar la penumbra de los oscurecimientos.

Cuando se medita en la Talidad de forma adecuada, con sabiduría, se realiza la sabiduría trascendental purificada. Puesto que tan solo la sabiduría puede realizar la Talidad, y puede erradicar efectivamente los oscurecimientos, deberé de buscar la Talidad con la sabiduría, mientras practico la meditación de la calma mental. Y no deberé de contentarme con la calma mental tan solo.

¿Qué es la Talidad? Es la naturaleza de todas las cosas, que a nivel último están vacías de un "yo" personal, y de un "yo" de los fenómenos.

En el **Noble Sutra Samdhinirmocana** se lee: *"¡Oh, Tathagata! ¿Por qué perfección conocen a fondo los Bodhisattvas la falta de identidad de los fenómenos? Avalokiteshvara, es conocido a fondo por la Perfección de la Sabiduría"*

Por ello medita en la sabiduría, mientras permaneces en la meditación de la calma mental.

Los yoguis deberían de analizar de la siguiente manera. Una persona no es

observada como diferente de otra, más que en base a la observación de los agregados, los elementos, y los poderes sensoriales. Y una persona no está en la naturaleza de los agregados, porque los agregados tienen la cualidad de ser muchos e impermanentes.

Una persona es imputada por otros como permanente y singular. Las personas, al igual que los fenómenos, no pueden existir más que como uno o como varios; porque no hay otra forma de existir. En vista de estas razones, uno debe concluir que la aserción del "yo" y del "mío" mundano, está completamente equivocada.

La meditación en la ausencia de una entidad inherente en los fenómenos, debería de ser hecha de la siguiente forma: los fenómenos pueden ser subsumidos como los cinco agregados, las doce fuentes de percepción, y los dieciocho elementos. Los agregados, las fuentes de percepción, y los elementos, en un sentido ultimado, son nada más que aspectos de la mente. Esto se debe al razonamiento de que si estos, son rotos en partículas más sutiles, y estas partículas más sutiles son individualmente examinadas para estudiar su naturaleza, no hay una identidad definida que pueda ser encontrada.

Debido al apego, desde un tiempo sin principio, las cosas imperfectas, como la forma física (cuerpo físico), a un ser normal y corriente estas cosas le parecen separadas y fuera del reino de la mente. Esto es como las formas físicas que aparecen en los sueños. En un sentido último, la forma física no es otra cosa más que aspectos de la mente. Estos argumentos deberían de ser analizados.

Piensa que los tres mundos son meramente consciencia, y para analizar individualmente la consciencia, se hace examinando individualmente la identidad de los fenómenos. Analiza la identidad de la consciencia de esta forma.

En un sentido último, la mente tampoco puede ser verdad. La mente se aferra a las formas físicas, etc, y su identidad es falsa. Con los distintos agregados apareciéndosele a la mente, ¿Cómo puede ser verdad? Las formas físicas, etc, son falsas, y es por esto por lo que la mente (por identificación) no es nada más que estas cosas, por lo tanto ella también es falsa. Las formas físicas, etc, son diversas, y sus entidades no son ni una sola, ni muchas. Puesto que la mente no es más que estas cosas, su

identidad tampoco es ni una sola, ni muchas. Por lo tanto, la identidad de la mente es tan solo una ilusión.

Uno analiza pensando que al igual que la mente, la identidad de todos los fenómenos también es una mera ilusión. De esta forma, cuando la identidad de la mente es examinada individualmente por la sabiduría, en un sentido último, es percibida ni dentro ni fuera. Tampoco es percibida en la ausencia de ambos. No es percibida ni la mente del pasado, ni la del presente, ni la del futuro. Cuando la mente nace, no viene de ningún sitio; y cuando cesa, no va a ningún sitio, porque es inaprehensible, indemostrable, y no física. Si uno pregunta ¿Cuál es la identidad de eso que es inaprehensible, indemostrable, y no físico? Es, como el **Noble Sutra Ratnakuta** afirma: "*¡Oh, Kashyapa! Cuando la mente es completamente buscada, no puede ser encontrada. Lo que no puede ser encontrado, no puede ser percibido. Y lo que no es percibido, no es pasado, ni futuro, ni presente*"

A través de este análisis, el sin comienzo de la mente no es visto, el fin de la mente no es visto, y el medio de la mente tampoco es visto. Todos los fenómenos deberían de ser entendidos como careciendo de un fin y de un medio; al igual que la mente, que tampoco tiene un fin o un medio.

Con el conocimiento de que la mente carece de un fin y de un medio, la no identidad de la mente se percibe. Lo que es realizado completamente por la mente, es realizado como siendo vacío. Realizado esto, la verdadera identidad que es establecida como el aspecto de la mente, tal como la identidad de la forma física, etc, tampoco es percibida a nivel último. De esta forma, cuando una persona no ve a nivel último la identidad de todos los fenómenos en base a la sabiduría, no analizará si la forma física es permanente o impermanente, vacía o no vacía, contaminada o no contaminada, producida o no producida, y existente o no existente.

Del mismo modo en que la forma física no es examinada, de manera similar los sentimientos, la discriminación, los factores compuestos, y la consciencia no son examinados. Cuando el objeto no existe, sus particularidades tampoco pueden existir. Así que ¿Cómo podrían ser examinados? De esta forma, cuando la persona no se aferra firmemente a la identidad de una cosa, como verdaderamente existente, habiéndolo investigado con la sabiduría, el practicante entra entonces en una

concentración solo punto no conceptual. Y de esta manera, la no identidad de todos los fenómenos también es realizada.

Aquellos que no meditan con sabiduría, analizando individualmente la entidad de las cosas, sino que meramente meditan en la eliminación de la actividad mental, no pueden evitar los pensamientos conceptuales, y tampoco pueden realizar la ausencia de identidad, porque carecen de la luz de la sabiduría. Si el fuego de la consciencia que conoce los fenómenos tal y como son, se produce a partir del análisis individualizado de la realidad última, entonces el fuego producido como si se estuviera frotando la madera, quemará la madera del pensamiento conceptual. El Buda ha dicho esto.

El **Noble Ratna Megha** también menciona: "*Aquellos diestros en el discernir las faltas, se implican en el yoga de la meditación en la vacuidad, para controlar todas las elaboraciones de la mente. Tales personas, debido a su repetida meditación en la vacuidad, cuando han identificado los objetos con los que la mente está distraída o hechizada, y tales objetos son verdaderamente buscados, los realizan como vacíos. Cuando esa mente también es examinada, es realizada como vacía. Cuando la identidad de lo que es realizado por esa mente, es verdaderamente buscada, esto también es realizado como vacío. Realizándolo de este modo, uno entra en el yoga de la carencia de signos*"

Esto demuestra que solo aquellos que han realizado completamente el análisis, pueden entrar en el yoga de la carencia de signos. Ha sido explicado muy claramente, que con la mera eliminación de la actividad mental, sin examinar la naturaleza de las cosas con la sabiduría, no es posible entrar en la meditación no conceptual. Así que la concentración se hace después de que la verdadera identidad de las cosas, como el cuerpo físico, etc, haya sido perfectamente analizada por la sabiduría, y no por permanecer en la forma física, etc. La concentración no es lograda en el intervalo entre este mundo y el próximo, porque las formas físicas, etc, no son percibidas. Esto es llamado la concentración de la no permanencia.

Uno es llamado un meditador de suprema sabiduría, porque examinando individualmente la identidad de todas las cosas con la sabiduría, no ha percibido nada. Esto es afirmado en el **Noble Sutra Gagaganj**, en el **Noble Sutra Ratnacuda**, etc.

De esta forma, uno que ha entrado en la Talidad de la ausencia de un "yo", en las personas y en los fenómenos, está libre de conceptos y de análisis, porque no hay nada que verdaderamente deba de ser examinado y observado. Uno está libre de la expresión, y con una mente orientada debidamente, automáticamente entra en meditación, sin manifestar discriminación.

Así que uno medita muy claramente en la Talidad, y permanece en ella. Mientras permanece en esa meditación, la mente no debiera de estar distraída. Cuando la mente es distraída por objetos externos, debido al apego etc, tal distracción debiera de ser anotada. Y pacificar de inmediato la distracción, meditando en el aspecto repulsivo de los objetos, y emplazando la mente rápidamente en la Talidad.

Si la mente se ve desinteresada en la meditación, observando las ventajas de la concentración en un solo punto, medita para disfrutarlo. La desgana debería de ser completamente pacificada viendo los defectos de la distracción.

Si el funcionamiento de la mente llega a ser poco claro, y comienza a hundirse, o cuando existe temor al hundimiento, debido al estar acosado por la torpeza mental o por el sueño, entonces rápidamente, como antes, intentamos evitar el hundimiento enfocando la mente en cosas supremamente deleitantes. Entonces, el objeto "Talidad", debería de ser tomado con mucha fuerza.

A veces, cuando la mente está muy excitada, o tentada por distracciones, debido al recuerdo de circunstancias pasadas de risa o juego, entonces como en los primeros casos, pacifica la distracción reflexionando en cosas como la impermanencia, etc, que ayudan a dominar la mente. Entonces, de nuevo, esfuérate en centrar la mente en la Talidad, sin aplicar las fuerzas contrarias.

Si la mente está espontáneamente en equilibrio meditativo sobre la Talidad, libre de hundimiento y excitación, debería dejársele seguir así de forma natural y relajada.

Si se aplica esfuerzo cuando la mente está en equilibrio meditativo, eso distraerá a la mente.

Pero si el esfuerzo no es aplicado cuando la mente se vuelve torpe, llegará a ser como un hombre ciego, debido al extremo embotamiento, y entonces uno no conseguirá la visión profunda. Así que cuando la mente se embote, aplica el esfuerzo; y cuando estés en absorción meditativa, el esfuerzo debe de relajarse.

Cuando en base a la visión profunda es generada excesiva sabiduría, y la calma mental es débil, entonces la mente se agitará como una lámpara de mantequilla expuesta al viento, y entonces no percibirá la Talidad con mucha claridad. Por consiguiente, en ese momento, medita en la calma mental. Y cuando la calma mental es excesiva, medita en la sabiduría.

Cuando te aplicas igualmente a ambos tipos de meditación, permanece espontáneamente en ella sin ninguna actividad en tanto no sufra daños ni el cuerpo ni la mente. Si el cuerpo resulta dañado, mira al mundo entero como una ilusión, un espejismo, un sueño, un reflejo y una apariencia. Y piensa que esos seres sintientes están muy confundidos en el ciclo de la existencia cíclica, debido a no entender la visión profunda del Dharma.

Entonces manifiesta gran compasión, y el pensamiento altruista de la bodhicitta, pensando que yo me implicaré lo más prontamente, para ayudarles a entender la Talidad. Tómate un respiro. Después entra en la meditación en un solo punto, contemplando todos los fenómenos como no apareciendo. Si la mente se siente muy abatida, tómate un descanso. Este es el sendero para unificar la calma mental y la visión profunda. Esto se conoce como centrarse en el reflejo, con concepto y sin concepto.

En esta etapa, el yogui debería de meditar en esto⁸ durante una hora, o media sesión por la noche, o una sesión completa, o tanto tiempo como uno se sienta cómodo. Esta es la estabilización meditativa que discierne verdaderamente lo definitivo, tal y como se enseñó en el **Sutra Lankavatara**.

Y entonces, si le interesa, surge de esta concentración en un solo punto.

Mientras estás en la postura del loto, piensa que aunque a un nivel último todos estos fenómenos carezcan de identidad, convencionalmente existen de forma definitiva. Si este no fuera el caso, ¿Cómo podría prevalecer la

⁸ La Talidad.

relación entre causa y efecto? El Buda también ha dicho: "*Las cosas son producidas convencionalmente, pero a nivel último carecen de identidad intrínseca*"

Los seres sintientes, con la actitud de niños, fabrican perversamente cosas, como si tuvieran una identidad propia, cuando de hecho carecen de tal identidad. Y están verdaderamente confusos en el ciclo de la existencia durante largo tiempo.

Piensa que, en vista de estas razones, yo, sin falta, me aplicaré para lograr el estado de Omnisciencia, realizando una inigualable acumulación de mérito y de sabiduría; y ayudándoles a realizar la Talidad.

Entonces, lentamente, abandona la posición del loto, y haz postraciones a los Budas y Bodhisattvas de las diez direcciones. Hazles ofrendas y canta sus alabanzas. Y genera vastas dedicaciones de mérito recitando la *Oración de las Siete Ramas*.

Después comienza un esfuerzo consciente para realizar las acumulaciones de mérito y de sabiduría, practicando la generosidad y las demás perfecciones, las cuales están dotadas con la esencia de la vacuidad y de la gran compasión.

De esta forma, la estabilización meditativa realiza completamente la vacuidad, la cual posee el mejor de todos los aspectos.

El **Noble Sutra Ratnacuda** afirma: "*La persona se pone la armadura del amor desinteresado, mientras permanece en el estado de gran compasión; practica la estabilización meditativa para realizar la vacuidad, poseyendo todos los aspectos supremos. ¿Qué es la suprema vacuidad? Es uno que no se ha separado de la generosidad, que no se ha separado de la moral ética, que no se ha separado de la paciencia, que no se ha separado de la perseverancia, que no se ha separado de la estabilización meditativa, que no se ha separado de la sabiduría, y que no se ha separado de los medios hábiles*"

Los Bodhisattvas deben de confiar en las prácticas virtuosas, como la generosidad, como medios para madurar verdaderamente a todos los seres sintientes, y para perfeccionar el Campo del Buda, sus cuerpos, sus seguidores y su séquito.

Si no fuera así, ¿Cuáles serían pues, las causas de los Campos puros de los Budas, que han sido enseñados? La sabiduría Omnisciente, que posee todos los aspectos supremos, será obtenida a través de la generosidad y los demás medios hábiles. Por eso los Bodhisattvas cultivan la generosidad y los demás medios hábiles, y no solo la vacuidad.

El **Noble Sarvadharm Vaipulya** también dice: "*¡Oh, Maitreya! Los Bodhisattvas complimentan perfectamente las Seis Perfecciones para obtener la consumada budeidad. Pero aquellos intelectualmente inferiores, dicen que el Bodhisattva debería de entrenarse tan solo en la Perfección de la Sabiduría, y que el resto de las perfecciones son innecesarias. Ellos repudian las otras perfecciones. Maitreya, ¿Qué piensas de esto? Cuando el rey de Kashila ofreció su carne al halcón, para salvar la vida de una paloma ¿Era una corrupción moral?* Maitreya replicó que no lo era. El Buda dijo: "*Maitreya, los Bodhisattvas acumulan las raíces de mérito a través de sus actos, en unión con las seis perfecciones. ¿Son las raíces de mérito dañinas?*" Maitreya replicó: "*¡Oh, Buda! Esto no es así!*" El Buda siguió hablando: "*Maitreya, tú has practicado correctamente la perfección de la generosidad durante sesenta eones, la perfección de la moral ética durante sesenta eones, la perfección de la paciencia durante sesenta eones, la perfección de la perseverancia entusiástica durante eones, la perfección de la estabilización meditativa durante sesenta eones, y la perfección de la sabiduría durante sesenta eones. Ante esto, aquellos intelectualmente inferiores, comentan que hay un único modo de obtener la Budeidad, y que ese modo es la vacuidad. Sus conductas no pueden ser completamente purificadas*" Tales enseñanzas se encuentran en el texto.

Un Bodhisattva que posea sabiduría, pero no medios hábiles, sería como los Oyentes, incapaces de implicarse en las acumulaciones de los Budas.

Pero pueden hacerlo cuando se apoyan en los medios hábiles. Como dice el **Noble Sutra Ratnakuta**: "*Kashyapa, es como esto. Por ejemplo, los reyes que son asistidos por sus ministros, pueden realizar todos sus propósitos. Similarmente, cuando la sabiduría de un Bodhisattva está completamente asistida por los medios hábiles, tal Bodhisattva realiza todas las actividades de un Buda*"

La visión filosófica del camino de los bodhisattvas es diferente. Y las visiones filosóficas del camino de los tirthika (aquellos que creen en un

sendero y en una filosofía errónea) y de los Oyentes, también son diferentes. Puesto que desde su punto de vista filosófico los tirthika, tercamente, consideran real al "yo", tal sendero está siempre y completamente separado de la sabiduría. Como consecuencia, no pueden obtener la liberación.

Los Oyentes están separados de la gran compasión, y carecen de los medios hábiles. Por lo tanto, se implican en el único propósito de alcanzar el Nirvana. En el sendero de los Bodhisattvas, estos entronan a la sabiduría y a los medios hábiles, de forma que ellos se aplican para lograr el Nirvana, y no permanecer en él.

El sendero de los Bodhisattvas contiene sabiduría y medios hábiles, y por eso obtienen el nirvana de la no permanencia. Debido al poder de la sabiduría, no caen en el ciclo de la existencia, y debido al poder de los medios hábiles, no caen en el nirvana.

El **Noble Gagasirsa** dice: *"El sendero de los Bodhisattvas, puede resumirse en dos aspectos. Los dos aspectos son: medios hábiles y sabiduría"*

El **Noble Shriparmadhy**a también dice: *"La perfección de la sabiduría es la madre, y la pericia en los medios hábiles, es el padre"*

El **Noble Sutra de Vimalakirti Nirdeśa** también dice: *"¿Cuáles son las esclavitudes, y cuáles las liberaciones para los Bodhisattvas? Poseer una vida en la existencia cíclica, y carecer de los medios hábiles, es una esclavitud para los Bodhisattvas. Pero llevar una vida en la existencia cíclica con medios hábiles, es liberación. Poseer una vida en la existencia cíclica carente de sabiduría, es una esclavitud para los bodhisattvas. Pero llevar una vida con sabiduría en la existencia cíclica, es liberación. La sabiduría que no está unida a los medios hábiles, es esclavitud; pero la sabiduría que está unida a los medios hábiles es liberación. Los medios hábiles que no están unidos a la sabiduría, son esclavitud, pero los medios hábiles unidos a la sabiduría son liberación."*

Si un Bodhisattva cultiva meramente la sabiduría, cae en el nirvana deseado por los Oyentes. Esto es como una esclavitud. Y no puede ser

liberado a un Nirvana de no permanencia. Por lo tanto, la sabiduría separada de los medios hábiles, es una esclavitud para los Bodhisattvas. Por eso, lo mismo que una persona afligida por el viento busca el confort del fuego, un Bodhisattva cultiva la sabiduría de la vacuidad junto con los medios hábiles, para eliminar el viento de la distorsión, Pero él no se empeña en realizarlo, como hacen los Oyentes.

El **Noble Sutra Dasa Dharmaka** dice: "*¡Oh, hijo de buena familia! Esto es así. Por ejemplo, una persona hace uso del fuego. Le gusta el fuego y respeta la forma de usarlo. Piensa, que puesto que le gusta el fuego, lo respeta, y hace figuras con él, no ha de intentar cogerlo con sus manos. Y es porque piensa que esto le ocasionará daños físicos, y le provocará incomodidad mental. Similarmente, un Bodhisattva es consciente del Nirvana, pero no quiere realizarlo. Esto es así, porque piensa que por realizar el Nirvana, se está apartando de la Iluminación*"

El mero cultivo de los medios hábiles no permite al Bodhisattva trascender el nivel ordinario, y como tal, es una esclavitud extrema. Por eso cultiva los medios hábiles al par que la sabiduría. Por el poder de la sabiduría, los Bodhisattvas pueden transformar los obstáculos en néctar, como el veneno bajo un encantamiento tántrico. No es necesario expresar la bondad de la generosidad, etc, que lleva naturalmente a los más elevados resultados.

El **Noble Ratnakuta** dice: "*Kashyapa, esto es así. Un veneno bajo el poder del tantra, y una medicina, no pueden ocasionar la muerte. Similarmente, puesto que los impedimentos de los Bodhisattvas están bajo el poder de la sabiduría, no pueden causar la caída del Bodhisattva*"

Puesto que los Bodhisattvas no abandonan la existencia cíclica debido al poder de los medios hábiles, no caen en el Nirvana. Gracias al poder de la sabiduría, eliminan todos los objetos de aferramiento, y por ello, no caen en el ciclo de la existencia cíclica. Por eso ellos realizan tan solo el Nirvana de no permanencia de la Budeidad.

El **Noble Gaganganj** también dice: "*Debido a la consciencia de la sabiduría, los bodhisattvas eliminan todos los impedimentos; y debido a la consciencia de los medios hábiles, no abandonan a los seres sintientes*"

El **Noble Sutra Samdhinirmocana** también dice: *"No he enseñado eso que no está inclinado hacia el bienestar de los seres sintientes, y que no está completamente inclinado hacia la realización de la visión de los fenómenos como compuestos, sea un sendero que lleva a la Insuperable y Perfecta Realización de la Budeidad"*

Por ello, aquellos interesados en lograr la budeidad, deben de cultivar ambos, sabiduría y medios hábiles.

La práctica de la generosidad y de los demás medios hábiles, no puede ejercitarse mientras se está meditando en la sabiduría trascendente; o mientras se está en equilibrio meditativo. Pero los medios hábiles pueden ser desarrollados, junto con la sabiduría, durante la preparación de la sesión, y tras la sesión de meditación.

Esta es la forma de implicarse en la sabiduría y en los medios hábiles con una armonía apropiada. Ante todo, este es el sendero de los Bodhisattvas, en el que ellos se implican en la unión de sabiduría y medios hábiles. Esto es cultivar un sendero trascendente, que está completamente sustentado por la gran compasión hacia todos seres sintientes. Y mientras practican los medios hábiles tras surgir de la absorción meditativa, cultivan la generosidad y los demás medios hábiles, con una mente no distorsionada, como si fuera magia.

El **Noble Akshayamati Nirdeśa** dice: *"¿Qué son los medios hábiles de los Bodhisattvas, y qué sabiduría es realizada? Los medios hábiles de los Bodhisattvas son el pensar y el emplazar la mente firmemente en los seres sintientes, con gran compasión, mientras se está en absorción meditativa. Y el mantenerse en el equilibrio meditativo, con paz y extremada paz, es sabiduría"* Hay muchas otras citas.

El capítulo sobre **"Como Dominar al Maligno"** (*Maradamanaparivarta*) menciona: *"Además, las actividades perfectas de un Bodhisattva, se refieren al esfuerzo consciente para lograr la consciencia de la sabiduría, y la acumulación de hechos meritorios, para lograr la consciencia de los medios hábiles. La consciencia de la sabiduría también lleva a la ausencia de un "yo", a la no existencia inherente de los seres sintientes, la vida, la*

substancia, y la persona. Y la consciencia de los medios hábiles, lleva a madurar verdaderamente a todos los seres sintientes"

El **Noble Sutra Sarvadharmasamgraha** también menciona *"Son los esfuerzos de un mago, para emancipar las cosas, en una proyección ilusoria. Puesto que él ya conoce la naturaleza de la proyección, no se apega a ella. Similarmente, los tres mundos son como un espejismo; el sabio Buda lo conoce. Mucho antes de que conociera a los seres sintientes de estos mundos, El había emprendido el esfuerzo de ayudarlos"*

Los Bodhisattvas están con el firme propósito de alcanzar la sabiduría y los medios hábiles, mientras permanecen en la existencia cíclica. También se proponen lograr el nirvana último. De esta forma, se familiarizan con generosidad y los demás medios hábiles, que son dedicados para el logro de la Insuperable y Perfecta Realización de la Iluminación, teniendo la esencia de la vacuidad y de la gran compasión. Para generar la bodhicitta última, practican la meditación de la calma mental y la visión profunda, tanto como les sea posible, a intervalos regulares.

Como se enseña en el **Noble Sutra Gocaraparishudhi**: *"Siempre se familiarizarán con los medios hábiles, emplazando firmemente la atención plena en las ventajas que tienen los Bodhisattvas, que trabajan por el bien de todos los seres, a cada momento"*

Aquellos que llegan a familiarizarse con la compasión, los medios hábiles, y la bodhicitta, de esta forma, indudablemente serán insuperables. Los Budas y Bodhisattvas, siempre serán vistos durante el sueño, y otros sueños agradables ocurrirán, y estarán protegidos por los dioses. Habrá inmensas acumulaciones de méritos y sabiduría, cada instante. Los impedimentos y otras obstrucciones, serán purificados. Disfrutarán de mucha felicidad y paz mental, en todo momento, y muchos grandes seres serán atraídos hacia ellos. El cuerpo también se verá libre de enfermedades. Obtendrán la suprema destreza mental, y lograrán cualidades especiales, como la clarividencia.

Entonces uno viaja, gracias a los poderes milagrosos, a innumerables mundos, y realiza ofrendas a los Budas, y escucha enseñanzas de ellos. A la hora de la muerte, también, sin ninguna duda, ve a Budas y Bodhisattvas. En las vidas futuras, renacerá en familias especiales, y en

lugares tales, que no estará separado de los Budas y Bodhisattvas. Uno entonces, será capaz de completar todas las acumulaciones de mérito y sabiduría, sin esfuerzo. Tendrá gran riqueza, y muchos seguidores. Poseyendo una aguda inteligencia, uno será capaz de madurar el continuo mental de muchos seres. En todas las vidas, dicha persona, será capaz de recordar las vidas pasadas. Intenta entender todas estas innumerables ventajas descritas en otros Sutas.

De esta manera, si uno medita con mucho respeto en la compasión, los medios hábiles, y la bodhicitta durante mucho tiempo, el continuo mental, gradualmente, se irá verdaderamente purificando y madurando. Esto es como el encender el fuego frotando dos trozos de madera. Y uno logrará la perfección de la meditación sobre la perfecta Talidad. Uno también conseguirá un conocimiento extremadamente claro del espacio del Dharma no fabricado, y de la sabiduría transmudana, libre de las redes de las obstrucciones. La sabiduría es immaculada, como la inflexible lámpara de mantequilla, que no es perturbada por el viento. De este modo, tal mente, en la entidad de la última bodhicitta, está incluida en el *sendero de la visión*; y se genera la mente que comprende la naturaleza carente de un "yo" de los fenómenos. Debido a este logro, uno entra en el sendero, centrándose en la realidad de las cosas, y entonces uno nace en la familia de los Tathagatas, entra en la categoría de los Bodhisattvas sin defectos, finaliza todas las migraciones, permanece en la identidad de los Bodhisattvas, y obtiene el primer Bhumi (nivel espiritual) de los Bodhisattvas. Encuentra más detalles sobre estas ventajas, de otros textos, como el **Sutra Dasabhumi** (Sutra de los Diez Bhumis). Esta es la estabilización que se refiere a la Talidad, tal y como se enseña en el **Sutra Lankavatara**. Los Bodhisattvas entran en la meditación libre de fabricaciones conceptuales.

Se explica que tú entras en el nivel espiritual inicial, gracias a la fe, y no en base a un esfuerzo expreso. La realización de la sabiduría trascendente, llega a través de medios conscientes.

Entrando en el primer Bhumi, o nivel espiritual, y posteriormente meditando en la sabiduría supra mundana, y en la sabiduría subsecuente del *sendero de la meditación*, y también meditando gradualmente en los medios hábiles, uno purifica las impurezas acumuladas, las sutiles y las muy sutiles.

Para obtener las cualidades superiores, y las muy lejanas y extraordinarias cualidades superiores, ha de practicar los niveles espirituales inferiores completamente. Todos los propósitos, y todos los objetivos, son completamente logrados entrando en la sabiduría transcendental de los Tathagatas, y entrando en el océano de la Omnisciencia. El continuo mental solo es purificado por este procedimiento. El **Noble Sutra Lankavatara**, también explica esto.

En el **Noble Sutra Samdhinirmocana** también se lee: "*La mente entrenada en los elevados y muy elevados niveles espirituales es purificada como el oro. La insuperable y perfectamente consumada Budeidad, puede entonces ser realizada*"

Entrando en el *Océano de la Omnisciencia*, uno posee las cualidades impecables, que son como una joya, para sostener a los seres sintientes, y guiarlos de acuerdo a sus previas plegarias. El individuo es transformado entonces en la *naturaleza de la compasión*, poseyendo los medios hábiles que actúan instantáneamente, y trabaja para el interés de todos los seres migratorios, a través de innumerables manifestaciones. En suma, todos los admirables atributos son perfeccionados. Con la total eliminación de las impurezas, y de su potencial latente, todos los Budas permanecen, para ayudar a cada ser sintiente. Con tal realización, genera fe en los Budas, la fuente de todo maravilloso conocimiento y cualidades. Todos deberían de empeñarse en realizar estas cualidades.

Por eso el Buda dijo: "*Toda sabiduría transcendente conocida, se origina teniendo a la compasión como su raíz, la bodhicitta como su causa, y se perfecciona con los medios hábiles*"

Los Sabios están lejos de la envidia, y otras manchas;

Su sed por el conocimiento no es apagada.

Analizan el conocimiento que es como un océano,

Y retienen solo lo que es útil, como los cisnes extrayendo leche del agua.

Por eso los eruditos deberían de apartarse

De la actitud de división, y del fanatismo uniformador.

Incluso de un niño

Pueden recibirse buenas palabras.

Cualquier mérito que haya generado

Con la exposición de este Camino del Medio⁹,

Lo dedico para que todos los seres

Puedan realizar el Camino del Medio.

La segunda parte de "Los Estados de Meditación" (Bhavanakrama) del Maestro Kamalasila, está terminado. Traducido y editado por el Abad Indio Prajna Verma, y por Yandhya Yeshe De.

Traducido al inglés del tibetano por Lhakdor y Lobsang Chöpel.

Trad, al castellano del ignorante y falto de devoción upasaka Losang Gyatso

⁹ Madhyamaka.