

LOS CAMINOS A LA BUDIDAD

SAMSARA &  
NIRVANA

Drubwang Dorzong Rinpoche



Khamgar Dongyuling

# PREFACIO

En julio de 1987 los Venerables Lamas Tibetanos Dorzong Rinpoche y Choegyal Rinpoche visitaron Argentina. Permanecieron dos meses, dando extensas enseñanzas en Buenos Aires, Córdoba y Bariloche, e incluyeron a Santiago de Chile en su gira.

En Buenos Aires fundaron Dongyuling, el Centro Drukpa Kagyu de Budismo Tibetano, donde se llevan a cabo regularmente prácticas de meditación y cursos de budismo.

Este libro recopila el segundo curso de Dorzong Rinpoche en Buenos Aires, en el que trató la estructura de la existencia condicionada, el samsara, y el estado de liberación, el nirvana. Dorzong Rinpoche explica la generación del samsara a partir de los doce factores interdependientes, y también se refiere a la experiencia de la budidad, el estado de buda innato en todos los seres.

Dorzong Rinpoche nació en 1944, en Kongjo, Tíbet. A los dos años fue reconocido y coronado como el octavo Dorzong Rinpoche; desde entonces preside el monasterio fundado por su antecesor hace 500 años. A los cinco años comenzó a estudiar y en dos años aprendió a leer, escribir y memorizar. De los siete a los catorce completó los estudios correspondientes a la carrera de Khenpo, o Doctor en Filosofía Budista. El entrenamiento consiste en el estudio profundo de trece textos fundamentales que abarcan una gran gama de tópicos. Tras la ocupación china

del Tíbet se trasladó a la India en 1958, donde continuó sus estudios junto a varios de los más destacados maestros de la segunda parte del siglo XX.

Desde 1969 residió en Tashi Jong (India), comunidad tibetana fundada un año antes por el Ven. Khamtrul Rinpoche. En 1980 fallece Khamtrul Rinpoche y durante varios años Dorzong Rinpoche ofició de presidente de esa comunidad y regente del Monasterio Khampagar situado allí. Luego de haber reconstruido su monasterio Dorje Dzong en Kham, Tíbet Oriental, se dedicó a completar la construcción de Jangchub Jong, su propio monasterio y centro de enseñanzas y prácticas avanzadas en la India.

Al igual que sus antecesores Drubwang Dorzong Rinpoche es uno de los representantes más destacados del linaje Drukpa Kagyu, y es también uno de los maestros más reconocidos del budismo tibetano en la actualidad.

Gerardo Abboud tradujo estas enseñanzas del idioma tibetano, redactó el glosario, compaginó el texto y lo preparó para su impresión. Lili y Horacio Espil transcribieron las grabaciones. Ambrosia Reyes y Ariel Dilon corrigieron el estilo de la versión final. Juana Abboud contribuyó continuamente con valiosas sugerencias. Horacio Araujo y Mónica Malich colaboraron en el armado final, y Juan Carlos Kreimer asesoró en la parte editorial. Otros miembros del Centro Dongyuling colaboraron en esta producción, la primera de una serie que reunirá todos los cursos y enseñanzas impartidas por los Lamas.

Que este texto contribuya a que todos los seres conozcan la condición natural de su mente y alcancen la budidad.

SAMSARA  
&  
NIRVANA

# CAPITULO 1

Buenas noches a todos. Para este curso estoy pensando en algunas enseñanzas que ustedes todavía no han recibido y que son particularmente interesantes. Sin embargo, aún no estoy seguro acerca de cuál es la mejor manera de enseñarles.

En el primer curso hemos visto lo que se denomina Los Cuatro Dharmas de Gampopa, y examinamos en su totalidad los aspectos de base, sendero y resultado. Como hay gente que ya asistió a esos cursos, si volviéramos a explicar este tema estaríamos repitiendo. Así que continuaremos con otro tema.

En general, la enseñanza esencial impartida por Buda en todos los ciclos del Dharma es la de los aspectos, el convencional y el absoluto, es decir, las dos verdades. Desde un cierto punto de vista también se habla del samsara, la experiencia de la existencia condicionada, y del nirvana, la experiencia de la liberación.

Cuando consideramos el estado natural de las cosas no encontramos al samsara aparte del nirvana, ni al nirvana aparte del samsara. Cuando se conoce el estado natural del samsara se alcanza lo que llamamos el nirvana. Mientras no se comprenda la naturaleza del samsara, el samsara y el nirvana son dos. Se trata de algo semejante a lo que sucede con un cristal. Si lo ponemos

encima de un objeto de color azul el cristal se vuelve azul, y si lo ponemos sobre un objeto amarillo el cristal se vuelve amarillo. Esencialmente, el samsara y el nirvana no son distintos, ni existen realmente. Pero nosotros no los vemos así porque nuestra percepción es la percepción samsárica confundida.

Entonces creo que es conveniente que esta noche hablemos de la naturaleza del samsara y del nirvana. ¿Les parece bien que hablemos de eso? Porque si no les gusta podemos hablar de cualquier otra cosa que ustedes prefieran.

¿Cuál es la esencia del samsara? Es la vacuidad. ¿En qué forma se manifiesta? Como confusión, ignorancia. ¿Cuál es su característica? Su característica es el sufrimiento.

La esencia del nirvana es la vacuidad. El nirvana se manifiesta como el fin de toda la confusión, la eliminación de todo el error. La característica del nirvana es la completa liberación del sufrimiento.

¿Quiénes son los que deambulan en el samsara? Son los seres que habitan en las tres esferas de la existencia samsárica: la esfera del deseo, la esfera de la forma y la esfera de la no-forma. En los textos budistas se habla de los reinos de los dioses de la forma y de la no-forma. Eso quizás es algo a lo que no están acostumbrados en la cultura occidental; sin embargo, en todas las escrituras budistas se habla de estos dos reinos, que están compuestos por seres en estado divino llamados devas en sánscrito. Pero si no tenemos en cuenta esos reinos y nos remitimos simplemente a los reinos que vemos, el humano y el animal, en ese caso decimos que aquellos que deambulan en el samsara, son los seres humanos

y los animales. Esto es lo que se afirma respecto de quiénes son los que están confundidos.

¿Cuál es la base fundamental de la confusión, es decir, el sitio sobre el que se crea la confusión? La base es el sugatagarbha, también conocida como naturaleza búdica o vacuidad. La confusión se origina al no reconocer ese estado. ¿Cuál es la causa que genera la confusión? La causa de la confusión es la ignorancia; ella constituye la fuente o el origen de la confusión. ¿De qué manera se manifiesta esta confusión? Se manifiesta como la experiencia de los seis tipos de seres samsáricos: devas, asuras, humanos, animales, pretas y seres infernales.

¿Qué analogía tiene esta confusión? La analogía es la de una ilusión o un sueño. ¿Desde cuándo estamos confundidos? Desde tiempos sin comienzo. Una vez confundidos, ¿cuál es el defecto de la confusión? El defecto es que debido a ella experimentamos un sufrimiento interminable. ¿Cuándo sucede que esa confusión surge como sabiduría? ¿En qué momento uno se despierta a la budidad? Se despierta a la budidad en el mismo momento en que la confusión llega a su fin. ¿Cómo se debe despejar esta confusión? Para despejarla se requiere esfuerzo, ya que no se disipa por sí misma.

Cuando tratamos el tema de la confusión lo hacemos desarrollando los puntos siguientes: la base de la confusión, su causa, la forma en que se manifiesta, la analogía que la puede describir, el momento en que comenzó, sus defectos, y lo que sucede cuando ésta se despeja. Entonces creo que es conveniente que el samsara y el nirvana sean explicados en este estilo. Veamos estos puntos uno por uno.

Hemos dicho que la base de esta confusión es la vacuidad o el sugatagarbha, ya que al no reconocer esta naturaleza inherente surge la confusión. El desconocimiento de la esencia del sugatagarbha es la base de la confusión. A esa base, no reconocida, también se la denomina con varios nombres, tales como *prajnaparamita*, *verdad absoluta*, *condición natural*, *dharmata*, *mente ordinaria*, *mahamudra*, *mahasandhi*.

Cuando decimos vacuidad estamos diciendo que la esencia de la mente está libre de los cuatro extremos y de las ocho limitaciones (que también son formas de extremos mentales). Cuando decimos condición natural nos referimos a la esencia de todo el mundo fenoménico, las cosas tal cual son. A esta base también se la llama mente ordinaria. En este caso nos referimos a rigpa, la conciencia pura sin modificación, sin la influencia de correcciones. También se la denomina *tathata*, que quiere decir "lo que es". De este modo se puntualiza la cualidad de inmutable que se atribuye a esa esencia.

Aunque hemos mencionado muchos nombres, el significado de todos es el mismo. Hay una razón específica para cada una de estas denominaciones y es por eso que las he mencionado. En síntesis, hoy vamos a hablar de este estado de base en términos de lo que llamamos sugatagarbha, la naturaleza búdica, o *alaya*, la conciencia fundamental.

Tenemos que hacer una distinción entre sugatagarbha y alaya. En algunos sutras Buda llamó al sughatagarbha con el nombre de alaya, y dijo que ese sugatagarbha es el alaya. En otros sutras Buda dijo que son distintos. En relación a estos términos



ambas afirmaciones son correctas porque el alaya tiene dos aspectos: a la mente o conciencia impura se la denomina alaya, y a la mente o conciencia pura se la denomina sugatagarbha. En realidad se está hablando de la misma base, que es conocida en el primer caso y no conocida en el segundo.

Alaya en tibetano se dice künshi. *Kün* es "todo" y *shi* es "base". Alaya entonces, es la base, el fundamento de todo. Sin embargo, "todo" se refiere al samsara, a la experiencia impura. El samsara surge del alaya pero el nirvana no. En el Abhidharma se dice que si bien el alaya es la base de todo, no lo es del nirvana. Como hemos dicho, ya sea que hablemos de la mente pura o impura, su esencia es la vacuidad. La no realización de la vacuidad, el dualismo de "yo y otro" es lo que se denomina alaya. La realización de la vacuidad es lo que se llama sugatagarbha. Entonces, hay que hacer una diferencia entre el alayavijñana, la conciencia fundamental, y el alayajñana, la sabiduría fundamental.

Los términos alaya y alayavijñana son equivalentes, y se refieren al aspecto impuro que consiste en la no realización de la esencia del alaya tal cual es. De ésta surge la conciencia emotiva. ¿En qué consiste esta conciencia emotiva? La conciencia emotiva toma a la esencia vacua del alaya como el yo, y a los fenómenos exteriores como el otro. La experiencia dualista de "yo y otro" es la conciencia emotiva. En realidad, la naturaleza de la esencia de la mente es tal que las apariencias y la vacuidad no son dos, no son distintas. Los fenómenos son vacuos.

Hay cuatro factores por los cuales la conciencia emotiva toma al alaya por el yo, proceso éste también llamado fijación

egoica. El primero de los factores es que sentimos que la vacuidad interna es el yo. Se establece una firme fijación en el ego; siempre estamos pensando, diciendo, yo, yo, yo.

El segundo es que al tener la fijación egoica luego surge el apego hacia uno mismo y el deseo.

El tercero es que cuando estos dos factores se han dado, tomamos a los skandas, o conjuntos psicossomáticos de un ser, por el yo. Aunque los skandas son impermanentes y perecederos los tomamos como una entidad, y de esta forma surge la fijación egoica sobre los skandas.

Y el cuarto es una fijación que proviene de no tomar las cosas por lo que son. Es decir, aunque no hay un yo nos aferramos al yo como si lo hubiera; aunque no hay un ego hacemos una fijación en él como si lo hubiera. Eso es no tomar las cosas tal cual son, y debido a esto surge la fijación.

Así como las olas surgen del movimiento del océano, la conciencia emotiva surge del alaya. El viento mueve al océano y surgen las olas. Del mismo modo el viento del prana, la energía, hace que del alaya surja la conciencia emotiva. Este prana, llamado prana del dharmata en las enseñanzas del dzogchen, no es igual al aire que respiramos o al viento del mundo exterior. Desde el principio prana y mente están totalmente integrados en el espacio del dharmata. De ahí se genera el movimiento en el alaya. Al igual que el aire la mente se está moviendo todo el tiempo, ya que esa es su naturaleza. El prana del dharmata representa esa naturaleza de movilidad que posee la mente.

Hoy estamos describiendo los ocho tipos de conciencia. Hemos comenzado hablando del alaya-vijñana, la conciencia

fundamental. Aunque mencionamos ocho tipos de conciencias nos estamos refiriendo a lo que globalmente se conoce como la "conciencia". Al analizar la conciencia en sus componentes encontramos ocho tipos que a su vez se pueden desdoblar en otros. Como hemos visto, en cuanto al aspecto de la base, está la conciencia fundamental, la alayavijñana, y la sabiduría fundamental, la alayajñana.

Del mismo modo la conciencia emotiva tiene tres aspectos. En primer lugar, a la conciencia emotiva se la denomina literalmente "la mente que posee emociones negativas". Por los cuatro factores explicados anteriormente, como el de aferrarse a un yo o ego donde no lo hay, la mente se transforma en klesha, negatividad, y es por eso que recibe su nombre literal. En segundo lugar, cuando la mente está adherida a algo virtuoso tal como el amor y la compasión, esa mente se vuelve pura, virtuosa. En tercer lugar, está la función que cumple, que es la de originar las seis conciencias sensoriales: visual, auditiva, olfativa, gustativa, táctil y mental. El cese y el nacimiento de estas últimas conciencias ocurren debido a la función de la conciencia emotiva, aspecto llamado de intermediación. De esta forma se han formado ocho conciencias.

Resumiendo, la conciencia emotiva tiene tres aspectos: la mente que posee emociones negativas causadas por la fijación, la mente pura adherida a las emociones positivas, y su función como originadora de las seis conciencias sensoriales.

Mientras que el alaya es análogo al agua cristalina, la conciencia emotiva lo es al agua agitada, turbia. La razón por la cual está alterada, o turbia, es porque debido a su ignorancia esta mente percibe un yo o ego donde no lo hay.

De las seis conciencias sensoriales cinco carecen de conceptualización, son la conciencia visual, la auditiva, la olfativa, la gustativa y la táctil. La sexta, la conciencia mental, conceptualiza. La carencia de conceptualización significa que cuando la conciencia visual encuentra una forma, simplemente la percibe. No la categoriza en términos de linda, fea, larga, chica, etcétera. Todas las conceptualizaciones que se hacen a partir de la percepción pertenecen a la conciencia mental o sexta conciencia y se originan cuando ésta surge. Por ejemplo, en esta casa yo los estoy viendo a ustedes y ustedes me están viendo a mí. Cuando yo hablo, ustedes escuchan mi voz. La ropa que visten les da una sensación táctil de calidez. El olor del incienso lo sentimos con la nariz. Y si nos ponemos un chocolate en la boca también tenemos el sabor del chocolate. Los cinco sentidos pueden experimentarse a un mismo tiempo. Sin embargo, cuando la conciencia mental está conceptualizando una forma visual como buena, no reconoce un sonido malo. Cuando está enfocada en un sonido, no conoce la sensación táctil del cuerpo. La conciencia mental que conceptualiza es una, mientras que las otras cinco conciencias pueden estar aprehendiendo sus objetos sensoriales respectivos al mismo tiempo.

En el budismo se habla de tres aspectos: *sem*, *yi* y *namshe*. *Sem* se refiere al alaya; *yi*, representa la conciencia emotiva, y *namshe* corresponde a las seis conciencias sensoriales: cinco que carecen de concepto y la sexta que conceptualiza.

**Pregunta:** *¿La primera cómo es?*

**Rinpoche:** sem equivale al alaya, la conciencia fundamental; la segunda es yi; y la tercera es namshe (tibetano) o vijñana (sánscrito). Reconocer la esencia de sem es el dharmakaya. Reconocer la condición natural del yi es el sambhogakaya. Y reconocer la condición natural del namshe es el nirmanakaya. ¿Por qué es eso? Eso se debe a que del dharmakaya surge el sambhogakaya y de éste el nirmanakaya. Del alaya surge la conciencia emotiva y de ésta las conciencias sensoriales. Es decir, cuando se conoce la esencia eso es budidad, iluminación. Cuando no se la conoce, eso es confusión. Todas las enseñanzas del budismo se explican en estos términos.

En realidad, el alaya representa al aspecto de claridad, y el tathagatagarbha o sugatagarbha al aspecto de vacuidad de la mente. Esa claridad, el alaya, es algo que fluye en un ser, sin interrupción, desde su condición de ser común hasta el estado de buda. Cuando consideramos solamente las ocho conciencias, tal como las hemos explicado, encontramos que están compuestas por partes; son condicionadas. El sugatagarbha, en cambio, no es ni condicionado ni compuesto. Es absoluto.

Cuando explicamos la mente en términos de su funcionamiento lo hacemos de esta manera. Si no se reconoce la esencia de la mente se origina la confusión. ¿Cómo es, entonces, que surge el samsara? El samsara se produce a partir de lo que se denomina los doce nidanas o doce factores interdependientes.

¿Cuál es el comienzo de esos doce nidanas? El comienzo es la ignorancia. Hay dos formas de ignorancia: la ignorancia co-

emergente y la ignorancia atributiva. La primera es la ignorancia que existe en todos los seres desde siempre y consiste en no reconocer el sugatagarbha, la naturaleza búdica. Mientras no se reconozca la condición natural del sugatagarbha por lo que es, ese desconocimiento de la esencia natural es lo que se llama ignorancia co-emergente.

La ignorancia atributiva tiene dos formas: el ego del individuo, y el ego del mundo fenoménico. Es la atribución de un carácter de entidad al individuo y al mundo fenoménico. En cuanto al ego del individuo, aunque no haya nada en la persona que se pueda indicar o señalar con el dedo diciendo "es esto", uno sigue pensando "yo". Esta fijación egoica es el ego del individuo: es tomar al alaya por un ego. Por el contrario, en el caso del mundo fenoménico sí se puede señalar algo con el dedo; se puede decir esta es mi mano, esta es mi casa, esta es mi cabeza.

**Pregunta:** *¿Puede volver a explicar eso, por favor?*

**Rinpoche:** Si quieren, puedo explicar algo más sobre estos dos puntos: el ego en la persona y el ego en las cosas. En realidad, es muy importante conocer estas dos formas de ego o entidad. Estos dos tipos de ego son precisamente la razón por la cual deambulamos en el samsara. No importa a quién consideremos, todos los seres, incluso los animales, tienen ese sentimiento de yo y están apegados a él. Si examinamos e investigamos por medio de razonamientos es fácil entender que eso que llamamos "yo" no existe como tal. En cambio, el conocimiento directo de que el yo no existe, es algo muy difícil de lograr.

Primero tenemos que ver cómo es ese yo al cual estamos aferrados. La mayoría de las personas cuando dicen "yo", lo acompañan con un gesto que identifica su cuerpo con el yo. Pero el cuerpo no es el yo. ¿Por qué? Porque nosotros decimos mi cabeza, mi mano, mi boca, mis pies, no decimos "yo cabeza", "yo mano", "yo boca", "yo pies". Si el yo fuera el cuerpo, entonces si se cortara una mano, el yo debería disminuir. Pero el yo no disminuye. Y cuando morimos el cuerpo se destruye, pero esa fijación del yo aún sigue persistiendo. Si examinamos mediante razonamientos si el cuerpo es o no es el yo, es fácil para cualquiera de nosotros ver que el cuerpo no es el yo.

Nosotros tenemos los cinco skandas que forman nuestro organismo, el primero de los cuales es el cuerpo. El segundo skanda es el de las sensaciones. Aunque hay muchas sensaciones todas pueden agruparse en tres tipos: agradables, desagradables y neutras. Si las sensaciones fueran el yo entonces habría un yo para la sensación agradable, otro para la desagradable y otro para la neutra. No puede haber un solo yo para las tres.

Quizás diríamos que el skanda de la conciencia, el quinto skanda, es el yo. Tal como hemos visto, éste está constituido por las seis conciencias sensoriales. Debería haber entonces seis yo, uno para cada conciencia, y eso no puede ser ya que el yo es uno solo. Por lo tanto la conciencia tampoco puede ser el yo.

Es por eso que si uno aplica razonamientos para examinar e investigar, le resulta muy difícil encontrar algo que se pueda identificar, apuntar con el dedo y decir "esto es el yo". Aunque utilicemos estos razonamientos y comprendamos

intelectualmente que realmente no hay un yo, igual seguiremos firmemente aferrados a él, sintiendo que existe.

Entonces, sea que el yo exista realmente o no, al sentir "yo" se genera la fijación egoica. Basada en ésta surge la fijación en el ego o entidad de las cosas: mi casa, mi auto, mis cosas, etcétera. Por el contrario, cuando no se origina el yo tampoco se origina el otro, y no se genera la fijación en la realidad del mundo fenoménico: las cosas no se toman como reales. Esto es similar a lo que sucede con un bebé que aún no se ha concebido: nada se puede decir acerca de su tamaño o la forma de su cara.

Lo que vimos es una explicación sucinta que luego podremos aclarar en el periodo de preguntas.

Volvamos a los doce nidanas de la cadena de interdependencia. El primero es ignorancia. El segundo es impulso de acción, tanto positiva como negativa. Basada en el impulso surge la conciencia. Esta conciencia junto con la semilla del padre y la madre (semen y óvulo) entra en el útero y se generan nombre y forma, el cuarto factor.

En ese cuerpo surgen los órganos sensoriales: ojos, oídos y demás. Estos constituyen las seis esferas sensoriales, el quinto factor.

Después surge el contacto entre el objeto, el órgano que lo percibe y la conciencia sensorial correspondiente. Estos tres coinciden.

Al conectarse el objeto, el órgano sensorial y la conciencia sensorial correspondiente, surge una sensación; con los objetos agradables surge una sensación de placer, con los desagradables de aversión, y con los neutrales de indiferencia. De este modo surge el séptimo nidana: sensación.



A través de la sensación, surge el octavo nidana que es el deseo hacia lo placentero. Cuando este deseo se incrementa uno quiere apropiarse del objeto para experimentarlo, y éste es el factor de apropiación. Basada en éste surge la existencia condicionada del samsara, de la cual surge el nacimiento. Cuando hay nacimiento, naturalmente hay envejecimiento y muerte.

Así, empezando por la ignorancia se generan sucesivamente los doce eslabones, que dependen cada uno de ellos del anterior. De este modo se produce el samsara.

Si no hay envejecimiento y muerte, tampoco hay nacimiento. Sin éste no hay vida samsárica, existencia. En este caso no hay apropiación y sin ella no hay deseo, etcétera. La formación del samsara se realiza en una dirección: cada uno de los factores se va generando en dependencia del anterior. Asimismo, en la dirección opuesta cada uno de esos factores se va eliminando cuando el anterior se elimina. Es decir que debido a la interdependencia de los factores, en un sentido se genera el samsara y en el inverso se destruye.

Ahora vamos a hablar de los doce eslabones en relación con las Cuatro Nobles Verdades: la verdad del sufrimiento, la de su origen, la de su cesación y la del sendero que lleva a esa cesación. Veremos también cuáles son los nidanas que corresponden a sufrimiento, negatividad, karma, etcétera.

El primer nidana, ignorancia, es klesha, negatividad. El octavo, deseo o apego, y el noveno, apropiación también son negatividad. O sea, el primero, el octavo y el noveno nidana son klesha, emoción negativa. El segundo y el décimo son karma, acción. En el segundo, impulso, se genera acción positiva o

negativa y debido a eso es karma. El décimo es existencia, es decir existencia como un ser en este mundo samsárico, y esa existencia samsárica es también karma. Todos estos factores constituyen la segunda verdad, la del origen del sufrimiento. Los restantes siete factores (conciencia, nombre y forma, seis elementos sensoriales, contacto, sensación, nacimiento y envejecimiento y muerte) son sufrimiento, la primera verdad.

Acabamos de decir "esto es karma", "esto es klesha" y "esto es sufrimiento", pero en realidad no es algo que se pueda delimitar tan específicamente. Por ejemplo, si yo tengo un hijo yo soy el padre de ese hijo, pero también soy el hijo de mi padre. Por lo tanto, karma, klesha y sufrimiento aparecen en los doce nidanas en interdependencia. Ellos forman la cadena sin comienzo y sin fin que gira constantemente y que llamamos samsara.

Voy a ilustrar estos doce nidanas utilizando como analogía una plantación. El karma es como la tierra, el campesino que está plantando es la ignorancia, las semillas de trigo, arroz, etcétera que se plantan son la conciencia, y el agua que se requiere para que crezcan los cultivos es el deseo.

Todas las apariencias samsáricas, los fenómenos de la confusión, se forman a través de los doce nidanas interdependientes del modo en que lo hemos descrito. La ignorancia es el origen o la raíz de toda esta cadena. Esta cadena, entonces, se genera al no reconocer el sugatagarbha, la condición natural del alayavijñana. Esto ha sido una explicación sucinta de la generación del samsara o de la experiencia samsárica de la confusión. Vamos a continuar examinando estos tópicos en los próximos días. Ahora podemos pasar al periodo de preguntas.

**Pregunta:** *refiriéndonos a la existencia del yo ¿quién es, o qué es esa voz que nos habla adentro y que nos describe el mundo? Yo creo que a eso lo llamamos "yo".*

**Rinpoche:** En nuestra tradición tibetana, en referencia al ego del individuo hacemos cierta diferencia entre individuo y ego. Individuo es la continuidad de la mente, o de la conciencia, que va desde la condición ordinaria de un ser hasta el nirvana. El ego consiste en tomar esa continuidad como el yo, como una entidad. Sin embargo, esa voz que usted menciona que existe debe ser investigada. ¿Dónde está? Usted dice esa voz "interior". ¿Dónde está ese interior? Procediendo de esta manera se comprenderá.

Aquello que va interpretando el mundo y que va diciendo "esto es bueno", "aquello es malo", esa voz interna que tenemos, es la conciencia y está dirigida hacia afuera, hacia el "otro". Cuando hablamos del yo, éste es hacia adentro. Con respecto a la fijación en el carácter de entidad o sustancialidad de la continuidad de la conciencia no hay tal voz interior que evalúa.

**P:** *¿Es posible que así como cuando se observan los pensamientos durante la meditación estos se desvanecen, al observar el ego éste también empiece a desvanecerse?*

**R:** no se puede. Hasta alcanzar la budidad la fijación egoica está naturalmente presente. Esta podrá manifestarse en forma evidente o no, pero en ambos casos la fijación continúa. Si uno realmente pudiera lograr la realización del no-ego, el ego se desvanecería: un buda no tiene ego. Pero eso no es fácil de lograr.

**P:** *¿En los doce puntos del samsara el yo está en casi todos, hay acaso menos en unos, más en otros?*

**R:** la ignorancia, que es la base de toda esta cadena consiste en asumir un yo donde no lo hay. O sea que el yo viene del principio, continúa en toda esta cadena y está presente en todos los nidanas. En la ignorancia está el yo porque justamente esa es la ignorancia; en el impulso de crear buen o mal karma también está el yo porque hay alguien que lo está creando; en las sensaciones sucede lo mismo, ya que hay alguien que está percibiendo. Y así sucesivamente, si uno considera todos los eslabones uno por uno, ve que el yo está presente en todos.

**P:** *¿Por qué es tan difícil el reconocimiento de nuestra base esencial?*

**R:** para mí es muy, pero muy difícil. Hoy hablamos del samsara. Mañana hablaremos del sugatagarbha, de por qué el sugatagarbha es buda, por qué uno no es un buda, etcétera. Todo eso lo vamos a ver mañana.

Estamos diciendo que el sugatagarbha está en todos nosotros y decir eso es fácil. También decimos que es muy difícil comprender por qué no se lo reconoce. Justamente por eso vamos a describirlo mañana bien en detalle. Hoy no tuvimos las dificultades correspondientes al sugata, sólo tuvimos las del samsara.

**P:** *¿La conciencia pura manifiesta formas?*

**R:** en su propia esencia no hay ni samsara ni nirvana, pero ella misma es el origen del samsara y del nirvana. Como ya hemos

visto es similar a un cristal; el cristal mismo no tiene color azul ni color amarillo. Sólo que cuando se lo pone sobre un papel azul se vuelve azul, y cuando se lo pone sobre un papel amarillo se vuelve amarillo.

**P:** *¿Y es co-emergente con la ignorancia?*

**R:** cuando uno no reconoce el sugatagarbha, eso es ignorancia, y cuando se lo reconoce eso es buda. Para nosotros la ignorancia y el sugatagarbha co-emergen. En un buda la ignorancia y el sugatagarbha se han separado. Es análogo a lo que ocurre cuando vemos una sogá y la confundimos con una serpiente. Ver la sogá es simultáneo con su apariencia de serpiente. Cuando vemos que es sólo una sogá, en el mismo momento la visión de la sogá y la eliminación de la fijación conceptual de que era una serpiente coinciden.

Voy a dar un ejemplo muy fácil de comprender. Ustedes me conocen a mí y también conocen a Choegyal Rinpoche. Ustedes saben que ambos tenemos rasgos tibetanos y que vestimos más o menos de la misma manera. Si me ven venir caminando a la distancia quizás se confundan y digan: "ese es Choegyal Rinpoche". Esa confusión de ver esa forma como Choegyal Rinpoche existe hasta el momento en que nos acercamos y se dan cuenta de que soy yo. Reconocerme como Dorzong Rinpoche y la destrucción de la fijación de que era Choegyal Rinpoche son simultáneos.

**P:** *¿Cómo se manifiesta la actividad de la mente en el estado de conciencia pura?*

**R:** El sugatagarbha no es la mente sem. La ausencia de dualismo entre sujeto y objeto es el sugatagarbha. Cuando aparece la experiencia de sujeto y objeto, eso es sem. Sugatagarbha y sem son distintos. Cuando uno se ilumina y es un buda entonces sem desaparece y lo único que queda es sabiduría. El sugatagarbha es innato, ahora mismo está presente. La actividad mental que tenemos ahora ocurre mientras el su-gatagarbha está presente. Basta entonces examinar nuestra actividad mental actual.

**P:** *¿Cómo se manifiesta para afuera la actividad mental, o la creación, dentro de la realización de un buda?*

**Traductor:** Quiero ver si realmente entendí su pregunta. Alguien que reconoce el sugatagarbha es un buda. Entonces, su pregunta sería ¿cómo es el mundo fenoménico para alguien que reconoce el sugatagarbha? En otras palabras, si un buda percibe fenómenos o no.

**P:** no, yo estoy pensando en ciertos artistas. Me parece que necesariamente han sido iluminados. Usted antes dijo que la producción de esa mente era la sabiduría. Pero eso sería en cuanto a pensamientos o como se lo pueda llamar en ese estado. Estoy pensando cómo se manifestaría la creatividad de esa mente. También como sabiduría, pienso; sería la actividad resultante de esa mente. Nosotros pensamos. Un buda ¿qué hace?

**R:** Si pensamos que lo que sucede en la mente de un buda es algo similar a lo que ocurre en nuestra mente conceptual, entonces es difícil ver cómo puede ser. Ya he dicho que en un buda, en

alguien que ha tenido la realización del sugatagarbha, no hay mente conceptual. Pero un buda tiene dos tipos de conocimiento u omnisciencia: el conocimiento de las cosas tal cual son y el conocimiento de las cosas como aparecen. El conocimiento de todo, tal cual es, es la realización del sugatagarbha. Ahora, de ese estado de "tal cual es" surgen todas las apariencias existentes. Es decir del estado de la vacuidad surgen todos los fenómenos cognoscibles. Una vez conocida la vacuidad se conocen todos los fenómenos que puedan existir.

Su consulta es ¿cómo es que un buda enseña el Dharma, cómo es que un buda beneficia a los demás; cómo es que un ser iluminado realiza sus actividades? Como nosotros tenemos pensamientos y conceptos, imaginamos que un buda debe funcionar de manera similar a la nuestra, la conceptual. Pero un buda actúa y beneficia a los seres sin conceptualización. Cuando sale el sol, éste calienta a todo el mundo y a todas las formas que están bajo sus rayos sin tener un concepto específico de que va a salir o no. Sin embargo sus rayos se difunden en todo y nos benefician.

Por ejemplo, un espejo carece de conceptualización, pero cuando se lo pone enfrente de formas todas ellas pueden producir imágenes en él. Cuando miramos un espejo y vemos nuestra cara no es que nuestra cara haya entrado en el espejo. Sin embargo el espejo puede producir esa imagen. Eso es lo que se denomina apariencia vacua, o la unión entre apariencia y vacuidad. ¿Se aclaró?

**P:** *sí, sí, gracias.*

**P:** *¿La actividad de buda con respecto a los seres humanos depende del karma de los seres humanos, que ya esté maduro para que un buda manifieste su actividad?*

**R:** para que la actividad iluminada de un buda se pueda llevar a cabo tienen que darse un conjunto de condiciones. Por ejemplo, para que el agua pueda reflejar la imagen de la luna no debe estar turbia, y también tiene que haber un cielo despejado y libre de nubes. Cuando existe esta coincidencia entre esos factores la luna se refleja en el agua.

La sabiduría de un buda sería similar a la luna, y la percepción de los seres sería como el agua. Cuando la aspiración de liberar a los seres que un buda hizo mientras se entrenaba, su compasión, y el karma de los seres que recibirán su influencia coinciden, la conexión ocurre naturalmente.

**P:** *¿Cuándo son más importantes los votos de un bodhisattva, cuándo es un ser común, o cuando es un bodhisattva? ¿Al llegar a la budidad ya no está haciendo votos?*

**R:** cuanto más evolucione espiritualmente un ser, más importancia tiene su aspiración. Por ejemplo, la voz de un ciudadano común en un país tiene menos peso que la del presidente. Cuando uno llega a buda ya se cumplen las aspiraciones que siempre ha hecho, pero no continúa haciendo aspiraciones o votos porque no hay conceptualización en su mente.

**P:** *Yo me quedé un poco confundida con la movilidad de la mente. Quiero saber si está relacionada con la parte que reconoce o con la*



*parte que crea emociones negativas; esa movilidad como aire...*

**R:** la conciencia emotiva, o la mente dualista, es móvil por naturaleza. Tanto la mente que se conoce a sí misma como lo que ella conoce, observador y observado, ambas tienen la naturaleza de movilidad. El sugatagarbha no tiene la naturaleza de movilidad.

**P:** *entre el último eslabón y el primero ¿cómo es la relación?*

**R:** la ignorancia no es una cosa que esté separada de los demás eslabones; está como permeando a todos. Cuando se llega al envejecimiento y muerte la ignorancia está ahí tanto como estaba en los demás eslabones. De ahí surge nuevamente el nacimiento: es continuidad cíclica. La ignorancia está presente siempre, difundida en todos.

Si tomamos, por ejemplo, el incienso encendido y damos vueltas con rapidez suficiente, se forma un círculo de luz que no tiene ni principio ni fin. Eso que une a todo es la ignorancia.

**P:** *¿Cómo se corta la cadena?*

**R:** hay que tener la realización de la inexistencia del ego. Con eso se corta la cadena.

**P:** *un buda, un iluminado, un ser que alcanza el nirvana, ¿todos son exactamente lo mismo?*

**R:** hay tres tipos de nirvana. Está el nirvana del shravaka, el nirvana del pratyekabuda y el nirvana de un buda. En el budismo hablamos de tres niveles, pero en realidad decimos que hay un solo nirvana, el de buda. Los otros niveles son como peldaños que llevan a esa iluminación final. Si la budidad es Argentina, yo primero paré en Roma, después en Londres, y después vine

acá. Estos serían los tres estados distintos de iluminación. La Argentina sería, entonces, el estado de buda.

**P:** *¿La ignorancia sería la ignorancia de sí mismo, que la mente pura se ignora a sí misma?*

**R:** que la mente no reconoce su propia esencia es lo que se denomina la ignorancia coemergente.

## CAPITULO 2

Ayer vimos los doce nidanas de esta cadena de generación interdependiente. Generalmente se habla de tres interdependencias: la interdependencia de la condición natural, la interdependencia del samsara y la interdependencia del nirvana.

Cuando decimos interdependencia, *tendrel* en tibetano, se está hablando de dos factores que dependen el uno del otro. Es decir, uno existe dependiendo del otro, y dependiendo de ese otro existe el primero; no pueden existir independientemente. Por ejemplo, si hay samsara hay nirvana y viceversa, si hay nirvana hay samsara. Samsara y nirvana dependen uno del otro. Lo mismo sucede con fuego y calor; si hay calor hay fuego y si hay fuego hay calor. Podríamos seguir mencionando otras cosas que son interdependientes como, por ejemplo, grande-chico, largo-corto, luz-oscuridad, etcétera. Es imposible nombrar todos los casos.

La interdependencia de la condición natural se refiere a la unión de la realidad absoluta (dharmata) y el mundo condicionado. Es la indivisibilidad del dharmata y de los fenómenos condicionados. Es decir, la esencia de una apariencia es la vacuidad y en ese estado vacuo surge la apariencia. Esto es la unión o integración entre apariencia y vacuidad (nangtong zungjug), o también la interdependencia (tendrel) entre las mismas. Las apariencias, los fenómenos, son vacuos.

Cuando hablamos de interdependencia siempre nos encontramos en el nivel relativo. Es decir, las tres interdependencias mencionadas, de la condición natural, del samsara y del nirvana, existen solamente en el nivel convencional o relativo, ya que en el nivel absoluto no existen interdependencias. Mientras exista la fijación dualista existe la interdependencia, y en este nivel existe el samsara y el nirvana. Cuando se ha trascendido el dualismo ya no existe más esta interdependencia. En ese estado no hay ni samsara ni nirvana. En general se puede decir que el origen de todas las interdependencias es la interdependencia de la condición natural; todas las otras surgen de ella.

En cuanto a la interdependencia del samsara se dan dos factores: el externo y el interno. La interdependencia externa se refiere a que cuando hay una causa hay un efecto. Por ejemplo de una semilla surge una planta. La interdependencia interna es lo que hemos explicado ayer de los doce nidanas.

Volviendo a la interdependencia samsárica externa, si no hacemos una investigación minuciosa de ese proceso nos quedamos con el hecho de que de una semilla surge una planta. En general, a menos que investiguemos la naturaleza de ese proceso, para nosotros de una semilla surge una planta. Sin embargo, cuando uno comienza a indagar y a analizar ese proceso con razonamientos lógicos, encuentra que no existe un fruto que surja de una causa.

Sin investigación, sin hacer un análisis, los cinco elementos exteriores de tierra, agua, fuego, aire y espacio existen. Todas las cosas del mundo exterior se producen basadas en esos

cinco elementos. Podríamos equiparar al elemento tierra con el campo en el que se planta la semilla. El agua humidifica y su función es la de compactar. El fuego es el que produce el calor necesario para la maduración de la planta. El aire es el responsable de que la planta madure, que los pétalos de una flor se abran. Y el quinto elemento, espacio, es el que otorga la oportunidad para que esta planta crezca ya que provee el espacio para que eso pueda suceder. Si no hubiera espacio todas las partes de la planta carecerían de lugar para crecer ya que estarían tocándose. A través del factor tiempo una semilla evoluciona hasta transformarse en planta. Después de unos días, o meses, una semilla se transforma en una planta. Entonces, considerándolo con nuestra percepción mundana, sin investigación, se comprende la interdependencia exterior. A través de la función de los cinco elementos se produce la maduración de una planta partiendo de su semilla.

Sin embargo, si uno investiga encuentra que no puede surgir un fruto de una causa. Comencemos a analizar cómo es que crece la planta, cómo es que ocurre el nacimiento de ese objeto. Podríamos preguntarnos si nace de sí misma. Pero es difícil que eso sea cierto, ya que no tiene sentido que algo nazca de sí mismo. Otra postura sería decir que algo se produce a partir de otra cosa, pero eso tampoco es sostenible. Una tercera postura es que se produzca a partir de sí mismo y de otro a la vez, pero eso es lógicamente insostenible también. La cuarta propuesta es que no nace ni de sí mismo, ni de otro factor. Es fácil ver que eso es totalmente insostenible: si no hay factor de ninguna especie no nace nada.

Analicemos por qué la primera postura, que dice que algo nace de sí mismo, es insostenible. ¿Nace de sí mismo porque hubo una transformación que dio lugar a que de una cosa surgiera la otra, o es que no hubo tal transformación de lo primero en lo segundo? En otras palabras, estamos investigando si algo nace de sí mismo por un proceso de transformación, o no. Si decimos que de una semilla surgió la planta después de que la semilla se transformó completamente en planta, eliminándose como semilla, entonces ya no podemos sostener esa postura y decir que la planta nació de sí misma.

En general, es un absurdo sostener que algo puede producirse a partir de sí mismo, o que algo puede actuar sobre sí mismo, porque causa y efecto no pueden coexistir al mismo tiempo. Como la causa debe preceder al efecto, algo no puede nacer de sí mismo.

Si decimos que durante el estadio de causa el fruto está ahí, es fácil entender que eso no es lógico, ya que cuando está la causa no está presente el fruto. Si por el contrario decimos que en el estadio de fruto está la causa, tampoco eso es lógico, ya que es fácil comprender que en el fruto ya no está presente la causa que dio lugar a ese fruto. Hay muchísimos argumentos similares a este, pero simplemente he querido darles como ilustración una pequeña muestra de cómo se investiga.

Si decimos que algo surge de otra causa, que surge de algo distinto, eso tampoco es correcto. Si sostenemos eso, entonces de la luz puede surgir la oscuridad y de la oscuridad puede surgir la luz. Pero quizás con este ejemplo de la oscuridad y la luz ustedes

se digan: "En ese caso específico no se da, pero en otros casos de una causa sí puede surgir un efecto distinto. El ejemplo de luz y oscuridad no es correcto". ¿Por qué digo que algo no puede producirse por otra cosa? Volviendo a causa y fruto: ¿el fruto debe surgir después de que la causa se eliminó, o no? En el primer caso, la causa es pasada y el fruto es presente; es decir que no tienen relación. Si alguien que está en esta pieza se va, y después de que se fue viene otra persona, esas dos personas no se encuentran porque una se fue antes de que la otra viniera, es decir, no hay relación entre las dos.

Una vez demostrado que no existe conexión entre causa y fruto, ya que hemos explicado que una cesa y la otra surge, no hay razón para que el ejemplo de la luz y la oscuridad no sea aplicable. No puede surgir la luz de la oscuridad ni la oscuridad de la luz porque no hay relación entre ellas.

Si decimos que algo se origina a partir de los tres tiempos, pasado, presente y futuro, también llegamos a una conclusión similar, ya que el pasado ha cesado, el presente está ahora, y el futuro todavía no ha surgido. Por lo tanto, el presente no tiene relación con el pasado ni con el futuro. Es decir que tampoco se puede originar algo a partir de los tres tiempos.

Es por eso que cuando se aplican razonamientos de este tipo para investigar cómo se originan las cosas, cómo nacen, cómo se producen, resulta muy difícil determinar en qué momento una causa se transforma en el efecto, o en qué momento deja de ser causa para ser efecto. Cuando no se hace una investigación de este tipo, entonces de una causa surge un efecto; todo el mundo acepta

eso. Es por eso que en esta experiencia samsárica, cuando no analizamos las cosas de esta manera, estamos conformes con ellas: las semillas dan fruto; si se tiene hambre, éste se sacia comiendo; poniéndose ropa el cuerpo adquiere calor; y todo funciona de esa manera. Pero si comenzamos a investigar el origen de la realidad, entonces nos damos cuenta de que aparecen muchas dificultades. Este mismo razonamiento se aplica a la interdependencia interna constituida por la ley de los doce nidanas. Cuando consideramos superficialmente la generación del samsara a través de esta ley de la ignorancia surge el impulso, de éste surge la conciencia, y cada uno va surgiendo sucesivamente del anterior. Pero si comenzamos a investigar en forma similar a la que acabamos de ver, de qué surge cada cosa, concluimos que es muy difícil determinar si realmente hay una causa que da origen a un efecto, ya que causa y efecto no están relacionados.

Ayer, cuando hablamos de estos factores interdependientes, alguien me preguntó cuál era su principio y su fin, y qué relación había entre ese fin y el nuevo principio. Llegamos a comprender que no tiene principio ni fin, que es como una cinta sin fin. En un análisis superficial los doce factores se completan en tres vidas. Como hemos visto, el primero (ignorancia), octavo (deseo) y noveno (apropiación) son klesha. El segundo (impulso) y el décimo (existencia) son karma. Como en la tradición budista se dice que lo que determina el nacimiento es karma y klesha, estos cinco factores corresponden a la vida pasada. Conciencia, nombre y forma, sentidos, contacto, sensación, existencia, envejecimiento y muerte los restantes siete factores pertenecen a esta vida. Las



emociones negativas (klesha) y el karma que estamos creando en esta vida van a influir en la vida futura, en la tercera vida.

Cuando hablamos desde un punto de vista intermedio los nidanas se completan en tres vidas. En términos más amplios cubren toda la existencia samsárica desde tiempos sin comienzo y sin fin. Considerando un periodo más pequeño, esos doce factores también están presentes en una sola vida.

Voy a explicar cómo se manifiestan los doce factores en esta vida. Ayer hablamos de ignorancia co-emergente e ignorancia atributiva. La primera, también llamada ignorancia de la condición natural, está presente en todos desde siempre porque consiste en no ver el sugatagarbha, la vacuidad. La ignorancia atributiva también está presente desde siempre ya que establece el dualismo de sujeto y objeto donde no lo hay. La mente, como sujeto, se aferra a los fenómenos exteriores, como objeto.

En cuanto al segundo factor, de acción o impulso, todos tenemos acciones, positivas, negativas, etcétera. Siempre tenemos acción en esta vida presente, ya que estamos actuando constantemente. Para mí, hablar en este momento es acción; de parte de ustedes escuchar es acción, tomar notas es también acción.

La conciencia, que es el tercer nidana, también la tenemos todos. ¿Acaso ahora no estamos todos pensando? Es decir, tenemos conciencia mental. Ustedes me ven con los ojos, sus oídos me están escuchando, lo que escuchan se transmite a la mano y ésta lo escribe. Todo eso proviene de la conciencia.

La conciencia es uno de los cinco skandas. El cuarto nidana, nombre y forma, comprende a los cuatro skandas

restantes. Los cuatro skandas son forma, sensación, ideas e impulso; los cuatro están incluidos dentro del término "nombre y forma", y están presentes en todos nosotros. Tenemos cuerpo, sensaciones, ideas e impulsos.

También todos tenemos el quinto factor, las seis esferas de los sentidos. Tenemos ojos, oídos, nariz, lengua y cuerpo.

El sexto, contacto, también está presente en todos, porque contacto define a la coincidencia entre objeto de percepción, percepción y conciencia perceptiva. Cuando veo un objeto con mis ojos, el objeto está, mis ojos ven, y la conciencia visual se dirige a ese objeto: estos tres elementos coinciden y esa coincidencia se llama contacto. Todos percibimos con nuestros sentidos.

También todos poseemos el séptimo factor, sensación. En el instante subsiguiente al contacto, surge la sensación placentera, desagradable o indiferente. Como nosotros tenemos esas sensaciones, este factor también está presente.

Cuando la sensación es placentera surge el nidana del deseo, que es la intensificación de esa sensación de placer y eso también está en nosotros.

Cuando hay deseo, aparece la apropiación, el noveno factor. Si tenemos por ejemplo un plato delicioso frente a nosotros, hay contacto a través de la coincidencia entre forma, ojo y conciencia visual. Sentimos que ese plato es muy rico, y así surge el deseo de comerlo. Finalmente, basado en ese deseo lo tomamos y lo llevamos a la boca: apropiación.

Esta existencia presente surgió del karma pasado. De nuestro karma presente y de las emociones surgirá nuestra

próxima existencia en el futuro. Ahora ya tenemos esta forma existencial o sea que este factor también está presente.

El nacimiento, en un análisis superficial, es el que hemos tenido al abandonar el útero de nuestra madre. Más sutilmente, se habla de nacimiento de instante a instante, porque pasado un instante, ese cesa y surge otro instante. Es decir, que estamos naciendo y muriendo constantemente.

El nacimiento de envejecimiento y muerte es en un sentido superficial, el proceso de envejecer día a día, momento a momento, desde que éramos chicos, acercándonos a la muerte. Pero desde un punto de vista sutil, desde que un momento surge hasta que cesa eso es un proceso de envejecimiento y muerte. Luego surge el próximo momento que repetirá el proceso.

Es por eso que pienso que también en esta misma existencia presente están completos estos doce mundos. Es más, no solamente en esta existencia presente, sino también en una hora todos ellos están en forma completa. Entonces, si bien se dice que estos doce factores abarcan tres vidas, pasada, presente y futura, tenemos que comprender que todos ellos están también en esta misma vida.

De este modo hemos visto la interdependencia externa e interna samsárica.

En cuanto al nirvana, también hay dos tipos de interdependencia: la del sendero y la del fruto. La interdependencia del sendero es la que implica que si uno hace la práctica de shine y lhaktong combinadas, es decir, calma mental y visión superior

integradas, llega a obtener el fruto de la budidad. Si uno no hace estas prácticas no llega a buda.

En general, se puede decir que el sendero de un bodhisattva se sintetiza en las seis paramitas. Las enseñanzas indican que para alcanzar la budidad, se deben completar lo llamado "dos conjuntos": méritos o acciones positivas y sabiduría. Las seis paramitas están contenidas en estos dos conjuntos. El conjunto de méritos comprende las paramitas de generosidad y disciplina moral. El de sabiduría es la sexta paramita, la del conocimiento trascendente, prajña. Y las tres paramitas restantes: paciencia, entusiasmo y meditación pueden considerarse indistintamente como pertenecientes a un conjunto o al otro.

Cuando decimos shine y lhaktong nos referimos, respectivamente, a la quinta paramita, concentración, y a la sexta paramita, conocimiento. Solamente cuando se pone en práctica ese sendero, esas prácticas, es que llega a obtener el fruto: la budidad.

La interdependencia en el fruto se refiere a que a través de ese sendero uno ha llegado a buda; buda es ese fruto. La interdependencia a nivel de buda es cómo buda beneficia a los demás seres. Es la interdependencia entre ese estado de buda y los seres.

La interdependencia en el fruto significa que una vez que uno es un buda su trabajo altruista no se interrumpe, sino que se convierte en espontáneo, libre de esfuerzo. No es correcto pensar que porque un buda no conceptualiza no puede beneficiar a los seres. Su actividad iluminada se efectúa sin esfuerzo y en

eso consiste la interdependencia a nivel de fruto. Hay seres, y su actividad fluye incesantemente. Antes de alcanzar la budidad el trabajo altruista de un bodhisattva requiere esfuerzo. Cuando éste ha alcanzado el nivel de buda entonces desde ese espacio, libre de esfuerzo o premeditación, lleva a cabo el beneficio de los seres.

Es como cuando memorizamos algo; al principio tenemos que hacer un esfuerzo por recordar las palabras y entender el significado para poder integrarlas y memorizarlas. Una vez que están memorizadas, uno puede repetir las palabras sin ningún esfuerzo incluso distraído. Es similar también a una computadora, para poner otro ejemplo. Yo no conocía computadoras hasta que el otro día Gerardo me mostró la suya. Para hacer la computadora se requirió mucho esfuerzo, mucha inteligencia, mucho conocimiento por parte de las mentes humanas que la fabricaron. Una vez que la computadora ya está hecha responde a los requerimientos de la persona que esté relacionándose con ella. Pero la computadora no tiene ningún concepto de solucionar tal o cual cosa, sino que simplemente responde a los requerimientos de la persona. De la misma manera, la actividad iluminada de un buda se lleva a cabo a través de los requerimientos de los seres sin ninguna conceptualización de su parte. Esto es un ejemplo nada más, no es que buda y la computadora sean iguales en todo. Aunque los dos se parecen en que no tienen conceptualización, buda tiene sabiduría.

¿Qué es lo que debemos comprender, en realidad? Debemos entender que si no conocemos la esencia de los fenómenos samsáricos, eso es samsara, y si la conocemos, eso es buda. Esta es la particularidad de las enseñanzas de Buda.

Ayer explicamos el alayavijñana, la conciencia emotiva y las seis conciencias sensoriales. Voy a explicar estos ocho grupos de conciencias en relación con las cinco sabidurías de buda. Al hablar de las sabidurías de buda no debemos pensar que sabiduría y buda son dos cosas distintas, o decir que buda posee sabiduría; buda es sabiduría. Las cinco sabidurías corresponden a los cinco budas principales de las cinco familias. El buda de una familia es la sabiduría correspondiente. No es como un vaso que contiene agua sino que la sabiduría misma es buda.

Cuando se reconoce la esencia del alayavijñana, la conciencia fundamental, eso es la sabiduría del dharmadhatu, o la sabiduría del espacio que todo lo penetra. A la sabiduría del dharmadhatu se la conoce también como el alayajñana, la sabiduría fundamental que ya analizamos antes.

Ayer dijimos que el alayavijñana tiene los aspectos de vacuidad y de claridad. La sabiduría del dharmadhatu ocurre cuando se reconoce el aspecto vacuo del alayavijñana. Cuando se reconoce el aspecto de claridad del alayavijñana, eso es la sabiduría especular. La razón por la cual se llama sabiduría espejo, o especular, es porque si tenemos un espejo de él surgen imágenes. Asimismo, de esta sabiduría especular surgen las restantes tres sabidurías. De la misma manera que del alayavijñana surge el aspecto de claridad, de la sabiduría del dharmadhatu surge la sabiduría especular.

Ahora, con respecto a la conciencia emotiva, decimos que es la que se basa en la división entre sujeto y objeto, la división dualista. Al conocer la esencia de esa conciencia se ve que no hay

tal división dualista sino que hay una identidad. Ese conocimiento es la sabiduría de ecuanimidad.

Cuando se reconoce la esencia de la conciencia mental, eso es la sabiduría discernidora. ¿Por qué? Porque la conciencia mental es la que piensa "esto es así", o "esto no es así"; es la que conceptualiza. Al reconocer su esencia surge la sabiduría discernidora de un buda.

Quedan las restantes cinco conciencias sensoriales: visual, auditiva, olfativa, gustativa y táctil. Cuando se reconoce la esencia de las mismas, eso constituye la sabiduría de la actividad que todo lo logra. ¿Por qué? Porque la actividad de la conciencia visual es la de percibir una forma. La actividad de la conciencia auditiva es la de percibir un sonido; y así con las otras conciencias. El reconocimiento de la naturaleza de esas conciencias es la sabiduría de la actividad que todo lo logra.

Estas cinco sabidurías no son como si fueran cinco individuos en esta sala, distintos unos de otros, de manera que podríamos decir que este es tal y que aquel es tal otro. Por ejemplo, cuando hablamos del fuego podemos decir que el fuego es rojo, ardiente, caluroso. Estas son atribuciones que se le dan, y desde ese punto de vista se puede hablar en estos términos. Sin embargo, rojo y fuego, ardor y fuego, o calor y fuego no se pueden separar como si fueran dos cosas distintas. De la misma manera, aunque estamos hablando de cinco sabidurías, no se las puede separar como si fueran ovejas que se ponen acá y allá.

Otro ejemplo es el de una bola de cristal que refleja la luz del sol en distintos colores. Cuando no hay sol no se refleja la

luz en distintos colores, aunque potencialmente el cristal puede reflejarlos. Para beneficio de los seres un buda manifiesta estas cinco sabidurías del mismo modo que la bola de cristal manifiesta los distintos colores. Si no hubiera seres no habría dónde llevar a cabo la actividad iluminada, y sería similar a cuando no hay sol en el ejemplo del cristal; en ese caso estas cinco sabidurías no se expresan. Pero al igual que con el sol no hay un fin para los seres, y por eso estas sabidurías están listas para expresarse siempre.

En realidad, hoy íbamos a explicar lo referente al sugatagarbha. Pero hemos usado el tiempo para explicar esto otro y es mejor que continuemos mañana con ese tema para comenzar ahora con las preguntas.

**Pregunta:** *Lo que significa ser buda, ¿sigue existiendo?*

**Rinpoche:** si nosotros pensamos conceptualmente que buda existe, entonces sí, existe. Pero en el nivel absoluto, si desde el principio no es existente no puede convertirse en no existente, y si desde el principio es no existente, no puede convertirse en existente.

**P:** *Mientras haya seres, esa realización de sabiduría búdica, ¿existe?*

**R:** ahora, para nuestra percepción actual buda existe, lo que llamamos buda es inseparable de la sabiduría, buda manifiesta su actividad iluminada para beneficiar a los seres y esta actividad también existe. Cuando se dice que buda es sabiduría, esa sabiduría es lo que se llama buda. Buda es sólo esa sabiduría. El cuerpo del Buda como Shakyamuni es sólo su cuerpo, no es Buda



realmente. Si fuera así, Buda se habría terminado hace más de dos mil quinientos años, cuando murió. Pero eso no es así. Buda es sabiduría. Buda y sabiduría son inseparables y su actividad surge espontáneamente, sin esfuerzo.

**P:** *Ayer, al principio, el Lama dijo que había seis clases de seres, pero no lo explicó. Me quedó esa duda.*

**R:** (señalando una pintura de la rueda de la vida) Acá están los seis tipos de existencia. Nosotros somos seres humanos, uno de estos seis tipos de seres. Y así como existe el reino humano también existe el reino de devas, dioses. Hay tres tipos de devas: los del reino del deseo, de la forma y de la no-forma. Están también los reinos inferiores a los seres humanos: el animal con el cual tenemos contacto, el de los pretas que son seres atormentados constantemente por hambre y sed, y el de los seres infernales que tienen una experiencia infernal de sufrimiento.

Hablamos de seis tipos de existencia, pero en realidad dentro de nuestra propia experiencia actual tenemos esos seis tipos de existencia. Cuando predomina el deseo el resultado es renacer como ser humano. Si predomina la agresión, el odio, esa es la causa para renacer como un ser infernal. Si predomina la estupidez, la ignorancia u opacidad, eso resulta en animal. Si predominan los celos, la envidia, eso resulta en un renacimiento como asura, una especie de dios celoso. La avaricia predominante resulta en un renacimiento como preta, los espíritus hambrientos. El orgullo da como resultado un renacimiento como dioses.

Entonces al decir seis tipos de seres no estamos diciendo que son cosas exteriores a nosotros; es nuestra propia experiencia individual. Si nuestra experiencia es de pasión, agresión, opacidad, celos u orgullo, en esa experiencia surge la de los seis tipos de existencia. Por lo tanto, tampoco existe el pintor de esa thangka.

**P:** *queria volver a los doce eslabones. Algunas relaciones están claras para mi, otras no tanto. Me gustaría si fuera posible que Rinpoche tome alguna situación que suceda en un día o en una semana, y ver cómo en una situación práctica de la vida diaria van sucediendo las interdependencias.*

**R:** no en una semana ni en un día, sino ahora mismo, en este momento, también están incluidas. La ignorancia está siempre con nosotros. ¿Usted tiene ignorancia o no? Si no tuviera ignorancia sería un buda, entonces seguro tiene ignorancia. También tiene acción, tanto mental, como física o verbal.

**P:** *que están sí, pero cómo se vinculan. Algunas vinculaciones no son claras. Ignorancia genera acción estaría claro, pero después acción y conciencia, cómo se generan, cómo se vinculan.*

**R:** por ejemplo, basado en su ignorancia es que me hizo la pregunta. Como no sabía me hizo la pregunta, y esa pregunta es impulso, acción. Está considerando si lo que yo digo es así o no. Hay algo que está conociendo eso, ¿no es cierto? Eso es la conciencia. Y los cuatro skandas restantes, nombre y forma, también los tiene: cuerpo, sensaciones, y demás.

Si no tiene dudas de que están todos estos nidanas dentro suyo... ¿tiene dudas de que no están, acaso? A mí me parecía que

usted no dudaba acerca de que los tenía, sino que dudaba acerca de que no los tenía.

Nombre y forma surgen de la conciencia que viene del pasado, de la otra vida. Voy a explicárselo de otra manera. Su pregunta era cómo se relacionaban uno a uno, es decir, cómo de esa conciencia surge nombre y forma.

**P:** *por favor, a partir de una situación cualquiera.*

**R:** basada en la conciencia surge una sensación. Eso equivale a decir nombre y forma, porque nombre y forma está constituido por los cuatro skandas, el segundo de los cuales es sensación. Al decir nombre y forma estamos diciendo cuatro skandas que, junto con el de conciencia, son cinco.

Cuando recibió la respuesta a su pregunta su conciencia la comprendió, y debido a eso hubo una sensación. Como hubo conciencia hubo una sensación y con ésta ya estamos en nombre y forma. Así sucesivamente se van generando uno a uno. ¿Es suficiente?

**P:** *sí, gracias.*

**P:** *¿Los doce factores ocurren en los seis reinos?*

**R:** sí.

**P:** *¿La sensación quiere decir que entiende o no entiende?*

**R:** es la sensación de placer o desagrado que uno siente. Si por ejemplo oímos un sonido placentero, agradable, tenemos una sensación de placer, y esa sensación mental de placer es lo que se entiende por sensación. Y cuando oímos algo que no es desagradable, experimentamos esa sensación mental.

**P:** *¿Podemos decir que nunca hay una sola causa que produce un efecto sino que todo es como un entretrejido donde una causa produce un efecto y este a su vez es causa para otro?*

**R:** eso es similar a lo que dijimos ayer entre padre e hijo: yo soy el padre de mi hijo pero soy el hijo de mi padre. No obstante, de lo que se trata es de que usted intente encontrar cuál es la frontera divisoria entre causa y efecto.

**P:** *pero una vez que yo tomé eso y pude percibir esa frontera, cada una, acá tengo una causa y acá tengo un efecto, ya se convierte a su vez en generador de más causas y más efectos.*

**T:** ¿Pero usted ya pudo ver esa frontera?

**P:** *trato.*

**R:** ver que un fruto se convierte a su vez en causa de otra cosa no es difícil. Lo difícil es ver esa frontera que divide la causa del efecto. Si podemos separar a la causa del efecto, ver que éste efecto es causa de otro resultado no es difícil. Debemos investigar y llegar a estar seguros de si algo que se origina, se produce, nace, lo hace a partir de sí mismo o de otra cosa.

**P:** *¿En qué momento se hace esta investigación, durante la meditación o en otro momento?*

**R:** no es necesario meditar sobre esto. Esto no es meditación; estamos investigando con razonamientos. Con esto es suficiente. Esta forma de investigar se denomina la lógica que discierne las cosas. Esta investigación la lleva a cabo la mente presente a través de los seis órganos sensoriales. Cuando la investigación la realiza la sabiduría de la conciencia pura, eso es meditación. Análisis

tales como el de la relación entre causa y efecto se realizan con razonamientos, y pertenecen a la lógica.

**P:** *esa frontera ¿puede ser un instante del presente?*

**R:** si analizamos y decimos que es un instante, habría un instante para el cese de la causa y otro para el nacimiento del efecto. Pero éstos se deben tocar y entonces para un lado de ese instante estaría el final de la causa mientras que para el otro estaría el principio del efecto. Por lo tanto, ¿dónde estaría ubicada la frontera entre ambos?

De todas maneras lo importante es investigar y determinar si algo se origina por sí mismo o por otra cosa. No es suficiente pensar que podría ser que se originara de una manera o la otra. Hay que estar seguro.

**P:** *Se habló de la sabiduría discernidora, no sé si entendi bien, pero discernir implica una elección, tomar un camino de alguna manera.*

**T:** es un problema de traducción. Discernidora en este caso es que "distingue".

**P:** *claro, ¿pero distingue entre qué y qué? ¿En base a qué una conciencia de buda distingue un objeto del otro? ¿No distingue sino elige, toma un camino?*

**R:** Es una buena pregunta. Cuando nosotros hablamos de discernimiento o distinción en nuestro ámbito conceptual, decimos que esto es esto, esto es aquello, esto es lo de más allá; todos estos son conceptos. Pero para la sabiduría discernidora de un buda las cosas aparecen sin mezclarse, distinguiéndose una de otra. Por ejemplo, cuando ponemos cien objetos delante de un

espejo ellos se reflejan distintamente y sin mezclarse. Aunque el espejo no conceptualiza que esto o aquello son tal o cual cosa, todos los objetos se reflejan claramente definidos y distinguiéndose uno del otro. Si ponemos esta thangka delante de un espejo todas las formas en el dibujo aparecen reflejadas en el espejo, no como una mezcla amorfa entre ellas sino diferenciadas una de la otra.

En realidad cuando decimos discernimiento en este caso estamos implicando que surgen sin mezclarse. Diferenciadamente. Cuando un buda ve todos los fenómenos cognoscibles, su sabiduría los ve nitidamente a todos; no los percibe mezclándolos todos en una masa informe.

**R:** ¿Está clara la contestación a la pregunta de Mariano sobre los doce vínculos o necesita que lo explique más?

**P:** *está bien, pero hay que completarla.*

**R:** piénselo. Si quiere mañana puede volver a preguntar. En realidad, estos doce factores interdependientes están también presentes en la misma mente, dejando de lado los otros elementos.

**P:** *Ayer se habló de que la conciencia mental se enfocaba sobre las conciencias sensoriales y que cuando se enfocaba sobre una se desconectaba de las otras. Es decir que cuando oía no miraba. La pregunta es ¿eso de trabajar sólo con una por vez es una condición inherente a la conciencia mental o es algo que puede ser modificado con entrenamiento?*

**R:** no, es por su propia naturaleza que la conciencia mental no puede prestar atención a más de un instante por vez. Aunque

en un instante debería poder conocer la variedad, no importa cuánto entrenamiento se lleve a cabo, no puede hacerlo. Cuando la cognición se ha vuelto muy aguda puede cambiar de atención a los distintos objetos muy rápidamente, y parece que sucediera en el mismo momento. Pero no es así.

Los cinco sentidos perciben simultáneamente, pero la conciencia mental que conceptualiza en términos de esto y aquello sólo puede enfocar en uno por vez. Aparentemente uno está percibiendo todo y conceptualizándolo al mismo tiempo. Sin embargo eso se debe a la velocidad de la mente para ir de uno a otro. Es como una película que tiene varios fotogramas. A causa de una cierta velocidad parece que hubiera continuidad y que va pasando todo al mismo tiempo, pero en realidad están separados.

**P:** *En computación eso es time-sharing; es cuando la computadora está haciendo varios programas al mismo tiempo. Parece estar haciéndolos al mismo tiempo pero en realidad los está haciendo uno a uno.*

**R:** En cuanto a computadoras, aparte del hecho de no saber sobre ellas, no sé nada.

**P:** *más simple sería decir si se puede escribir con las dos manos al mismo tiempo cosas distintas.*

**R:** hay dos manos, entonces pueden dibujar cualquier cosa al mismo tiempo. Pero no hay más que una mente y es por eso que en un instante no puede hacerlo. Si tuvieras seis conciencias mentales entonces podrían estar al mismo tiempo, pero yo no tengo más que una.

**P:** *yo quiero saber si para salir de la rueda de los eslabones interdependientes hay que trabajar sobre un eslabón fundamentalmente o hay que trabajar sobre todos.*

**R:** si ese eslabón que estás analizando es la ignorancia, sí, porque al ver la ignorancia y destruirla se destruye todo el resto, ya que es la ignorancia la que lo genera todo. Si tenemos un árbol con ramas, hojas, flores y demás, al cortar la raíz se destruye todo el árbol. Es lo mismo que al cortar la ignorancia. Tenemos la ignorancia co-emergente y la ignorancia atributiva. La primera es la ignorancia de la condición natural. Hasta no conocer la condición natural existe la confusión. Una vez conocida, ella se elimina.

**P:** *¿Quiere decir que solamente se puede obtener la iluminación en función de toda la rueda, no de un sólo factor?*

**R:** es una buena pregunta porque nos da la oportunidad de hilar fino; entonces se comprende mejor. Por ejemplo, cuando confundimos una sogá con una víbora, ese desconocimiento del verdadero objeto (soga) es ignorancia. Debido a ese desconocimiento surge el miedo, el pensamiento de que eso es una víbora, la experiencia de ansiedad. Cuando vemos con los ojos que es sólo una sogá, que no es una víbora, el miedo, la experiencia de ansiedad y todo lo demás desaparecen. Es similar a eso.

Un pratyekabuda es alguien que llega a la liberación a través de un análisis directo e inverso de la ley de los doce factores. Sin embargo, un pratyekabuda no es un buda. El buda tal como lo entendemos nosotros es aquel que ha visto la verdad de la condición natural del estado de "despierto" tal cual es, una



condición que trasciende los dos extremos, pasividad nirvánica y existencia samsárica.

Tanto los shravakas, como los pratyekabudas y los bodhisattvas han visto la inexistencia del ego del individuo. Los shravakas no han visto la inexistencia de entidad, o ego, en el mundo fenoménico. En cuanto a este último, los pratyekabudas han visto la no realidad del objeto pero siguen afirmando realidad en el sujeto. Los bodhisattvas han visto la irrealidad de ambos, sujeto y objeto, y así conocen también la irrealidad del mundo fenoménico. Hay muchas explicaciones con respecto a esto. Vamos a dejar acá, por esta noche.

## CAPITULO 3

En los dos últimos días vimos sucintamente la forma en que se genera la confusión del samsara y cuál es la causa de esa confusión. Vimos que la causa de la confusión es la cadena de los doce nidanas. Es muy conveniente conocer cuál es la condición del samsara. ¿Por qué? Porque aquellos que tienen interés en las enseñanzas del Dharma y lo practican, primero tienen que conocer de qué tratan.

Al comienzo un budista recibe oralmente las enseñanzas de punto de vista, meditación y acción, o las de base, sendero y resultado. Luego las analiza y reflexiona sobre ellas para averiguar si son ciertas o no. Hay dos formas de entrar en el sendero: la de aquel que entra después de investigar y chequear las enseñanzas para ver si realmente tienen o no sentido, y la de aquel que cree naturalmente en ese sendero.

En el Tíbet hubo muchos casos de este segundo tipo: era muy común que los padres decidieran que su hijo debía dedicarse a la vida espiritual. El hijo ingresaba directamente al Dharma sin investigar la veracidad de las enseñanzas. Yo no sé cómo es hoy la situación en Occidente. He oído que en la religión cristiana también eran los padres los que decidían por el hijo su futuro espiritual. Si es así es una situación que se daba tanto en el Tíbet como en la cultura occidental.

Lo que hemos observado en Occidente con respecto al budismo es lo contrario: la gente que se interesa por el Dharma se encuentra con un maestro y empieza a tomar enseñanzas. Después de chequearlas, a partir de sentir confianza entra en el sendero. A mi juicio esta es una excelente actitud. Buda Shakyamuni mismo dijo que uno tiene que examinar sus enseñanzas. Por eso creo que chequear y examinar las enseñanzas que uno recibe es muy positivo.

Ese análisis se lleva a cabo a través del aprendizaje de las enseñanzas y la reflexión sobre ellas. No se trata de un chequeo material como si fuera algo que ponemos sobre una balanza. Por eso en estos dos últimos días explicamos la formación de la confusión samsárica y las razones por las cuales surge. Esto que vimos es un enfoque general del punto de vista budista.

Hoy vamos a hablar del nirvana, del sugatagarbha. En general, tal como lo explicamos antes, definimos la misma base fundamental para samsara y para nirvana. Esta base es el alaya, o el sugatagarbha. Nuestra condición actual es que estamos deambulando en el samsara. Deambular en el samsara no quiere decir que hayamos perdido el camino y deambulemos por diversos lugares. Significa que en nuestra mente tenemos karma y emociones negativas, y debido a estos factores estamos sufriendo. Esta condición es lo que se denomina el samsara.

Entonces, aquel que desea liberarse del sufrimiento samsárico y aspira a alcanzar el estado de buda, quizás se pregunte si eso es posible. Es posible, y la forma de lograrlo es recorrer el

sendero. Este no es un sendero a través del cual hayan alcanzado la liberación sólo una o dos personas, lo ha logrado un número inconcebible de seres. Esto no se limita únicamente al pasado. También en estos días muchos individuos continúan recorriendo este sendero y llegan a obtener niveles elevados de realización.

Hay dos maneras de confirmar que este sendero lleva a la liberación. La primera es que muchos maestros la han alcanzado. Eso demuestra de manera evidente que la liberación es factible. La segunda, y principal, es que la esencia búdica, el sugatagarbha, es inherente a todos los seres. Si nosotros no tuviéramos el sugatagarbha no habría forma de alcanzar ese estado. Por ejemplo, nosotros no tenemos las condiciones necesarias para que un cuerno crezca en nuestra cabeza. Como carecemos de esas condiciones no tenemos cuernos en la cabeza. Cuando existe una causa para que surja algo, ese algo va a surgir. En la semilla de sésamo hay aceite. Como el aceite impregna la semilla de sésamo al machacarla se obtiene aceite. Por muchos métodos que apliquemos para obtener aceite a partir de la arena, nunca lo obtendremos porque la causa no está ahí.

De la misma manera, como tenemos la esencia búdica podemos alcanzar el estado de buda. La única manera de lograr ese estado es perseverar en el aprendizaje, la reflexión y la meditación. Si no hacemos nada, no alcanzaremos el estado de buda. Si queremos comer tenemos que preparar comida. Sólo con querer comer la comida no va a entrar en la boca.

Todos tenemos la naturaleza búdica. Eso se puede exponer de tres maneras. En primer lugar, sugatagarbha es la sabiduría de

la integración de claridad y vacuidad. La sabiduría de la claridad y la vacuidad indivisibles es lo que se denomina sugatagarbha, que significa naturaleza búdica, buda. La esencia de nuestra mente es también esa sabiduría. La integración, la indivisibilidad entre claridad y vacuidad, es lo que se denomina dharmakaya, y es algo que tenemos. Dharmakaya es uno de los cuerpos o dimensiones de la budidad.

En segundo lugar, no existe ninguna diferencia entre la sabiduría de la claridad vacua en la mente de un buda y en nuestra mente. Hay varias maneras de explicar por qué no existe diferencia entre la sabiduría de la claridad vacua de un buda y la nuestra. Por ejemplo, en todo el mundo hay varios tipos de fuego. No importa qué tipo de fuego se considere, en todos ellos la naturaleza del fuego, el calor, es la misma. Asimismo, también la realidad absoluta de todos los elementos de la existencia, de todo lo cognoscible, es igual.

¿Cómo es esta realidad absoluta? Si quisiéramos señalar algo que la definiera, algo que la identificara, no podríamos hacerlo. El mismo Buda Shakyamuni no pudo decir claramente "es así". Entonces, si él no pudo afirmarlo, ¿cómo se puede conocer que ella está presente? Se conoce si uno enfoca la observación en uno mismo.

Si una persona que nunca ha probado el sabor dulce se encuentra con otra que lo ha probado, esta última no podría describírselo. Podrá decirle que no es ácido o que no es amargo, pero aun así la primera persona continuará sin conocer el sabor dulce. Sólo cuando esa persona se ponga en la boca algo dulce

conocerá cómo es ese sabor. En cambio, si las dos personas ya conocen el sabor dulce de antemano, aunque no puedan contestar con palabras a la pregunta "¿cómo es?", ambas lo conocen en sus mentes. Lo mismo ocurre con la sabiduría de buda. Esa sabiduría que llegamos a conocer y la sabiduría de buda no tienen ninguna diferencia. Recorriendo el sendero llegaremos a conocer la sabiduría de buda.

En tercer lugar, de la realidad absoluta de todo lo cognoscible, o dharmata, no puede decirse ni que existe ni que no existe. Por su propia naturaleza, está libre de los cuatro extremos. Tomando al espacio como ejemplo, si quisiéramos llegar hasta sus límites, veríamos que no podemos alcanzar un punto y definirlo diciendo: "este es el límite del espacio". Como no podemos encontrar el límite o la periferia del espacio, tampoco podemos encontrar su centro. En el caso de esta mesa, si decimos que el borde es el límite de esta mesa entonces podemos decir que el centro está aquí. Pero si imagináramos que esta mesa no tiene límites, tampoco tendría centro.

Cuando una persona se ilumina el dharmata no se mejora, pero en un ser común tampoco está deteriorada. Es análogo a un trozo de oro que se pone en el barro o en un cofre precioso; el oro mismo no empeora en el primer caso ni mejora en el segundo. En la esencia de la mente no hay ningún elemento que eliminar, y tampoco como si fuera algo nuevo que no existía antes, una budidad que obtener. Es igual que el sol, en cuya esencia no existe la oscuridad. Como esencialmente el sol no tiene oscuridad, no hay en él ninguna oscuridad que se deba iluminar. Desde el

principio el sol posee rayos de luz. La luminosidad no es algo nuevo que en un momento el sol tuvo que obtener. Es por eso que cuando hablamos de la realidad absoluta en estos términos, ella es así.

A los seres se los puede clasificar en varios tipos. Podemos hablar de cinco tipos o familias de seres. La primera se denomina excluida, y está integrada por seres que seguramente no obtendrán el estado de buda. Son aquellos que no tienen ningún interés por llegar a la budidad. No es que esencialmente no tengan la potencialidad de convertirse en budas. Simplemente no tienen interés.

La segunda familia, llamada indefinida, es aquella que está constituida por seres que no tienen una orientación determinada. Pueden seguir cualquier camino en el que hayan ingresado, sea el del shravaka, el del pratyekabuda o el del bodhisattva. Es decir son personas que no tienen características específicas.

La tercera familia es la del shravaka, una persona que practica uno de los senderos del hinayana.

La cuarta familia es la de aquellos que tienen las características del pratyekabuda, otro nivel del hinayana.

La quinta familia está constituida por los seres que pertenecen al mahayana, el sendero del bodhisattva:

Los individuos de la primera familia no sienten frustración o insatisfacción con la condición del mundo samsárico, ni tampoco tienen interés o deseos de obtener la liberación. Además están contentos de actuar siempre negativamente, matando o dañando a otros seres sin sentirse arrepentidos, no importa cuánto

daño hayan causado. Esos individuos pertenecen a una familia en cierto modo incompleta o excluida, porque debido a su forma de actuar y sentir no tienen el deseo de entrar en el sendero y llegar a la budidad. Puede suceder, sin embargo, que surja en ellos el anhelo de lograr la liberación. Desde ese momento el individuo ingresa al sendero y cambia de familia.

La segunda familia se denomina indefinida porque está formada por personas que pueden seguir indistintamente uno u otro camino a la budidad. Si se encuentran en un ambiente hinayana de shravakas, adoptan un maestro de esa línea, toman esas enseñanzas, se rodean de gente que adhiere a esas enseñanzas y recorren ese sendero. En cambio si se hallaran en un ambiente de pratyekabudas, o en otro de practicantes del mahayana, igualmente podrían practicar las enseñanzas respectivas y pertenecer a esos senderos.

Los que integran la tercera familia, los shravakas, son individuos que están apesadumbrados por la condición de lo mundano, sienten insatisfacción con la vida mundana y anhelan la liberación. La liberación que buscan es personal, ya que no tienen la suficiente compasión y visión amplia como para preocuparse por la liberación de todos los seres. Son individuos que no tienen una gran compasión.

La cuarta familia es la de los pratyekabudas, que tienen más coraje que los anteriores. Aunque estén conectados con un maestro no les agrada vivir en relación con otras personas, y prefieren estar siempre solos. La característica fundamental que existe en estas dos familias del hinayana, shravakas y



pratyekabudas, es que tienen pocos deseos y un nivel de contento muy grande: se conforman con muy poco.

La quinta familia está formada por los bodhisattvas. Los bodhisattvas son similares a los practicantes del hinayana en cuanto a su renuncia del samsara, pero no aspiran al nirvana del hinayana sino que su meta es obtener el estado de buda. Tienen gran coraje y no están interesados solamente en su propio beneficio, sino que sienten atracción por el altruismo. A la familia del bodhisattva también se la puede llamar naturaleza, semilla, o elemento del bodhisattva.

Estas cinco familias se conocen como las familias de la iluminación. Dentro de cada una hay dos clases de familia: la de naturaleza estable y la que evoluciona. La estable es la base fundamental inmutable que está en todos los seres: el sugatagarbha. La que evoluciona se basa en la primera, y es la claridad de la mente que va intensificándose a medida que se avanza en el sendero hasta llegar a la plena claridad que posee un buda.

La familia de naturaleza estable es tal cual es. La evolutiva tiene dos formas: despierta y no despierta. La despierta es aquella en la cual ya se ha encontrado un maestro, ingresado al sendero, se practican las enseñanzas y se ha comenzado a evolucionar. La no despierta es la que está pronta a evolucionar apenas encuentre las condiciones adecuadas.

Como la base de estas familias, sea cual fuere, es el sugatagarbha, todas ellas pueden lograr el estado de buda. Es como obtener la manteca de la leche. La leche tiene manteca, y

por eso al batir la leche se puede extraer manteca. Si no se bate la manteca sólida no se separará y no se la podrá ver. La mente de los seres tiene el sugatagarbha, y si hacen esfuerzos lo podrán ver. Estas familias, entonces, están en el proceso de hacer evidente el sugatagarbha.

Todas las cualidades de un buda están presentes en la condición de la base. No son algo nuevo que se genera. Si todo está presente en la base y nada nuevo se produce, ¿por qué no podemos ver el sugatagarbha que poseemos naturalmente? Lo explicaré por medio de un ejemplo. Si pusiéramos una vela dentro de esta jarra y la tapamos, aunque no la podamos ver la vela está ahí. En nuestro ser la mente dualista y las emociones negativas están cubriendo la esencia. Si hiciéramos un orificio en la jarra podríamos ver un poco de la luz de la vela. Pero se vería sólo desde el lado donde está el orificio y no desde cualquier otro lado. Los que pertenecen a la familia del shravaka se asemejan a este ejemplo; tienen sólo una pequeña visión del dharmata. Los pratyekabudas tienen una visión mayor, como si hiciéramos un agujero un poco más grande. La visión de un buda es semejante a romper la jarra y ver la vela en su totalidad. Si no se rompe la jarra no habrá oportunidad de ver la vela que está en su interior. Por eso he dicho que para ver el sugatagarbha se requiere hacer esfuerzos.

Les contaré una parábola que contó Buda. En otros tiempos hubo un rey que estaba interesado en saber cómo percibían los ciegos de nacimiento. Llamó entonces a todos los ciegos del reino para que se reunieran en el palacio, trajo un

elefante, y les preguntó cómo era. Como no podían verlo con los ojos comenzaron a tocarlo con las manos. Algunos tocaron la cabeza, otros la cola, otros los colmillos, y otros las patas. Los que habían tocado la cabeza dijeron que era como un cedazo. Los que tocaron los colmillos dijeron que era como la cuchilla de un arado. Los que tocaron las patas dijeron que era similar a una columna. Y los que tocaron la cola dijeron que era largo y se parecía a una soga. Cada uno describió al elefante de acuerdo a lo que había tocado. No pudieron saber cómo era el elefante completo: con cabeza, patas, colmillos, etcétera. Sin embargo, de acuerdo con la percepción de cada uno describieron algo correcto: las patas eran como columnas, los colmillos como la cuchilla de un arado, etcétera.

De la misma manera las familias de los shravakas, pratyekabudas, y bodhisattvas sólo ven porciones del sugatagarbha o la vacuidad. Únicamente un buda ve la totalidad del sugatagarbha. Practicando su propio sendero gradualmente llegará un momento en que todos ellos llegarán a ser budas y entonces, así como en el ejemplo se rompía la jarra, verán la totalidad del sugatagarbha.

Esto que vimos se refiere al estadio del sendero. En cuanto al estadio del resultado, surge la pregunta: ¿Si todas las cualidades sublimes están en la base, y el sendero no es más que la eliminación de contaminaciones ya que en él no se adquieren nuevas cualidades, a qué se debe que un buda tenga actividad iluminada y nosotros no? También explicaré esto por medio de

un ejemplo. Aunque el oro esté aún en forma de mineral, tiene sus cualidades de brillo y color dorado. Cuando se lo separa de su mineral se lo ve con esas cualidades. De igual modo, para que surja la actividad iluminada en nosotros sólo debemos eliminar los dos tipos de velos.

Por todo esto se dice que el sugatagarbha es la base del samsara y del nirvana. En el mundo la tierra se basa en el agua del océano, el océano se basa en el aire, y el aire se basa en el espacio. De la misma manera los skandas, los elementos y las esferas sensoriales se basan en las emociones negativas, las kleshas. Los kleshas se basan en la construcción mental falaz que percibe dualismo entre sujeto y objeto donde no lo hay. Y la construcción mental falaz se basa en el sugatagarbha de la mente, la luz clara. Dijimos que la tierra se basa en el agua, ésta en el aire, y éste último en el espacio. Pero el espacio no se basa ni en el aire ni en la tierra. Asimismo, skandas, elementos y sentidos se basan, en última instancia, en la pureza de la mente. Pero la pureza de la mente no se basa en ellos.

Lo que he explicado hasta ahora es lo que sostiene el budismo. Sin embargo yo no puedo asegurarles que eso sea así. Son ustedes los que tendrán que verificar si es correcto o no. Aunque he venido acá a explicar el Dharma, no es suficiente sólo remitirnos a que yo les transmita lo que sé. Si además ustedes me preguntan, debaten estos temas y practican las enseñanzas, puede ser que lo que yo he dicho coincida con lo que experimentan en su práctica. Si es así, está todo bien. En caso contrario, no hay ningún problema en dejarlo de lado.

Ahora podemos comenzar con el período de preguntas.

**Pregunta:** Se ha dicho que la naturaleza búdica sostiene a la percepción dual, y no entiendo por qué. ¿El dualismo no es ignorancia?

**Rinpoche:** el dualismo surge del sugatagarbha. Al desconocer la indivisibilidad de claridad y vacuidad, se manifiesta el dualismo. Para que haya confusión debe haber una base sobre la cual se está confundido. Por ejemplo, si estamos muy enfermos de hepatitis, veremos un caracol blanco como amarillo. Pero para eso debe haber un caracol, una base para esa confusión. No estoy diciendo que el sugatagarbha sea algo sólido como un caracol, sino que es la base de la confusión. Como sabemos, el sugatagarbha es la sabiduría de la unión de claridad y vacuidad.

**P:** *¿En las emociones positivas también hay dualismo?*

**R:** tanto las emociones negativas como las positivas están en la conciencia emotiva. La conciencia emotiva es el dualismo entre sujeto y objeto. O sea que también las emociones positivas son dualistas ya que existe en ellas esa fijación.

**P:** *¿Pero entonces también tenemos que combatir el apego en las emociones positivas?*

**R:** sí, hay que combatir el apego.

**P:** *¿Entonces cómo reconocemos el amor y la compasión hacia los otros seres?*

**R:** cuando desarrollamos amor, hay un ser como objeto del amor y está nuestra conciencia que percibe a ese ser. Es decir, que hay sujeto y objeto, hay dualismo. Durante el sendero eso es necesario.

A nivel del fruto, como para un buda todos los fenómenos se han vuelto iguales en el espacio del dharmata, no hay ni yo ni otro. Un buda tiene compasión no conceptual. Es distinta a la nuestra. Supongamos que usted está durmiendo y sueña que sus padres están pasando un mal momento. En ese estado de sueño es posible que le surja la compasión. Sin embargo, cuando despierte se dará cuenta de que nada de eso ocurrió: ni sus padres sufrían, ni surgió la compasión. De acuerdo con este ejemplo, en nuestra percepción confundida todo existe. Cuando nos despertamos a la budidad la confusión dualista se destruye; es como despertar del sueño.

**P:** *¿Quiere decir que durante todo el sendero existe la fijación dualista?*

**R:** hasta alcanzar la budidad hay varias fijaciones sutiles que se van eliminando: fijación en la sustancialidad, fijación dualista, fijación en las características concretas, etcétera. Por ejemplo, si tenemos almizcle en este recipiente, además de la sustancia está el perfume y las demás cualidades. Esto sería el nivel de fijación en la sustancialidad. Cuando se ha acabado el almizcle, si bien la sustancia ha desaparecido, todavía queda el perfume. Esto es semejante a la fijación en que las características de algo son concretas, que se mantiene luego de que la fijación en la sustancialidad se ha eliminado.

**P:** *con respecto al talento, si viéramos el talento científico, artístico, o lo que fuera, como un don que determinadas personas reciben, ¿esa persona que recibe un don especial, tiene el deber de desarrollarlo?*

**R:** eso es justamente a lo que me referí con la explicación de las

familias. Aunque se relacionaba con el Dharma también se aplica a cuestiones mundanas. Hay personas que desde el comienzo tienen una cierta habilidad para algo, y entonces pertenecen a ese tipo de familia, de grupo. Si esa persona que tiene cierto talento puede utilizarlo para beneficiar a los demás, eso es lo mejor. Algunos, especialmente dotados para la ciencia, utilizan ese talento para desarrollar bombas, y en ese caso no están beneficiando a los demás seres.

**P:** *¿Pertener a una u otra de estas familias es kármico?*

**R:** sí, se debe al karma. Tanto la pertenencia a una familia, como el que ésta esté despierta o no, se deben al karma pasado. Nosotros, los budistas, tenemos un chivo emisario extraordinario: el karma.

**P:** *Rinpoche dijo que la familia indefnida dependía del entorno. Suponiendo que una persona está en el mahayana, donde se hacen votos para mantenerse en ese sendero hasta llegar a la iluminación, ¿ese ser se mantendría en ese sendero en todas sus vidas siguientes?*

**R:** sí, en general es así como uno cae en una familia determinada.

**P:** *¿En el transcurso de una vida, se puede cambiar de familia?*

**R:** sí. Por ejemplo, una persona puede comenzar siendo shravaka y luego cambiar por el sendero del mahayana.

**P:** *¿Al revés también?*

**R:** hay historias de personas que mientras recorrían el sendero del mahayana encontraron cierta situación que no pudieron sobrellevar de acuerdo a esas enseñanzas. Sin embargo, no he

oído de ningún caso de una persona perteneciente a la familia del bodhisattva que haya cambiado por el hinayana. Alguien que realmente corresponde a esta familia tiene sentimientos altruistas, tiene gran coraje, y se interesa por el bien de los demás en vez de su propio beneficio. Si cambiara por el hinayana, estaría cambiando su actitud de beneficiar a los demás por la de beneficiarse a sí mismo. Pero eso no sucede porque alguien que está practicando el mahayana va progresando en el desarrollo de las cualidades altruistas.

**P:** *Yo no entiendo muy bien el proceso por el cual se dice que todas las cosas son proyecciones de la mente. Por ejemplo esta mesa. Yo la veo muy concreta a pesar de que es vacía. Otra persona viene y también la ve muy concreta, incluso podemos hablar de la mesa y compartir la misma visión. ¿Qué es lo que tiene la mesa que hace que aparezca tan concreta a pesar de ser vacía e ilusoria?*

**R:** hay muchos tipos de karma. El "karma de igualdad de condición" hace que los seres que lo comparten perciban de modo similar. A través del "karma de desigualdad de condición" los seres perciben distinto. El hecho de que todos percibamos en forma similar se debe a que todos somos humanos y tenemos el primer tipo de karma. Cuando hay coincidencia de condición hay acuerdo en la percepción de algo. Los deficientes mentales coinciden en el karma de igualdad de condición que se produjo por sus acciones individuales. La percepción que tienen los seres es la percepción kármica.

Eso se ve claramente con lo que sucede con respecto al cuerpo humano. Si usted estuviera enfermo de hepatitis, vería



las cosas blancas como amarillas. Si yo me enfermara de hepatitis también vería las cosas blancas como amarillas. Los síntomas de las enfermedades son iguales y es por eso que se pueden tratar. Como ambos tenemos la estructura de seres humanos, el mismo remedio curará su hepatitis y la mía. Yo tengo un pulmón y usted tiene otro pulmón. Aunque sean distintos pulmones la misma medicina reacciona igual en usted y en mí. Es decir, compartimos el karma colectivo de los seres humanos.

**P:** *si reconozco las emociones negativas, elimino el karma negativo ¿no? ¿El karma es neutro?*

**T:** ¿Qué entiende por reconocer?

**P:** al reconocer las emociones negativas me doy cuenta de cuales son: la agresión, etcétera. ¿De ese modo se elimina el karma negativo, al reconocerlas?

**T:** Eso es identificarlas más que reconocerlas, pero voy a traducir su pregunta.

**P:** *Pero esa no es la pregunta...*

**T:** ¿Cuándo reconoce la esencia de las emociones negativas, quiere decir?

**P:** *cuando reconozco la esencia de las emociones negativas de alguna manera no acumulo karma negativo, pero la pregunta es ¿qué pasa con las emociones positivas, al reconocer la esencia de las emociones positivas?*

**R:** para alguien que realmente tiene realización no hay ninguna diferencia entre emociones negativas y positivas. La esencia de las emociones negativas es, como dijimos antes, las cinco

sabidurías, como así también vacuidad, compasión, amor, todos ellos en unión indivisible. El que tiene realización no ve ninguna diferencia entre emociones negativas y positivas porque siempre ve la esencia de las emociones, que es la misma para todas ellas. Pero en nuestro caso, aunque digamos "sí, yo reconozco la esencia de las emociones negativas", estamos simplemente hablando, porque en realidad no es así.

**P:** *¿Entonces nosotros estamos permanentemente acumulando karma, no hay posibilidad de salir de eso, dentro de nuestra limitación actual?*

**R:** sí, es verdad, durante nuestra existencia actual estamos constantemente acumulando karma, positivo y negativo. Como dijimos, el hecho de estar dando vueltas en el samsara desde tiempos sin comienzo se debe a la acumulación de karma. Si en esta vida seguimos acumulando constantemente karma negativo, nunca llegaremos a un punto en el que podamos obtener la liberación. Mientras estemos viviendo inmersos en la experiencia dualista de sujeto y objeto siempre estaremos generando karma negativo o positivo. Lo que debemos hacer, entonces, es generar karma positivo y disminuir el negativo. Para conocer la naturaleza de la mente debemos practicar shine y lhaktong. En algún momento alcanzaremos la realización de la mente búdica, y entonces veremos que, en el espacio de la realidad absoluta, todo lo cognoscible es igual.

**P:** *yo entendía que el karma es simplemente karma, que no hay karma negativo y positivo sino que hay acciones negativas que provocan... Pero no entiendo qué es karma positivo ¿cómo sería?*

**T:** Rinpoche dijo, yo no había terminado, que cuando uno tiene agresión, odio por alguien, eso es karma negativo. Si, en cambio, uno practica compasión y amor hacia esa persona, entonces está generando karma positivo.

**P:** *¿No es que se elimine el karma sino que se crea otra cosa?*

**T:** Mientras estemos en una estructura dualista entonces se crea karma positivo.

**P:** *a mí me confundió lo del karma positivo porque entendía que el karma era uno solo.*

**R:** en nuestra condición actual hay acción positiva y acción negativa, eso es karma positivo y negativo.

**P:** *¿Es lo mismo acción que karma?*

**T:** acción y karma es lo mismo. Y karma también se utiliza para referirse al resultado de la acción.

**P:** *el Lama habla dicho antes que los doce factores se cumplían en tres vidas. ¿Las tres vidas son el término que tenemos para cumplirlos? ¿Después de las tres vidas qué pasa? No me quedó claro eso.*

**R:** es una forma de explicar la duración del ciclo. Pero aquí, en este mismo momento, están los doce eslabones en acción. ¿Igual usted quiere saber cómo sigue después? Durante la tercera vida usted está acumulando karma, eso le lleva a la cuarta vida y se genera nuevamente la cadena. Es decir que no hay corte en esa cadena de vidas, una eslabona con la otra.

**P:** *parece ser que pasar de una familia a otra significa cambiar los sistemas de valores propios. ¿Al final se tiene un sistema de valores que*

*no sea propio? ¿Se tiene un sistema de valores o no? El bodhisattva, el buda, ¿tiene un sistema de valores, de valoración?*

**T:** sistema de valores...

**P:** *sí, nosotros, para pasar de una familia a la otra tenemos que cambiar la manera de valorar las cosas...*

**R:** un buda tiene los dos tipos de omnisciencia, el conocimiento de las cosas tal cual son y el conocimiento de las cosas como aparecen. Si no está claro...

**P:** *¿Pero no es un sistema de valores?*

**T:** es omnisciencia...

**P:** *¿El actúa en función de qué?*

**R:** un buda no tiene conceptualización, no actúa a través de conceptos. Como hemos dicho, la forma en que actúa es la mejor porque no está basada en conceptos. Lo que sucede con nosotros es que, como funcionamos con escalas de valores que son conceptos, nos imaginamos que un buda también debería funcionar en forma análoga, refiriéndose a una escala de valores. Pero nunca podremos concebir realmente la actividad de un buda, porque nuestra mente conceptual no puede aprehender la mente no conceptual de un buda. Un buda actúa, pero sin referencia a conceptos.

Por ejemplo, supongamos que ustedes no conozcan ningún lama tibetano excepto Choegyal Rinpoche y yo. Cuando les hablan de un lama tibetano dirían: "Ah, es Dorzong Rinpoche"; si les dicen: "No.", entonces dirían "Ah, entonces es Choegyal Rinpoche". No salen de esos dos porque no conocen ningún otro. Pero si se quedan con esos dos nada más, porque es

lo único que saben, nunca conocerán a todos los demás lamas. De la misma manera, si tratamos de imaginar desde una estructura dualista cómo puede funcionar un buda, no podremos concebirlo porque estamos limitados por el dualismo. Entonces no podemos comprender la descripción de la experiencia de un buda.

**P:** *¿Podrían las cinco familias estar contenidas en una persona, como etapas de su evolución?*

**R:** hay gente que evoluciona gradualmente de una a otra y llega a buda.

**P:** *¿Que es lo que contiene a la imaginación? No es una percepción, no es un concepto. ¿Está dentro de la conciencia mental?*

**R:** pertenece a la conciencia mental. Como vimos, están las seis conciencias sensoriales y una de ellas es la mental. Cuando uno percibe algo, por ejemplo ve un árbol, su forma queda almacenada en el alayavijñana como una semilla o propensión. Cuando cerramos los ojos e imaginamos un árbol, la forma del árbol incluyendo su tronco, ramas y follaje, aparece en la conciencia mental. Cuando decimos "fuego" ocurre lo mismo: podemos imaginarlo con sus características de calor, color, etcétera. Eso se debe a que por un contacto que hubo entre los sentidos y "árbol" o "fuego", esta experiencia quedó almacenada en la conciencia de base como una semilla. Luego la conciencia mental retoma esa propensión que está en el alayavijñana, y surge la imagen de árbol o fuego. Eso sucede con referencia al pasado.

**P:** *¿También puede estar influida por el karma? ¿Puede haber una imagen que aparezca de una vida anterior?*

**R:** sí, nosotros tenemos esas propensiones de otras vidas, pero el hecho de que no podamos recordar esas experiencias, de que no puedan surgir esas imágenes de otras vidas, es porque están veladas por la ignorancia. A través de la práctica de shine y lhaktong, se pueden erradicar esos velos y uno obtiene esas visiones de lo acontecido en vidas pasadas. Hay lamas que pueden ver vidas pasadas, abarcando un número que depende de su evolución espiritual. Es similar a un largavista: hay largavistas muy potentes que acercan algo que está muy lejos, y hay otros que no lo son tanto. El largavista de buda es el que ve hasta el infinito.

**P:** *¿Qué es un mandala?*

**R:** En general un mandala es la casa, la residencia de una deidad.

**P:** *¿Eso se representa gráficamente?*

**R:** Si, se representa gráficamente, y hay muchos diseños de mandalas.

## CAPITULO 4

Hasta ahora hemos estado hablando sobre diversos temas. Es probable que los que no tenían conocimiento acerca de la mente y la conciencia, o de los doce nidanas generadoras del samsara, tengan, después de estas explicaciones, una comprensión mayor. En este mundo es común que al empezar a estudiar cosas que no sabíamos, tales como el Dharma o alguna forma cultural, lo hagamos al principio con mucho agrado. A mí me pasa que cuando deseo estudiar algo que no conozco lo hago con mucho interés. En realidad, aunque nos guste estudiar y aunque también tenga su importancia hacerlo, no es ese el objetivo principal del Dharma. Las enseñanzas nos beneficiarán si luego de tomarlas tratamos de alcanzar la experiencia de ellas en nuestra mente. Tengo la impresión de que ustedes han venido con esa intención: no a profundizar el estudio del Dharma teórico, sino a obtener elementos para hacer una práctica mejor. En cuanto al estudio, el Dharma es muy vasto. Si tomamos por ejemplo el estudio de uno solo de los textos fundamentales, no alcanzaría ni siquiera un año para completarlo.

Estoy aquí porque me dijeron que habla gente interesada en las enseñanzas budistas. Sin embargo mi intención no es desarrollar extensos estudios del Dharma. Pienso en cambio que sería muy útil que me refiriera a métodos para meditar sobre

la naturaleza de la mente, tales como shine y lhaktong. En el vajrayana hay muchas otras prácticas especiales y maravillosas. Además de las de calma mental y visión superior, se pueden hacer las prácticas de sueños, del cuerpo ilusorio, de la luz clara y muchas otras. Sin embargo, tanto para hacer estas prácticas, como para estudiarlas o enseñarlas, primero se requiere tomar los compromisos correspondientes, es decir tomar refugio, iniciación, etcétera. Nosotros no podemos hablar de todo eso a menos que los discípulos posean esas condiciones, ya que yo no tengo la autorización de mis maestros para hacerlo.

Hoy quisiera hablar brevemente sobre otro tema que quizás no tenga nada de nuevo o asombroso para ustedes. Aunque no sea tan interesante para estudiar es un tema que se debe poner en práctica. Lo menciono como continuación de las enseñanzas que hemos estado viendo hasta ahora, y siguiendo la tradición de mis maestros: hablar sobre este tema en todas las enseñanzas que se den. Voy a hablar sobre bodhicitta, o la intención altruista de lograr la iluminación para el beneficio de todos los seres.

En el budismo que se practica en el Tíbet hay cuatro tradiciones: Kagyu, Nyingma, Sakya y Gelug. Vamos a ver sucintamente el estilo de práctica correspondiente a cada una de ellas. En el curso anterior, cuando estudiamos "Los Cuatro Dharmas de Gampopa", vimos el estilo del Kagyupa.

Vamos a explicar ahora el estilo de práctica Sakyapa, refiriéndonos a la enseñanza llamada "Separarse de los Cuatro Apegos". A lo largo de toda su historia, todos y cada uno de los jefes de la línea del Sakyapa enseñaron esta práctica que no



fue compuesta por una persona en particular. El originador de la línea Sakyapa fue un gran santo llamado Sachen Kunga Nyingpo. A los doce años de edad hizo la práctica de Manjushri, la personificación de la sabiduría de todos los budas. A los seis meses de haberla comenzado, tuvo la realización de esa práctica cuando Manjushri se le apareció en una visión y le transmitió la enseñanza de Separarse de los Cuatro Apegos.

El primer apego dice que cuando uno está apegado a esta vida no es un practicante del Dharma. Es decir que si uno está únicamente involucrado con lo mundano no es realmente una persona que está practicando el Dharma. El segundo apego dice que aquel que se apega al samsara es una persona que carece de renuncia. El tercero dice que aquel que permanece apegado solamente a su propio beneficio carece de bodhicitta; no es un bodhisattva. Y el cuarto afirma que si uno tiene un punto de vista dualista, basado en los conceptos de sujeto y objeto, no tiene el punto de vista correcto. En otras palabras, no hay punto de vista correcto si hay fijación. Estos cuatro tópicos condensan todas las enseñanzas del Dharma.

¿Qué sucede si uno se apega a esta vida? Es semejante a apegarse a una burbuja en el agua, que se caracteriza por su insustancialidad y porque se destruye enseguida. Estar apegado al samsara es parecido a comer el fruto de una planta venenosa; aunque sea sabroso su veneno nos da dolor de estómago. Estar apegado al beneficio propio es similar a cuidar al hijo de una persona a la que hemos asesinado. Mientras es un niño pequeño no puede dañarnos, pero cuando haya crecido será inevitable que

se entere y con seguridad nos hará daño. Al principio el interés personal no aparece como dañino, pero siempre termina siendo perjudicial. Finalmente, estar apegado al dualismo de sujeto y objeto es como correr tras un espejismo. Si vemos un espejismo de agua y queremos saciar en él nuestra sed nunca vamos a lograrlo, porque estamos corriendo detrás de algo que no es real. De la misma manera, si mantenemos un punto de vista dualista nunca alcanzaremos el punto de vista perfecto, y nunca llegaremos a la liberación.

En la tradición Gelugpa, el iniciador de esta línea, el gran Je Tsongkhapa, también enseñó lo que se conoce como "Estadios del Sendero a la Iluminación" y "Los Tres Elementos Principales del Sendero". El significado de esta enseñanza es igual al de la anterior. Los tres elementos principales requeridos son: renuncia, bodhicitta y punto de vista correcto. El primero, renuncia, es equivalente a los dos primeros puntos de la enseñanza anterior: separarse del apego a esta vida y separarse del apego al samsara. El bodhicitta implica la ausencia de interés personal, y esto es igual al tercer elemento de la enseñanza de la línea Sakyapa. Finalmente, el punto de vista perfecto es análogo al cuarto postulado, que establecía que cuando hay fijación no hay punto de vista correcto. Es decir que las dos escuelas llevan a cabo la misma práctica.

Disculpen que hoy no esté presentando algo muy interesante al hablar sobre estos temas. Podríamos prescindir de ellos como objeto de estudio, pero son indispensables desde el punto de vista de la práctica.

No es mi intención darles una explicación detallada del Separarse de los Cuatro Apegos. Sólo quisiera contarles mi propia experiencia en relación con ellos. Cuando era chico estudié muchísimo sobre bodhicitta, renuncia y estos cuatro puntos que hemos explicado. Pero debo decir que en ese entonces no me despertaban demasiado interés. Mis lamas siempre me indicaban que debía reflexionar acerca de la gran oportunidad que significa tener esta existencia humana, y también en la impermanencia y la muerte. Estos dos últimos elementos son equivalentes al primero de los postulados Sakyapas, que es el de no estar apegado a esta vida. Me lo decían muchas, muchas veces, pero yo nunca comprendí realmente lo que significaban impermanencia y muerte. En un momento dado, a través de sueños y otros signos, entendí que iba a vivir muy poco tiempo más. Los signos indicaban que iba a morir pronto. Como ustedes me ven vivo podrían pensar que esas predicciones eran equivocadas. Pero no es así. Que yo no haya muerto en aquel momento se debe a la gran bondad de mis maestros. En ese sueño, en el que era clarísimo que yo iba a morir, se me indicaba también que debía encontrarme con dos lamas específicos. Estaba bien claro que si no me encontraba con esos dos lamas iba a morir con toda seguridad. Esto es totalmente cierto y no estoy inventando.

Voy a contar qué cambios hubo en mi experiencia después de tener ese sueño. No voy a contar otras cosas relacionadas con esta circunstancia, sino simplemente cómo cambié debido a ese sueño. Hasta ese momento yo no tenía una verdadera comprensión de lo que significa no vivir mucho tiempo más, de

lo que quiere decir morir. Como no me había puesto un chocolate en la boca, no conocía el gusto del chocolate. Antes de tener el sueño yo pensaba siempre a largo plazo. Creía, naturalmente, que iba a vivir hasta los sesenta y cinco o setenta años. Era común que me dijera: "En algún momento voy a hacer tal o cual cosa; no lo hago hoy pero lo haré mañana". También hacía planes de lo que haría el mes o el año siguiente. Pero eso se terminó cuando supe a través de ese sueño que iba a morir. Vi que eso que llamamos la vida de una persona es en realidad algo muy fútil, ya que no tiene nada de concreto.

A mí me seguían diciendo: "¿Puede venir el año que viene?", "Por favor venga a hacer tal o cual ceremonia o a dar tal o cual enseñanza". Y yo seguía contestando: "Sí, iré el año que viene y entonces haré tal o cual cosa". Pero, aunque decía esas palabras, dentro de mí me reía un poco, porque todo parecía un juego. Que yo pensara que viviría hasta el año siguiente y que los otros esperaran lo mismo no se sustentaba en nada concreto. Así son los fenómenos samsáricos. Todo lo que yo percibía en el mundo exterior dejó de atraerme; había perdido la fijación, el apego. No sentía apego por mi cuerpo, mi casa, mis posesiones. Por ejemplo, con respecto a mi casa era como si estuviera en un hotel. En un hotel, uno entra, pasa una noche y se va, y no tiene ningún apego particular por ese lugar porque no le pertenece y porque tampoco se va a quedar mucho tiempo en él. Es decir, mi casa no tenía nada de concreto. En general, una persona se apega a su casa; quiere mantenerla limpia y ordenada, embellecerla de alguna manera. Pero a mí se me había terminado todo eso ya que

no tenía esa fijación; no estaba aferrado a mi casa. Así es como se experimenta la renuncia.

No puedo decir que yo haya estudiado muchísimo, pero sí he dedicado mucho tiempo al estudio. Siempre estuve estudiando textos, pero en mi mente no tenía la experiencia real que surge al hacer la práctica. En ese momento me di cuenta de que, no importa cuánto supiera o hubiera estudiado, esa erudición no tenía realmente ninguna utilidad para la muerte. Sólo entonces lo comprendí. Aunque yo había hecho práctica de shine, no la hacía seriamente porque aun no había sentido esa urgencia. Digamos que ese shine no estaba integrado en mí ser. Es por eso que no debemos dejar las instrucciones de shine y otras prácticas que hemos estado estudiando en un nivel meramente informativo, sino que deben asimilarse en nuestra mente. Esta es mi experiencia personal.

Yo tenía dos maestros principales. Uno de ellos estaba por irse de Delhi, tenía un boleto de avión y estaba listo para partir. Yo iba a Delhi para encontrarlo pero no sabía exactamente que día partiría. Sin embargo, este Lama, mi maestro, aunque yo no le había avisado, él ya sabía que yo llegaría al día siguiente de su partida. Entonces postergó un día su partida para que nos pudiéramos encontrar. En ese momento tuve una fe muy grande en él y realmente recibí sus bendiciones. Simultáneamente recibí una carta de mi otro Lama, que estaba en otro país, a los ocho días de haber tenido el sueño,. En ella me decía que había ciertos obstáculos que estaban atentando contra mi vida y que él estaba

haciendo lo necesario para prevenirlos. También me indicó qué prácticas debía hacer yo. Todo eso lo supo por clarividencia, ya que yo no le había hecho ninguna consulta al respecto. Esto realmente ocurrió así: son experiencias personales que yo tuve y no meras historias que he inventado para contarles.

Yo planeaba consultarle al Lama que estaba en Delhi sobre los sueños que había tenido; pero antes de que empezara a hablarle, lo primero que me preguntó fue: "¿Tienes miedo de morir?" Se empezó a reír y dijo: "Eso no tiene nada de malo: en las enseñanzas budistas se enfatiza que uno tiene que generar en su mente el recuerdo de la impermanencia y la muerte. Como este recuerdo acaba de nacer en tu mente, no hay ningún problema". Continuó diciendo, "Si uno no practica el Dharma, ¿qué pasa cuando se muere?". Finalmente me dijo: "Ahora yo te voy a prolongar la vida y gracias a esto podrás seguir viviendo, pero nunca te olvides de la impermanencia y la muerte. En algún otro momento sin duda te va a ocurrir algo similar". Yo antes creía, tenía confianza en este maestro; pero después de este episodio, tuve muchísima más fe en él, en su percepción superior y sus bendiciones.

Además, después de ese episodio hubo un cambio muy grande en mi propia práctica. Nuestra vida humana es muy corta. Para que el Dharma sea beneficioso en el proceso de la muerte, debemos poner las enseñanzas en práctica ahora. Quizá se pregunten: "Si hiciéramos las prácticas del Dharma ¿de qué manera nos podrían beneficiar en el momento de la muerte?". Una persona que tiene una buena práctica, que ha llegado a la

realización, no siente ningún temor en el momento de la muerte, como es la costumbre. Cuando la gente muere tiene miedo. En cambio un practicante realizado no siente temor, sólo siente que cambia de cuerpo como si fuera a pasear. Nosotros conocemos personas que poseen práctica verdadera, porque en Tashi Jong murieron varias personas de ese nivel. Cuando llega el momento de la muerte una persona así puede mantener su práctica, permaneciendo en el estado natural de su mente durante, por ejemplo, tres días. Durante ese periodo su cuerpo se mantiene erguido y su corazón permanece con calor, aunque el resto del cuerpo ya está frío. Es decirque debido a su práctica la conciencia no se dispersa en ninguna otra cosa, permaneciendo en el estado meditativo.

También hay casos de personas que cuando llega la muerte se sientan, adoptan la postura de meditación y permanecen cinco, seis, siete días en esa posición. Ese es un signo de que estos practicantes han llegado realmente a tener un dominio total de su mente. Para alcanzar ese dominio mental es que uno hace práctica de meditación. Eso es necesario. Si uno hace práctica, no importa de quién se trate, seguramente esos signos de buena práctica surgirán en el momento de su muerte.

Por ejemplo, en las enseñanzas del vajrayana hay prácticas en las que se utilizan los sueños. En el momento de dormirse una persona común pierde prácticamente la conciencia y no reconoce lo que está sucediendo. Un practicante, al entrar en el estado de sueño, es consciente de cómo se disuelven las apariencias del estado de despierto y cómo surgen las del sueño. Durante

todo el periodo de sueño permanece consciente de que está soñando, percibiendo las apariencias del sueño del mismo modo que percibe los fenómenos cuando está despierto. Cuando una persona completa la práctica del sueño experimenta el proceso de muerte en forma similar. Durante el proceso de la muerte permanece consciente de ese proceso, de la misma manera que en el estado de sueño. En estas prácticas del sueño no es suficiente reconocer al sueño como tal; también hay otros dos aspectos: el de la transformación, que consiste en cambiar el sueño voluntariamente, y el de manifestarse mágicamente en distintas formas durante el sueño.

Esos son los tres aspectos de la práctica del sueño. No es algo que yo repita por haberlo leído en un texto. He hablado con muchos yoguis que tienen la experiencia de la práctica del sueño, y les he preguntado muy a fondo acerca de la misma.

Si hacemos la práctica sin duda vamos a tener los signos de haber adquirido el resultado de este sendero. Pero para que eso suceda hay que ingresar primero en el sendero de las prácticas comunes, especialmente la práctica del bodhicitta, que es imprescindible. Aparte de recalcar la necesidad de practicar el bodhicitta no voy a extenderme sobre este tópico, ya que la mayoría de ustedes lo conoce bastante. Ahora no voy a agregar nada más. Hoy sólo quise contarles mi propia experiencia, ya que pensé que les interesaría.

Comenzaremos con el período de preguntas. Les pido disculpas por no haber contado esta noche cosas muy asombrosas y nuevas.



**P:** *Yo quiero hacer una pregunta con respecto a la charla de ayer. Siento que las cinco familias coexisten en mí, sucesivamente, en distintos momentos. O sea que no puedo localizarme en una determinada familia.*

**R:** De las cinco familias que vimos ayer, la segunda es la indefinida. Los individuos de esta familia cambian de acuerdo a las circunstancias. Es probable que ésta sea su familia, ya que está lista a cambiar de una a la otra. Las demás familias están constituidas por personas que tienen características específicas.

**P:** *¿Hay personas que están en una familia exclusivamente?*

**R:** sí, hay gente que no cambia, que está en una familia y permanece ahí. Sin embargo, aunque su tipo sea el indefinido, quizás sea prematuro afirmarlo. Cuando usted escucha sobre las distintas familias le parece que tiene tal o cual característica. Pero es difícil confirmar en sólo una hora, o un día, que pertenece a determinada familia. Cuando encuentre un maestro hinayana o mahayana y reciba enseñanzas de uno u otro que concuerden con sus características, y sean las que más la benefician, reconocerá la familia a la que pertenece.

**P:** *Acerca de los Cuatro Apegos, quisiera contar una experiencia. Yo practiqué mucho el desapego. Entonces tuve la experiencia de retirarme de las relaciones, de las amistades, realmente sin ningún esfuerzo. Pero tenía problemas de parte de la gente, reproches: "¿qué te pasa?", "¿en qué estás?" Me pedían cuentas, por así decirlo. Mi pregunta es: ¿se puede vivir en el mundo, sin apego?*

**R:** Cuando hablamos de desapego no queremos decir que

debamos eliminar nuestras relaciones o nuestra vida social. Lo que se indica es desaferrarse, cortar la fijación de que las cosas son reales y permanentes. Es una actitud, una cualidad mental: no adherirse a las cosas como si fueran concretas y permanentes. De esa fijación hay que liberarse.

**P:** *Así como uno está condicionado a ser hijo de determinados padres, ¿también es karma el ser padre de determinados hijos?*

**R:** sí, también es karma. Como dijimos antes los budistas le echamos toda la culpa al karma. Pero si bien en este mundo todo está creado por el karma, las circunstancias secundarias condicionan la maduración del mismo y en ellas hay posibilidad de cambio.

**P:** *¿Cuando hay una concepción doble, por ejemplo cuando se trata de mellizos, hay dos conciencias con el mismo karma?*

**R:** si bien son dos conciencias no hay ningún conflicto con toda la teoría. Son dos conciencias que comparten, al mismo tiempo, las condiciones kármicas para esa concepción.

**P:** *en las formas de desapego, cuando hablaban del renunciamiento y de no hacer el bien, yo tengo la sensación de que podrían casi subsumirse en una misma forma que sería el egoísmo. ¿O hay una total diferencia entre esas dos formas de apego?*

**R:** hay una diferencia. El segundo apego es el que habla de la renuncia y se refiere a los shravakas o pratyekabudas. Estas personas tienen renuncia porque ya no están atraídas por la

experiencia mundana y buscan la liberación a un nivel personal. En el tercero, los bodhisattvas también tienen renuncia, pero buscan la liberación para poder beneficiar a todos los seres. Es un paso más. Por ejemplo, imaginemos a tres personas que tienen que cruzar un río para llegar a la otra orilla. Dos de ellas simplemente se preocupan por tomar el bote, cruzar y ponerse a salvo. En cambio, el tercero dice: "no es posible que yo cruce y me salve sin ayudar a los que quedan", y se queda tratando de ayudar a los demás.

**P:** *En el Dharma se dice que el samsara no tiene fin. Cuando un ser tiene la intención de lograr la iluminación para ayudar a todos los seres, eso resulta muy frustrante y provoca angustia ¿no es verdad? ¿Cómo se puede resolver?*

**R:** la intención de un practicante es la de liberar, la de ayudar a establecer a todos los seres en el nivel de buda. Sin embargo que uno pueda llevar a cabo esa intención es algo distinto. Al tener esa intención, ese compromiso bien claro y estable, no hay frustración, porque no poder lograrlo se debe a otras causas. Por ejemplo, si yo quiero ayudarlos a todos ustedes, aunque lo tenga bien claro y esté decidido a hacerlo, que realmente lo pueda lograr es otra cosa. Quizás pueda ayudar a alguno, pero es probable que no pueda hacerlo con otro. De todos modos, mi intención es ayudarlos a todos. Por ejemplo, si yo tengo diez australes y quiero darle un austral a cada uno, una vez que llegue al décimo se me habrán terminado.

**P:** *¿O es que al darse cuenta de que el sufrimiento también es una ilusión ya no se preocupa más por eso?*

**R:** él no está preocupado por su propio sufrimiento. Ve su propio sufrimiento como una ilusión, pero su preocupación es que los demás no lo ven como una ilusión y sufren.

**P:** *en el caso de la invasión violenta de una cultura por otra, o esas cosas que pasan en las que está claro el abuso de poder sobre alguien que está más indefenso, ¿existe algún sentimiento, o algún punto de vista superior, con el cual superar la indignación normal frente a una cosa así?*

**R:** un bodhisattva que ve esa injusticia, la acción de alguien con poder sobre alguien indefenso, ve que uno está sufriendo porque el otro causa ese sufrimiento. Pero un verdadero bodhisattva no dice: "este es malo, aquel es bueno; este es mi amigo y el otro mi enemigo". No hace ese tipo de discriminación que es habitual en los demás seres. Si realmente pensara: "este es un salvaje y este otro no", entonces no sería un verdadero bodhisattva.

**P:** *Si estuviera en sus manos evitarlo ¿lo haría?*

**R:** sí, si puede evitarlo esa es su práctica: evitar el sufrimiento. Pero si no puede evitarlo... Hay una instancia en la vida de Buda Shakyamuni que podemos dar como ejemplo. Él tenía un primo, Devadatta, que estaba siempre en su contra. Devadatta trataba constantemente de matarlo, o de crearle problemas. Estaba lleno de envidia y sus intenciones siempre eran negativas. Una vez Devadatta se enfermó mucho y no había forma de curarlo. Buda supo que su primo estaba muy enfermo, y decidió ir a visitarlo para ver si lo podía curar. Un discípulo le dijo: "Cómo ¿va a ir a ver a su primo que es su enemigo y que siempre está tratando de

hacerle daño?" Buda le contestó: "Yo tengo el mismo amor por mi hijo Rahula que por Devadatta, que siempre está tratando de dañarme. Voy a ir igual para ver qué puedo hacer". Acompañado por su discípulo fue a ver a Devadatta y repitió: "Tengo el mismo amor por Rahula, mi propio hijo, que por ti, Devadatta. Si esto que estoy diciendo es cierto, que se cumpla mi anhelo de que te cures". Devadatta se curó en ese instante y Buda le preguntó a su discípulo: "¿Era cierto o no era cierto que mi amor por ambos era igual?"

Ser realmente un bodhisattva es algo muy difícil. Mao Tse Tung fue el promotor de toda la ocupación china del Tíbet y fue responsable de muchos sufrimientos y destrucción. Cuando Mao Tse Tung murió la mayoría de los tibetanos se pusieron contentos, hicieron picnic y celebraron de diferentes maneras. Pero muchos lamas, a través de su compasión, realmente sintieron un gran pesar por él, ya que era un ser que había cargado con tanto karma negativo. Y como si hubiera sido la muerte de su propio padre o madre, hicieron todas las ceremonias funerarias para su beneficio. Realmente muchos lamas obraron así. No es un cuento, sucedió de esa manera. Tampoco lo hicieron como un show, sino que sus sentimientos eran totalmente genuinos.

***P:** Me resulta difícil comprender que, por ejemplo, el amor de una pareja no sea apego, a pesar de que en ese caso con nuestra sola elección estamos privilegiando a un ser determinado. Tenemos más ganas de estar con ese ser que con otros. ¿Esto es así, o en un grado más avanzado nuestros sentimientos y nuestro comportamiento hacia esa persona cambiarían?*

**R:** el amor y la compasión que usted describió, el amor que existe en una pareja, el que se siente por los padres o por los hijos, son formas de amor y compasión que surgen del apego, surgen de la pasión, del deseo. Pero ese no es el amor que siente un bodhisattva. El bodhisattva no tiene preferencias, no quiere a uno más que a otro. Su sentimiento se extiende por igual a todos los seres. Su calidez no está condicionada por el deseo, es ilimitada. Cuando amamos a nuestro padre y a nuestra madre, ese amor no se extiende de la misma manera a otros seres, es decir que hay fronteras que lo limitan. Esas son las características del amor que surge del apego.

**P:** *sí, yo sé que es apego. Pero estoy preguntando cómo cambiarlo, porque nosotros estamos inmersos en eso. Si yo quiero luchar contra el apego cómo hago para elegir con quién tener un hijo, ¿lo tengo con cualquiera?*

**R:** el amor del que estamos hablando no está restringido a una persona, pareja, padre, madre, gente que conocemos. Por ejemplo, imaginemos que estamos caminando por la calle y vemos a alguien que no conocemos que está sufriendo. Si nos surge naturalmente un sentimiento de amor, aunque no sea muy grande, ese amor es el amor del bodhisattva. En nuestro caso, en cambio, lo que experimentamos generalmente es lo que usted describió. Ese tipo de amor corresponde al deseo, no ayuda a liberarnos del samsara; solo hace que continuemos deambulando en él.

La forma de trabajar con eso es cultivar una ecuanimidad que equipare a uno mismo con los otros: lo que uno desea es en realidad lo mismo que desean los demás, y viceversa. El amor del

bodhisattva toma como objeto el sufrimiento, no el placer. El amor que mencionó tiene como objeto el placer.

En general es muy difícil para nosotros llegar a experimentar el desapego, y todas estas enseñanzas, porque somos seres samsáricos. Cuando hablamos de la liberación del apego, de lo que tenemos que liberarnos principalmente es del apego o la fijación en lo concreto, en lo sustancial, en que las cosas son reales. No sólo debemos romper el apego con nuestra pareja, padre, madre o lo que fuera, sino también con todos los elementos del mundo fenoménico, y fundamentalmente con la sustancialidad. Por ejemplo, cuando uno sueña que hace el amor, tiene la experiencia sexual de hacer el amor, pero al despertar se da cuenta de que era simplemente un sueño. No había dos personas haciendo el amor, las cosas no eran reales.

Cuando tenemos la realización de que todas las cosas son como un sueño, constantemente experimentamos todo de esa manera. No obstante, tener esa realización y familiarizarnos con esa percepción no es algo fácil. Tenemos que practicar para llegar a eso. Decirnos simplemente que todo es como un sueño, y quedarnos en eso, no nos va a beneficiar. Sólo nos beneficiaremos cuando a través de la práctica de meditación lleguemos a ver que todo tiene la realidad de un sueño, no como un símbolo exterior sino como una verdadera realización. Simplemente dejarlo en un concepto no nos va a ayudar mucho.

**P:** *En otra ocasión hemos escuchado que la invasión del Tíbet estuvo provocada por el karma colectivo del pueblo tibetano. Yo quisiera preguntar si la invasión se debió a una falla de la población o era una cuestión etérea.*

**T:** ocurrió por el karma colectivo de los seres de ese pueblo.

**P:** *eso no lo entendí.*

**R:** el karma colectivo se experimenta colectivamente. La experiencia de ese karma es colectiva. Como explicamos antes, los seres humanos tenemos un karma colectivo de seres humanos. Hay similitudes en la experiencia de los distintos aspectos. Todos tenemos pulmones. Si el pulmón de una persona contrae tal enfermedad se le aplica tal medicina y se cura. Si otra persona tiene los mismos síntomas se le aplica el mismo remedio y se cura. Si esto se aplica a los pueblos tiene consecuencias similares porque también hay un karma colectivo...

**P:** *quiero preguntar, porque me interesa mucho el aspecto histórico, en relación a la mentalidad del pueblo tibetano, cómo es que este karma colectivo ha provocado la invasión de terceros que lo han asumido. No entiendo por qué el karma colectivo provocó la invasión.*

**R:** dentro de todo el funcionamiento del karma no hace falta que haya conocimiento previo entre las partes. Si yo me muero ahora mi conciencia renace con otros padres. Aunque no los he conocido en esta vida, a través del karma renazco con esos dos padres. En este momento no tengo un conocimiento previo de esos padres. Por ejemplo, ahora el karma colectivo de todos nosotros es el de juntarnos. Yo vine desde muy lejos, desde la India. Hay un karma común que estamos compartiendo. Debido a este karma



colectivo es que estamos reunidos y este karma colectivo se está cumpliendo. El organizador de todo esto es Gerardo. Él me trajo de la India y los reunió a todos ustedes aquí. El organizador de todo es lo que se denominaría karma. Karma es el que organiza entre distintas partes.

**P:** *Mister Karma.*

**P:** *Eso se da en todas las situaciones políticas, igual, en todos los países, cualquier invasión, cualquier guerra...*

**R:** no solamente en este mundo las cosas se deben al karma. En el budismo decimos que hay tantos seres como infinito es el espacio. Es decir que no sólo todas las guerras de este mundo se deben al karma. Un ser, debido a su karma, puede renacer en este mundo o en otras esferas del universo. Es decir que uno puede renacer no sólo en este mundo donde generó determinado karma. Debido a ese karma, uno puede renacer en cualquier sistema del universo.

**P:** *tengo una pregunta personal para el Lama. El dijo que la cercanía de la muerte y la meditación en la impermanencia le habían hecho la vida mucho más útil, mucho más activa, mucho más directa, como si se le hubiera alargado el tiempo. ¿Eso le creó algún apego después? Apego a tener la muerte ahí y saber que es útil.*

**R:** en realidad, todo lo que les he contado –mi experiencia antes de este pensamiento sobre la muerte, los sueños que tuve después, cómo influyeron en mi práctica y demás– no es algo que pueda mostrarles a todos. No tengo una balanza para mostrarles materialmente cómo era antes y cómo era después. La experiencia que conté es lo que sucedió a partir de que realmente me di cuenta

de que me iba a morir. No es que permanecía siempre con el pensamiento de la impermanencia y la muerte. No siempre está en mí con la misma intensidad que cuando recién lo experimenté. Cuando me encontré con mi maestro, y él dijo que me iba a otorgar mi vida, que me iba a liberar de esa muerte, no puedo decir que ese pensamiento se mantuvo con la misma intensidad. Él me dio la seguridad de que yo iba a seguir viviendo y se produjo un cierto relajamiento, distinto del momento anterior en el que tenía la seguridad de que iba a morir. De cualquier manera para mi práctica fue decisivo y muy positivo. Hasta hoy, no hay un solo día en que yo deje de hacer las cosas que he prometido hacer con respecto a mi práctica. Las llevo a cabo con constancia, sin cambios, sin perder un solo día, sin romper un solo día mis compromisos. Esos son los efectos que surgieron a partir de esa experiencia.

Es la diferencia entre tomar agua antes de tener sed y después de tener sed. Si tomamos agua sin mucha sed no tenemos un sabor de lo que realmente quiere decir la sed. Cuando tomamos agua porque tenemos sed conocemos el poder que tiene el agua para saciar la sed, porque hemos tenido la experiencia de la sed. De la misma manera, cuando practicaba el Dharma sin tener la experiencia de lo que significa la impermanencia y la muerte mi práctica era un tanto superficial. Después de haber tenido esa experiencia el Dharma comenzó a probarme lo que realmente significa impermanencia y muerte. Eso es lo que yo experimenté. No puedo hablar por todos; estoy relatando mi experiencia personal.

**P:** *si conduciendo un auto, por ejemplo, yo atropello a algunas personas accidentalmente, ¿Quién acumula el karma negativo? ¿Cómo se considera la noción de accidente, de hacer daño accidentalmente, dentro de la ley de karma? Me refiero a un caso de accidente total, en el que no hubo voluntad o falta de responsabilidad.*

**R:** las víctimas murieron porque tenían el karma de morir. Tenían que morir en esa circunstancia y murieron como resultado de su karma. En cuanto al conductor del auto, hay una cierta diferencia si mata accidentalmente o cumpliendo los cuatro estadios que comprenden toda la gama de una acción: el objeto, la intención, la acción propiamente dicha, y finalmente el resultado. Cuando uno cumple con los cuatro estadios de la acción de matar, la fuerza de su acción es completa. Pero cuando uno mata por accidente, faltan algunos de esos elementos. Entonces la intensidad y la maduración del karma son distintas.

En los votos de un monje, por ejemplo, en cuanto a su comportamiento moral se indica que estos cuatro estadios de una acción hacen que la acción sea completa, y dan como resultado la maduración total del karma. Por ejemplo, si yo tengo en mente una persona específica, deseo matarla porque tengo una motivación para hacerlo, la mato intencionalmente y la persona muere, los cuatro estadios están completos. Es distinto si yo agarro una piedra, la tiro por la ventana, justo pasa una persona, la piedra le cae en la cabeza y la mata. La diferencia es que en este segundo caso no hubo intención. Aunque el karma también madura, lo hace con menor intensidad.

**P:** *y en el caso ya no del daño físico sino de una acción que pueda*

*dañar emocionalmente, sin perjudicar físicamente. Por ejemplo, el caso de una pareja que se separa. Uno de los dos está convencido de que debe romper la relación. El otro no, y queda sufriendo. ¿Qué sucede en ese caso?*

**R:** no se trata del cuerpo o de la mente. Lo que importa es el sufrimiento en el otro ser. Hay sufrimientos físicos y sufrimientos mentales. Cuando se habla de no dañar a los demás, se habla de no dañarlos sea de una forma física o mental. En realidad los daños mentales son más graves que los daños físicos.

**P:** *claro, pero yo me refería a esto: si uno no daña intencionalmente. Siguiendo con el mismo ejemplo, si para no dañar al otro yo permanezco en una situación que no deseo o que no me está haciendo bien, me estoy dañando a mí misma y estoy dañando toda la relación. Hay una actitud de compromiso en la que de alguna manera uno tiene que elegir.*

**R:** para decirlo sintéticamente: en tanto uno cause sufrimiento a otra persona, en esa misma medida experimenta sufrimiento como fruto de ese karma, de esa acción.

**P:** *suponiendo que yo estoy limpiando esa ventana y sin darme cuenta se cae una maceta y mato a alguien, pero yo no me entero de que esa acción ha producido una muerte. ¿Qué pasa en ese caso con el karma?*

**T:** Rinpoche ya lo explicó; me parece que es el mismo caso...

**P:** *no. si yo no supiera que eso ha pasado. No me refiero a la intención.*

**R:** el organizador de todo eso es el karma, es decir, esa persona tenía que morir, se encontró en determinada situación y se murió. Pero se ha muerto debido a la circunstancia que usted creó. Aunque no supiera que murió, aunque no tuvo ninguna intención, fue por

causa suya que cayó la maceta. Entonces usted experimenta una cierta cantidad de maduración de ese karma también.

**P:** *¿Pero dónde queda la huella si yo no me enteré?*

**R:** no es una cuestión de que se entere o no se entere. En el continuo de su mente, a través de su acción alguien murió y usted fue el agente. No se trata de saber o no saber. Si algo se refleja en un espejo no es importante que el espejo sepa o no sepa lo que se está reflejando en él. Las huellas permanecen igual.

**P:** *¿Cuál es la relación entre karma y voluntad personal? ¿Es el karma como una especie de predestinación?*

**R:** no hay una total determinación. La ley de karma funciona en base a dos factores que tienen que estar presentes. Uno es el karma, la acción que se ha hecho, y es la causa primaria que madurará en un fruto. El otro son los agentes condicionantes, las causas secundarias. El karma primario se debe experimentar, pero para ello tiene que madurar con la colaboración de las causas condicionantes. Es en la formación de las causas condicionantes donde hay un elemento de libertad. Por ejemplo, la elección de un maestro, recibir o practicar enseñanzas, actuar de una forma u otra, son causas condicionantes para que una causa primaria madure o no. Uno tiene la elección de cómo configurar las circunstancias para que las causas maduren o no.

**P:** *si la ignorancia es la causa del sufrimiento es casi imposible que no suframos y que no nos hagan sufrir.*

**T:** sí.

**R:** sobre la base de la ignorancia surgen las emociones negativas, se crea karma negativo y ese karma negativo es el que resulta en sufrimiento. En tanto exista la ignorancia no nos liberamos del sufrimiento. Para llegar a la totalidad de la liberación del sufrimiento, eliminamos la ignorancia. Aunque haya sufrimiento, éste puede ser de mayor o menor intensidad.

**P:** *Gracias por ayudarnos a cruzar el río.*

# GLOSARIO

**Abhidharma:** tib. *chos-mngon-pa*, colección de enseñanzas de Buda relacionadas con el conocimiento de la naturaleza de la existencia.

**acumulaciones, dos:** (tib. *tsbogs-gñis*). Mérito y sabiduría. El conjunto de méritos es el conjunto de acciones positivas conceptuales. El de sabiduría corresponde a lo no conceptual: la vacuidad.

**alaya:** tib. *kun-gzhi*, base de todo. Cuando se utiliza este término en el contexto de las ocho conciencias es equivalente a alayavijñana. Fuera de este contexto puede significar la condición natural de la mente de la cual surgen el samsara y el nirvana.

**alayajñana:** tib. *kun-gzhi-ye-shes*, sabiduría fundamental. Es el aspecto de claridad de la esencia del alayavijñana.

**alayavijñana:** tib. *kun-gzhi-rnam-shes*. Conciencia fundamental.

**arhat:** tib. *dgra-bcom-pa*, vencedor del enemigo. El fruto del sendero del hinayana. Liberado del samsara, el arhat permanece en el estado de quietud del nirvana hasta que renace nuevamente, y luego de practicar el mahayana alcanza finalmente la total budidad.

**asura:** tib. *lha-ma-yin*, no dios. Uno de los seis tipos de seres samsáricos. Son semidioses, atormentados por los celos y la envidia.

**bodhisattva:** tib. *byang-chub-sems-dpa*. La persona que motivada por amor y compasión hacia todos los seres está comprometida en la práctica de las seis paramitas del mahayana. Su intención es llevar a todos los seres al estado de buda.

**buda:** tib. *sangs-rgyas*. Alguien que ha despertado del sueño de la ignorancia (sangs) y cuya cognición alcanza todo lo cognoscible (rgyas). También se refiere al estado de budidad.

**Buda Shakyamuni:** (tib. *sangs-rgyas-shakya-thub-pa*. El Buda histórico que enseñó el Dharma en la India hace más de 2560 años. También se lo conoce como Buda Gautama.

**cinco sabidurías:** tib. *ye-shes-lnga*. Son los cinco aspectos de sabiduría que manifiesta un buda: sabiduría del dharmadhatu (tib. *chos-kyi-dbyings-kyi-ye-shes*), sabiduría especular (tib. *me-long-lta-bu'i-ye-shes*), sabiduría de la ecuanimidad (tib. *mñam-ñid-kyi-ye-shes*), sabiduría discernidora (tib. *so-sor-rtog-pa'i-ye-shes*), y sabiduría de la actividad que todo lo logra (tib. *bya-ba-drub-pa'i-ye-shes*).

**conceptualización:** (tib. *rnam-par-tog-pa*). La actividad de la mente conceptual, o intelecto, que juzga y categoriza toda



la percepción. Mediante la conceptualización los fenómenos aparecen como reales y concretos.

**condición natural:** (tib. *gnas-lugs*). Se aplica tanto a la mente como al mundo fenoménico. Es la mente tal cual es o los fenómenos tal cual son.

**cuatro extremos:** (tib. *mtha-'bzhi*). Extremos de existencia, no existencia, existencia y no existencia, ni existencia ni no existencia.

**Cuatro Nobles Verdades:** (tib. *'phag-spa'i-bden-pa-bzhi*). El primer giro de la rueda del Dharma. Buda Shakyamuni impartió estas enseñanzas en Sarnath a sus cinco antiguos compañeros de prácticas ascéticas. Estas verdades son las del sufrimiento, del origen del sufrimiento, de la cesación del sufrimiento y del sendero que lleva a la cesación.

**devas:** (tib. *lha*), dioses. Uno de los seis tipos de seres samsáricos. Ocupan las esferas más altas del samsara y son básicamente de tres clases: dioses de la esfera del deseo (*'dodkham-skyi-lha*), dioses de la esfera de la forma (*gzugs-kham-skyi-lha*) y dioses de la esfera de la no forma (*gzugs-sedkham-skyilha*).

**dharmas:** (tib. *chos*). Generalmente se refiere al sendero o a la enseñanza budista. También significa verdad, lo cognoscible, y otras seis acepciones.

**dharmadhatu:** (tib. *chos-kyi-dbying*), espacio, dimensión del dharma. El espacio que todo lo penetra, sin cambio ni origen, en el cual todos los fenómenos surgen, permanecen y cesan.

**dharmakaya:** ver trikaya.

**dharmata:** (tib. *chos-ñid, dharmaidad*). La realidad absoluta; la esencia pura de toda la realidad.

**dos omnisciencias:** (tib. *jilta-bum-khyen-pa'i-ye-shes*, la sabiduría que conoce las cosas tal cual son y *ji-sñad-pa'i-mkhyen-pa'i-ye-shes*, la sabiduría que conoce todo lo que hay). Los dos aspectos de omnisciencia de un buda. Por la primera conoce las cosas tal cual son, por su esencia. Por la segunda, conoce todos los fenómenos. En relación con las cinco sabidurías de buda, la primera omnisciencia corresponde a la sabiduría del dharmadhatu, y la segunda incluye a las cuatro restantes.

**dos velos:** (tib. *sgrib-pa-gnis*). Los velos que cubren la mente natural y nos mantienen en el samsara. Son: el velo de las emociones negativas (*ñon-mongs-pa'i-sgrib-pa*) y el de lo cognoscible (*shes-bya'i-sgrib-pa*) también traducido como las creencias primitivas sobre la realidad. El primero corresponde al ego del individuo y el segundo al ego del mundo fenoménico.

**dzogchen:** (sáns. *mahasandhi, maha ati*; tib. *rdzogs-pachen-po*), la gran perfección. La enseñanza principal del linaje Ningmapa,

también practicada por las otras tradiciones tibetanas.

**elementos:** (tib. *'byung-ba, kham*s). Tierra (*sa*), agua (*chu*), fuego (*me*), aire (*rlung*) y espacio (*nam-mkha*).

**esfera de la forma:** ver deva. Constituido por dioses absorotos en alguno de los cuatro grados de concentración (*dhyana*).

**esfera de la no-forma:** ver deva. Constituido por dioses absorotos en alguno de los cuatro estados meditativos sin forma, considerados la cúspide del samsara.

**esfera del deseo:** a esta esfera del samsara pertenecen cierto tipo de dioses y los otros cinco tipos de seres: asuras, humanos, animales, pretas y seres infernales.

**esferas sensoriales, seis:** (tib. *skye-mched-drug*). Están integradas por los órganos sensoriales.

**fijación egoica:** (tib. *bdag-'dzin*). Es de dos tipos: la fijación de tomar a la continuidad de la propia conciencia y al mundo fenoménico, en esencia vacíos de existencia intrínseca, como entidades que existen en forma real e independiente.

**base, sendero y resultado:** (tib. *gzhi, lam, 'drasbu*). Una manera tradicional de presentar la evolución espiritual del practicante partiendo de la base, su condición fundamental; el sendero que debe recorrer para descubrir la base; y el fruto o resultado de ese sendero que no es más que “hacer real o evidente” la base.

**Gampopa:** (tib. *sgam-po-pa*). 1079-1153. También conocido como Dakpo Lhaje (*dwagspolharje*, Doctor Dakpo), Gampopa fue el heredero espiritual de la transmisión del linaje del gran lama Milarepa.

**hinayana:** (tib. *thegpadmanpa*), vehículo menor, Está integrado por dos tipos de practicantes: shravakas y pratyekabudas.

**Kagyü:** (tib. *bka-'bryud*). Una de las cuatro tradiciones de budismo en el Tíbet correspondiente a las enseñanzas que introdujo Marpa desde la India. Se consolidó como linaje a partir de Gampopa.

**karma:** (tib. *las*), acción. La ley del karma de acción y resultado existe en el ámbito de la fijación egoica, o la creencia en la existencia real y concreta de un yo o ego. Karma también se refiere al resultado de la acción. El karma es responsable por el tipo de renacimiento que un ser obtiene después de la muerte, y también por sus condiciones de vida. Básicamente el karma es de tres tipos: a) positivo: resulta en renacimiento en las esferas de seres humanos y dioses, y en la experiencia de felicidad; b) negativo: resulta en renacimiento en los reinos de animales, pretas y seres infernales, y en la experiencia de sufrimiento; y c) inmóvil: generado durante las absorciones meditativas que resultan en renacimiento como un deva del reino de la forma.

**klesha:** (tib. *nyon-mongs*), aflicciones. Las formas mentales que surgen de la fijación egoica. También se las denomina venenos ya que son causantes de nuestra permanencia en el samsara. Buda dice que hay 84.000 kleshas. Todas ellas se pueden agrupar en los tresvenenos (*dug-gsum*): pasión (*dod-chags*), agresión (*zhes-dang*) e ignorancia u opacidad mental (*gti-mug*). A menudo, se incluyen orgullo (*nga-rgyal*) y celos (*phrag-dog*) en cuyo caso se habla de los cinco venenos (*dug-lnga*). El karma motivado por estos venenos da como resultado renacimiento en uno de los seis reinos de existencia samsárica.

**lama:** (tib. *bla-ma*). Maestro espiritual, equivalente a la palabra sánscrita guru.

**lhaktong:** (tib. *lhag-mthong*; sánscr. vipasyana), visión superior. Estadio de práctica en el que una vez calmada la mente mediante shine, se comienza a tener conocimiento de la naturaleza verdadera de la mente y del mundo fenoménico.

**Los Cuatro Dharmas de Gampopa:** (tib. *dwags-po'i-chos-bzhi*). Estos cuatro tópicos compuestos por Gampopa sintetizan toda la enseñanza de Buda. Son: la mente se vuelve hacia el Dharma, el Dharma se convierte en el sendero, el sendero despeja la confusión, y la confusión surge como sabiduría.

**luz clara:** (tib. *od-gsal*). La claridad fundamental de la mente. Claridad no se debe entender como “luz”, sino más bien como cognición.

**madhyamika:** (tib. *dbu-ma*), el del medio. La escuela del mahayana del camino medio fundada por Nagarjuna que enfatiza la doctrina del sunyata.

**mahamudra:** (tib. *phyag-rgya-chenpo*, pron. chaguiachenpo), el gran sello, símbolo. La enseñanza principal del linaje Kagyupa, transmitida por Buda Vajradhara a Tilopa y sucesivamente a los gurus del linaje. De acuerdo al Cakrasamvara Tantra: “Esto es chaguiachenpo: chag es la sabiduría de la vacuidad, guia es la liberación del samsara, y chenpo es la unión indivisible de estos dos”.

**mahasandhi, maha ati:** (tib. *rdzogs-pa-chenpo*), la gran perfección. Ver dzogchen.

**mahayana:** (tib. *theg-pa-chenpo*), vehículo mayor. El sendero correspondiente al bodhisattva. Enfatiza el amor y la compasión hacia todos los seres y presenta una visión completa de la vacuidad.

**mantra:** (tib. *sngags*). Literalmente mantra es aquello que protege (*traya*) la mente (*mana*). Mantras son siempre palabras o sílabas sánscritas que constituyen un método para transformar energías a través del sonido. Los mantras pueden tener significado comprensible conceptualmente, o no.

**mente ordinaria:** (tib. *tha-mal-kyi-shes-pa*). En enseñanzas tántricas se utiliza frecuentemente este término para referirse a la mente natural, libre de toda modificación.

**Milarepa:** (tib. *mi-la-ras-pa*), 1040-1123. Fue un gran maestro, discípulo de Marpa, que alcanzó el estado de buda en una sola vida a través de las enseñanzas tántricas, y enseñó por medio de cantos espontáneos.

**modificación:** (tib. *bcos-pa*). Significa hacer alteraciones o correcciones en la mente en vez de dejar que descansa en su condición natural. También se entiende como fabricación, fabricar la mente en vez de que la mente sea natural.

**mundo condicionado:** (tib. *chos-can*). Es el mundo fenoménico, el aspecto de manifestación del dharmata.

**nadi:** (sánscr.; tib. *rtsa*), nervio, canal. En el sendero del método (*thab-lam*) las prácticas se basan en sincronizar cuerpo, energía y mente. El prana se asemeja al caballo, la mente al jinete, y los nadi al camino. En la mente dualista el prana circula por los nadi de la derecha (*ro-ma*) y de la izquierda (*rkyang-ma*), formándose así las concepciones de sujeto y objeto y la actividad kármica. Al lograr las condiciones apropiadas de sincronización el prana entra en el nadi central (*dbu-ma*), y se convierte en el prana de sabiduría, con lo cual la mente reconoce su propia esencia.

**nidana:** cada factor de la cadena de interdependencia.

**nirmanakaya:** ver trikaya.

**nirvana:** (tib. *mya-ngan-las-'das-pa*), trascendencia del sufrimiento. Es el estado de paz, la ausencia de conflicto, la liberación. El nirvana de un arhat, llamado también paz (*zhiba*), es considerado por el mahayana como un descanso, no la total liberación. El nirvana de un buda se denomina “nirvana sin afincamiento” (*mig-nas-pa'i-mya-ngan-las-'das-pa*), que significa que un buda no se instala ni en el samsara ni en el nirvana de quietud del arhat.

**ocho limitaciones:** (tib. *spros-pa'i-mtha'-brgyad*). Son limitaciones adicionales a los cuatro extremos en los que cae la mente conceptual. Son: nacimiento, cesación, nulidad, eternidad, ida, venida, singularidad, pluralidad.

**paramita:** (tib. *pha-rol-tu-phyin-pa*), haber llegado al otro lado. Las seis perfecciones o acciones trascendentes que forman la base del sendero del bodhisattva. Son: generosidad (*sbyin-pa*), disciplina (*tsul-'khrims*), paciencia (*bzod-pa*), perseverancia (*btson'drus*), concentración (*bsam-brtan*) y conocimiento (*shes-rab*). Luego de haber perfeccionado estas seis, se completa el sendero con las otras cuatro: método (*thabs*), fuerza (*stobs*), aspiración (*smonlam*) y sabiduría (*yeshes*).

**prajña:** (tib. *shes-rab*) conocimiento. Es conocimiento discernidor, tanto mundano como espiritual. El mundano es el conocimiento científico, artístico, comercial, etc. El espiritual tiene dos niveles: el inferior es el conocimiento de que todo lo conocible es impermanente, sufrimiento, y carente de ego. El superior es el que ve el sunyata, la naturaleza vacua de la realidad.



**prajñāparamita:** (tib. *shes-rab-kyi-pha-rol-tu-phyin-pa*), perfección del conocimiento. La sexta paramita. Prajñāparamita es el conocimiento de que la esencia de la realidad es vacua, sin originación y sin base. Sin el prajñāparamita las otras cinco paramitas son como ciegos que no pueden llegar a destino –la liberación–.

**prana:** (tib. *rlung*), aire, energía. Ver nadi.

**pratyekabuda:** (tib. *rang-sangs-rgyas*), buda solitario. Uno de los dos tipos de practicantes del hinayana. Son personas que permanecen en soledad, y alcanzan el estado de arhat mediante una comprensión directa e inversa de los doce nidanas.

**preta:** (tib. *yi-dwags*), espíritu hambriento. Uno de los seis tipos de seres samsáricos. Debido a su karma está constantemente atormentado por hambre y sed. La causa para renacer en este reino es la avaricia.

**realización:** (tib. *rtogs-pa*). Este término indica la comprensión directa e inmediata a diferencia de la mera comprensión intelectual (*go-ba*) o la experiencia temporaria (*ñams*). Este término se usa en el sentido de hacer real o evidente algo que estaba velado. La realización, entonces, significa ver, comprender, vivenciar, la condición fundamental de nuestro ser en forma directa y no conceptual.

**reconocer:** (tib. *ngo-shes-pa*), conocer la cara o la esencia. Según el nivel de realización del practicante, puede significar simplemente

reconocer algo o reconocer la esencia de algo. En otras palabras, se puede reconocer un pensamiento por lo que es, en vez de perderse en él como si fuera algo más que un simple pensamiento; o se puede reconocer la esencia vacua del pensamiento. Reconocer la condición natural de la mente es conocer la mente tal cual es, esencialmente.

**refugio:** (tib. *skyabs-'gro*). La aceptación de las llamadas Tres Joyas: Buda, Dharma y Sangha. Se acepta que Buda es el maestro, el Dharma el sendero y el Sangha la comunidad de practicantes que nos ayudan a transitar ese sendero. La toma de refugio es la ceremonia mediante la cual una persona se convierte en budista.

**rigpa:** el término rigpa tiene muchos significados ya que incluye en sí mismo distintos niveles de función. Puede ser dualista, manifestándose como la presencia mental en el nivel de shine. En su nivel más elevado rigpa es buda, la conciencia que conoce las cosas tal cual son.

**rinpoche:** (tib. *rin-po-che*), valioso, precioso. Un nombre honorífico con el que se menciona a un lama reencarnado voluntariamente para continuar su obra altruista de guiar a los seres a la liberación. También es un término respetuoso para un lama reconocido por su realización de práctica o gran erudición, aunque el lama haya logrado esas cualidades en esta misma vida.

**sabiduría de la conciencia pura:** (tib. *rig-pa'i-ye-shes*). Conciencia pura y sabiduría son idénticas. Quizás sería más apropiado decir sabiduría conciencia pura.

**sambhogakaya:** Ver trikaya.

**samsara:** (tib. *'khor-ba*), dar vueltas. La experiencia condicionada que surge de la fijación egoica. Se manifiesta en seis formas de existencia: devas, asuras, humanos, animales, pretas y seres infernales.

**sangha:** (tib. *dge-'dun*), abocado a la virtud. La comunidad de practicantes del budismo. Puede ser de dos tipos: el sangha de seres comunes (*so-so-skye-bo'i-dge-'dun*) y el de los seres sublimes (*phags-pa'i-dge-'dun*) integrado por personas que tienen realización.

**sem:** (tib. *sems*). La traducción general de este término es “mente”. Sem es otro término para el alayavijñana, y es dualista. Semñi (*sems-ñid*) es equivalente a la esencia de la mente, su condición natural libre de dualismo.

**shine:** (tib. *zhi-gnas*) permanencia en calma; sánscr. shamatha). Estadio de práctica en el que se busca lograr la calma mental. Puede llevarse a cabo utilizando apoyos donde la mente se fija, o sin apoyo. El shine es dualista y por sí mismo no lleva a la liberación.

**shravaka:** (tib. *nyan-thos*), oyente. Inicialmente un discípulo que escuchó a Buda Shakyamuni directamente. Practicante del hinayana que basa su sendero en la meditación y la comprensión de las Cuatro Nobles Verdades.

**skandhas:** (tib. *phung-po*), conjunto. Los cinco skandas son los conjuntos físicos y mentales que constituyen al individuo y su experiencia. Son los componentes del ego. Son: forma (*gzugs*), sensaciones (*tshor-ba*), ideas o percepción (*'du-shes*), impulsos (*'du-byed*), y conciencia (*rnam-par-shes-pa*).

**sugata:** (tib. *bde-bar-gshegs-pa*), bien ido. Una denominación para referirse a un buda.

**sugatagarbha:** (tib. *bde-bar-gshegs-pa'i-snying-po*), quintaesencia del sugata. Es la esencia búdica difundida en todos los seres.

**sunyata:** (tib. *stong-pa-ñid*), vacuidad. La esencia de todos los fenómenos. Vacuidad significa que esencialmente no existe ninguna entidad real, independiente o concreta ni en el individuo ni en el mundo fenoménico. Es una doctrina perteneciente al mahayana.

**sutra:** (tib. *mdo*). Las escrituras budistas están constituidas principalmente por sutra, shastra y tantra. Sutras son las enseñanzas convencionales de Buda. Shastras son los comentarios compuestos por grandes eruditos sobre los sutras. Tantras son las enseñanzas especiales.

**tantra:** (tib. *rgyud*), continuidad. En el contexto de las enseñanzas budistas, tantra se refiere a las enseñanzas del vajrayana. Hay cuatro órdenes de tantra: kriya, charya, yoga y anuttara. Tantra quiere decir continuidad, es similar a un hilo que une las cuentas de un collar. El hilo es el sendero, las cuentas son los elementos sobre los cuales se trabaja durante la práctica tántrica: los cinco skandhas y la budeidad innata.

**Tashi Jong:** (tib. *bkra shis ljongs*). Una comunidad tibetana ubicada en el norte de la India de la cual Ven. Dorzong Rinpoche y Ven. Choegyal Rinpoche son directores.

**tathagatagarbha:** (tib. *de-bzhin-gshegs-pa'i-sñing-po*). Un término análogo a sugatagarbha.

**tathata:** (tib. *de-kho-na-ñid*). Otro término que significa “lo que es” o “las cosas tal cual son”.

**tendrel:** (tib. *rten'brel*). Interdependencia o coincidencia auspiciosa. Un término que indica la interrelación entre dos cosas. Su forma completa es *rten-ching-'brel-bar-byung*, que significa que algo surgió en conexión a una base.

**thangka:** (tib. *thang-ga*). Pintura religiosa hecha sobre tela y encuadrada generalmente en brocado.

**trikaya:** (tib. *sku-gsum*), tres cuerpos. Los tres cuerpos o dimensiones de la budeidad.

El dharmakaya o cuerpo del Dharma (*chos-kyi-sku*) es el cuerpo

esencial de la budidad, la esencia vacua de la mente de todos los seres de donde surgen el samsara y el nirvana.

El rupakaya o cuerpo de forma (*gzugs-kyi-sku*) está integrado por los otros dos kayas: el sambhogakaya o cuerpo de la riqueza (*longs-spyodrdzogs-pa'i-sku*) y el nirmanakaya o cuerpo de emanación (*sprul-pa'i-sku*). El rupakaya se manifiesta en formas que comunican a los seres, a través de la gran compasión, las cualidades sublimes de la budidad.

El sambhogakaya es la dimensión de buda percibida por bodhisattvas de realización elevada. Es una dimensión que no puede ser conocida por la mente conceptual.

El nirmanakaya es la dimensión de la iluminación que puede ser percibida por seres comunes. Es el cuerpo físico de un buda que perciben los seres; el cuerpo que come, duerme y se relaciona con ellos.

**vajra:** (tib. *rdor-je*), indestructible, inmutable, adamantino. Se refiere a la indestructibilidad de aquello que está más allá del nacimiento y la cesación. El vajra es también un implemento ritual utilizado en prácticas del vajrayana.

**vajrayana:** (tib. *rdor-je-theg-pa*), vehículo indestructible, adamantino. Las enseñanzas tántricas del budismo mediante las cuales se puede alcanzar la budidad en una sola vida. Aunque comparte con el mahayana la motivación altruista y el punto de vista de la vacuidad, el vajrayana es superior en cuanto a la variedad y eficacia de los métodos.

