



Sabiduría vs Ignorancia. ¿Cuáles son las Creencias Correctas? 1/ EL PRIMER PASO AL DESARROLLO ESPIRITUAL

Por Yuri Serbolov 0/

“El origen de todos nuestros males radica en la ignorancia 2/” es la tesis propuesta por el Buda.

La ignorancia es la causante del sufrimiento en el mundo y de nuestro propio sufrimiento 3/.

El Buda lo explicó:

“Todos los estados perjudiciales 4/ tienen sus raíces en la ignorancia y convergen en la ignorancia. Al abolir la ignorancia, todos los demás estados perjudiciales serán también abolidos”.

Platón lo sintetizó magistralmente: “existe sólo un bien, llamado conocimiento y sólo un mal, llamado ignorancia”.

Y afortunadamente para nosotros el mal y la ignorancia pueden ser abolidos, pues como explicó Aristóteles “el mal es imperfecto”.

En conclusión:

1.- Existe la ignorancia

Cinco Reflexiones

1. Está en mi naturaleza envejecer, no puedo escapar del envejecimiento.
2. Está en mi naturaleza enfermar, no puedo escapar de la enfermedad.
3. Está en mi naturaleza morir, no puedo escapar de la muerte.
4. Todo lo que es mío, que quiero y me deleita, cambiará y desaparecerá.
5. Yo soy el propietario de mis acciones, heredero de las consecuencias de mis acciones, originado por el resultado de mis acciones, mis acciones son mis únicos familiares y amigos y tengo a mis acciones como mi único refugio. De cualquier acción buena o mala que yo realice seré el heredero.

Temas de reflexión recomendadas por el Buda en el Abhinham paccavekkhitabba dhamma. Anguttara Nikaya. V.57

Léelo varias veces hasta que encuentres toda su sabiduría, toda su alegría, todo su poder y entonces tu vida cambiará. No lo aceptes tal cual. Si te produce rechazo o enojo reflexiona profundamente por qué. Investiga, experimenta, ponlo a prueba. No es suficiente que lo entiendas intelectual, racionalmente. Es necesario que lo entiendas con las vísceras, con toda tu emoción y que impregne todas tus intenciones, motivaciones y actitudes en la vida. Mi recomendación es que empieces o cierres el día siempre con estas cinco reflexiones. En ellas se encuentra la base de la sabiduría del Universo y la llave que abre la puerta secreta al desarrollo espiritual.

5 REFLEXIONES



No hay manera de que pueda evitar envejecer, enfermar, morir y al final perder todo lo que quiero y considero mío (familiares, amigos, dinero y cosas). Vine desnudo al mundo y al final me iré desnudo, todo lo que tengo ha sido regalos de la vida, préstamos, que cuando muera tendré que devolver. Lo único que me llevaré son mis acciones.

Ilustraciones de
Natasha von

2.- La ignorancia genera el mal

3.- El mal nos da ganancias tangibles, fáciles y rápidas, pero inestables, una felicidad relativa y con un costo.

4.- Pero el mal genera sufrimiento a los demás y luego a mí

5.- Pero con sabiduría 5/ podemos abolir la ignorancia, el mal y el sufrimiento, y obtener ganancias intangibles, difíciles y de largo plazo, pero más duraderas, sin costo.

Pero, ¿cómo liberarnos de la ignorancia? ¿Cómo adquirir sabiduría? ¿Por dónde empezar? ¿Cómo dar el primer paso?.

Y no se trata meramente de un problema intelectual, de un asunto filosófico, sino de algo que tiene gran relevancia en el mundo que vivimos, pues como dijo el Buda en el Dhammapada: “la peor mácula, la mácula más grande de los seres es el defecto de la ignorancia. Debido a la ignorancia los seres humanos hacemos sufrir a otros seres. Primero debemos dejar de causar sufrimiento a los demás e ir eliminando después nuestro propio sufrimiento”. Es decir que el problema de la ignorancia conlleva un problema ético 6/.

En otras palabras, la ignorancia es la parte pasiva, sin embargo es lo que alimenta la parte activa: nuestras palabras y nuestras acciones, las cuales son las que pueden dañar a los demás e incluso a nosotros mismos. Lo primero que tenemos que hacer es no dañar a los demás seres humanos e incluso animales o plantas con nuestras acciones o palabras. Pero si queremos ir más a fondo, tenemos que erradicar de nuestra mente la ignorancia y las emociones perturbadas que son las que alimentan nuestras palabras y acciones. Si no atacamos la raíz del árbol de la ignorancia seguirá dando malos frutos en forma de malas acciones o palabras llenas de violencia, odio, resentimientos, discriminación, envidia, etc.

¿Cómo liberarnos de la ignorancia?

El gran filósofo griego, Sócrates, dijo: “la verdadera sabiduría está en reconocer la propia ignorancia”. Algo parecido a lo que dijo el gran sabio Confucio: “el auténtico conocimiento es conocer la extensión de la propia ignorancia”.

Pero como Charles Darwin visualizó: “la ignorancia genera más confianza con más frecuencia que el conocimiento”.

El Buda lo dijo de otra manera:

Acciones

soy dueño de mis actos (pienso, digo, hago) (semillas)

soy dueño de las consecuencias de mis actos (fruto)

soy originado por mis actos

único refugio son mis acciones

única familia y amigos son mis acciones

De lo único que soy dueño, propietario, es de mis acciones. Es lo único que realmente me pertenece. Igualmente soy dueño de las consecuencias de mis acciones, soy heredero de sus frutos. Es decir, soy dueño de las causas y los efectos. Igualmente, las semillas de esos frutos es lo que me genera u origina. Es decir yo soy producto de mis actos. Mis actos pasados son como mis padres o mis genes. Mis únicos familiares y amigos que van conmigo a donde sea y que me acompañarán después de mi muerte son mis acciones. Por lo tanto, puedo afirmar que mis acciones son mi único refugio. Yo soy el único protector de mi mismo.

“Aquellos cuyos méritos son pequeños no tienen dudas acerca de la naturaleza profunda de los fenómenos”. 7/

Y propuso una fórmula muy sencilla para liberarse de la ignorancia:

“Partir de una creencia correcta es la semilla de la sabiduría”.

“Si partimos de una creencia correcta vamos a poder experimentar todos los estados sanos que existen. Si partimos de una creencia incorrecta no los vamos a poder experimentar”.

¿Pero cómo saber cuál es una creencia correcta si las creencias pueden ser falsas o verdaderas?

Detengámonos un momento en estos conceptos.

- Lo que quiso decir Sócrates -según nosotros y no según él- es que mientras más sabemos, más nos damos cuenta de lo que no sabemos. Sólo el ignorante cree que lo sabe todo. En otras palabras, lo primero que se necesita para entrar al mundo del conocimiento es una actitud de humildad. Sólo el que se

reconoce ignorante puede darse la oportunidad de aprender e incluso de respetar a quienes saben, a los sabios. Sólo el humilde puede amar al saber, es decir convertirse en un filo-sofo. Pues como dice Darwin la ignorancia es más soberbia. El ignorante es soberbio, el que sabe es humilde.

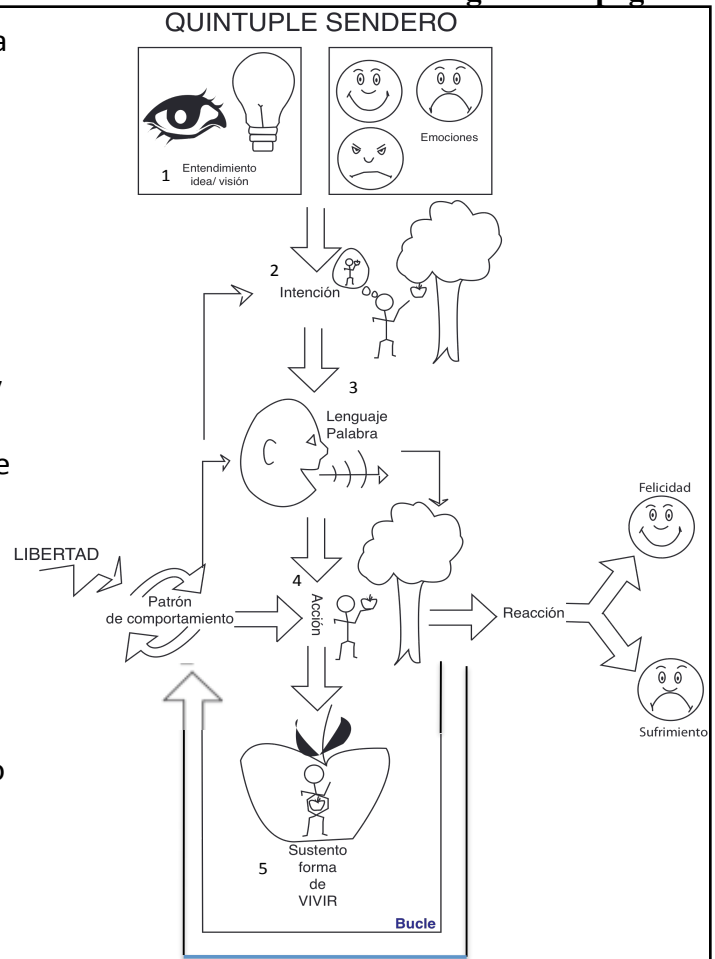
- El Buda va un paso más allá y aporta el tema de la ética y de la bondad. Nos dice: “Aquellos cuyos méritos son pequeños no tienen dudas acerca de la naturaleza profunda de los fenómenos”.

¿Qué significa mérito? No es acumular puntos, sino acumular “potenciales positivos” o “fuerza positiva”, es, como explica Alexander Berzin 7/, actuar constructivamente para ganarnos la felicidad. Nosotros somos responsables de nuestros actos y somos los únicos dueños de los mismos y tenemos la libertad de hacerlos y no hacerlos. El hacer cosas positivas para nosotros o los demás nos da mérito.

El Buda también nos dice que “partir de una creencia correcta es la semilla de la sabiduría”. Esto parece obvio, pero esconde una gran

sigue en la página 6

El entendimiento de mí, de los demás, de la realidad, de la vida, junto con las emociones que todo ello me produce es lo que determina mis intenciones, deseos u objetivos, los cuales los convierto en planes, en discursos, en palabras y posteriormente las llevo a cabo en acciones. En otras palabras, atrás de cada acción hay una intención y atrás de cada intención hay un entendimiento racional o una emoción. Mis actos generan mi sustento, mi forma de vivir. Pero mis actos ocasionan reacciones o consecuencias, algunas de las cuales me generan felicidad y otras sufrimiento. Y generan un *loop* o bucle de retroalimentación, que se convierte en un hábito o patrón de comportamiento. Cuando el sufrimiento es demasiado puedo cambiar mi forma de ver el mundo, mis intenciones, mi palabra o mis actos, ya que soy libre de crear un nuevo hábito o patrón de comportamiento.



Reflexiones Cortas sobre las Cinco Reflexiones

Toda creencia puede ser verdadera o falsa.

¿Cómo sabemos si es verdadera o falsa?

- Si está de acuerdo a la razón.

- Si produce el bien a los demás y a mi, es decir si no causa sufrimiento.

¿Son pesimistas las Cinco Reflexiones?

1. Pensar en el envejecimiento, en la enfermedad y en la muerte no es para tener un pensamiento pesimista, negativo, sino:

a) Es reconocer una realidad, un hecho, algo que es inevitable. En la medida que acepte ello voy a sufrir menos.

b) En la medida en que acepte ello voy a apreciar más la vida, cada momento, cada instante.

c) Que lo que yo soy, mi consciencia, es independiente a mi estado (enfermedad, envejecimiento, muerte).

2. Pensar en que todo lo que tengo (cosas, familia, dinero) lo voy a perder, no es pensar en algo negativo ni pesimista, sino:

a) Es una realidad. Todo lo que tengo, así como vino se puede ir. Hoy lo tengo, mañana quien sabe. El dinero va y viene. Todo lo que pienso que es lo más sólido, como una casa o un coche, puede desaparecer con un incendio, un accidente, un terremoto, un tsunami. Debo gozar a mis seres queridos y los bienes mientras los tengo, pero no tengo que apegarme obsesivamente a ellos. No debo confundir el amor con el apego. El amor es libre, el apego es enfermizo. Cuando llegué al mundo estaba desnudo, no tenía nada. Todo lo que tengo ahora me lo ha regalado la vida y cuando me muera todo ello lo voy a tener que dejar en este mundo. Nada de lo que tengo aquí me lo voy a poder llevar. Vine con las manos vacías y me voy a ir con las manos vacías. ¿Por qué obsesionarme con ello, con las cosas, con el dinero, con las personas? Nada de eso me pertenece, todo ello lo tengo sólo prestado, por un momento. ¿Para qué desperdiciar la vida acumulando cosas que luego se me van a ir como agua entre las manos? ¿Por qué no mejor aprovechar el tiempo para cultivar mi mente, mi conciencia, que es lo único que realmente me pertenece?

3. Reflexionar en mis acciones es algo que puede tener una gran trascendencia en mi vida.

a) Yo soy propietario de mis acciones, su dueño. ¿Quién más?. Aunque la gente me presione, aunque las circunstancias me fuercen, al final yo soy el único que decide sobre mis actos, lo que hago y lo que dejo de hacer. Yo soy el dueño de mis pensamientos, de lo que digo o dejo de decir y lo que actúo o dejo de actuar. Yo soy libre de actuar o no actuar y soy el único responsable de mis actos.

b) Si yo soy dueño de mis actos también soy dueño de las consecuencias de los mismos. El acto es la causa y la consecuencia es el efecto. Yo soy dueño de las causas y de los efectos, de los principios y de

los finales, de las causas y de las consecuencias.

Si actúo mal voy a cosechar malas consecuencias, si actúo bien voy a cosechar buenas consecuencias. Si estoy viviendo algo bonito, agradable, positivo es gracias a los actos positivos que hice en el pasado. Si estoy viviendo algo desagradable, feo, triste, deprimente, doloroso, algo que me provoca pesar, duda, sufrimiento yo también he sido el causante, yo he sembrado las causas que ahora florecen en esas tristes flores. Pero si yo soy dueño de mis actos y de sus consecuencias, entonces hoy mismo puedo empezar a crear un nuevo futuro para mí. Quizá no surja inmediatamente, pero a la larga lo que hoy siembre lo voy a cosechar. Por eso más me vale empezar a sembrar ahora buenas acciones, buenos actos, actos hermosos, bonitos, para en el futuro cosechar algo mejor a lo que estoy cosechando ahora. Este es el principio de la Ley Universal de la Retribución Moral de las Acciones conocida también con la Ley del Karma: actos buenos tienen consecuencias buenas y actos malos tienen consecuencias malas. Así de simple. No hay más magia ni misterio. ¿Por qué entonces me es tan difícil aceptarlo y sobre todo ponerlo en práctica?. En otras palabras, yo me genero todo lo que me pasa. ¿Qué me quiero generar para mi presente y mi futuro? ¿Qué me he generado? Debo dar las gracias por todo lo bonito que soy y que tengo y lo que no me gusta tengo la libertad y el poder de cambiarlo. Lo único que tengo que hacer es empezar por practicar 5 cosas:

i) no matar ni dañar a ningún ser vivo.

ii) no tomar nada que no me haya sido dado (no robar)

iii) no decir falsedades o cosas que no son propias (no mentir)

iv) abstenerme de intoxicantes y drogas (no tomar alcohol, no fumar)

v) no tener sexo que dañe a otras personas

c) Si yo soy dueño de mis actos y de las consecuencias de mis actos entonces yo también soy originado por mis actos. En otras palabras, yo soy el escultor de mi destino, el dueño de mi destino y nadie más. Yo me hago a mi mismo, yo soy ahora producto de lo que he hecho o dejado de hacer en el pasado. Si me gusto entonces es gracias a las cosas buenas que he hecho. Si no me gusto entonces al único que tengo que culpar es a mi mismo, pero no para lamentarme, tirarme al piso y hacerme la víctima, sino felicitándome por haberme dado cuenta, por haber cobrado conciencia y para empezar ahora mismo, en este preciso momento a construir un nuevo ser, algo mejor, algo de lo que yo me sienta orgulloso. No es fácil, pero no es imposible. Nadie dice que sea sencillo, pero es la mejor lucha que podemos pelear en nuestra vida, es en lo que vale emplear todo nuestro esfuerzo, inteligencia e imaginación.

d) Las acciones son mis únicas familiares y amigos. Realmente mis acciones son las que me acompañan a todo lugar. No puedo dejar de actuar y

tengo una inercia, un patrón de comportamiento. No importa que cambie de ciudad o de país, voy a seguir actuando de la misma forma, hablando de la misma forma, pensando de la misma forma, hasta que no me de cuenta que mi forma de pensar, de hablar y de actuar es lo que causa mi sufrimiento o mi felicidad. Que yo soy dueño de mis actos, de sus consecuencias y que mis actos (mi karma) es lo que me origina. Todo lo que me sucede es anecdótico. Todo lo que yo hago o dejo de hacer es lo trascendente. De nada sirve cambiar de ciudad o incluso de vida si voy a seguir pensando, hablando y haciendo lo mismo. Voy a entonces a cosechar más de lo mismo. Si quiero un mejor destino entonces debo tomar a mis acciones como mis verdaderos familiares y amigos, entonces mis nuevas y mejores acciones empezarán a esculpir un mejor destino para mí. El día que cobre conciencia de esto despertaré. El día que me libere de mis malas acciones del pasado y del presente, entonces seré libre. El día que comprenda toda la sabiduría que encierran estas cinco reflexiones alcanzaré la iluminación.

e) Mis acciones son mi único refugio. ¿Qué significa esto? ¿Qué es un refugio? Un refugio es algo donde nos sentimos seguros, protegidos, como una cueva o nuestro hogar, o nuestra familia o nuestras creencias o nuestro Dios. ¿Cómo puedo entonces refugiarme en mis acciones, cómo me puedo sentir protegido y seguro con ellas? Ya veíamos que es lo único que realmente nos pertenece, nuestras acciones, somos beneficiarios o víctimas de sus consecuencias, ya vimos que las acciones nos originan, ya vimos que nos las llevamos a todos lados, ya vimos que somos producto y causa de nuestras acciones. Si ya vimos que son tan importantes, entonces por qué no podemos darnos cuenta que son nuestro único refugio. Lo único que realmente tenemos, lo único que realmente nos pertenece. Ya vimos que nuestra familia no nos pertenece, sino sólo nos acompaña en el camino, en esta vida, son otros pasajeros que viajan junto a nosotros en esta nave espacial llamada Tierra. Ya vimos que lo único que nos vamos a llevar cuando nos enfrentemos a la muerte son nuestras acciones. Aquí dejaremos familia, bienes, todo. Entonces si nuestras acciones son las únicas que nos acompañan en esta vida y al morir y si hay otra vida nos llevamos las consecuencias de nuestras acciones, entonces ¿por qué nos cuesta aceptar que son nuestro único refugio? Si existe un Dios nos juzgará o evaluará en función de nuestras acciones. Nuestra misma familia nos juzga en base a nuestras acciones: lo que decimos o hacemos. La sociedad nos juzga en base a nuestras acciones. Nosotros mismos nos juzgamos a nosotros mismos en base a nuestras acciones. ¿Por qué no empezar a refugiarnos ahorita en nuestras acciones, en lo que podemos pensar, decir y hacer? ¿Por qué no empezar a hacer cosas bonitas, que causen placer, bienestar, paz, tranquilidad y felicidad a todos los seres, empezando por nosotros mismos, por nuestros seres queridos? Lo mejor que podemos hacer ahorita es acciones que

causen bien a los demás, que les generen paz y que les generen felicidad. Si hacemos eso para nosotros y para los demás entonces empezaremos a crearnos un destino y a crear un mundo mejor para nosotros y para todos.

No es tan sencillo porque nos vamos a enfrentar con la duda, la incertidumbre, la ignorancia, los celos, la envidia, el ego, la soberbia, los rencores, la vergüenza, la depresión, la tristeza, las obsesiones, el pesar, el miedo, el odio, la ira...

Todos ellos son enemigos poderosos, un ejército que nos ha tenido aprisionados, subyugados, encadenados...

Liberarnos de esos soldados no será fácil. Lo primero que tenemos que aceptar es que somos sus prisioneros y que vivimos en la cárcel que ellos han construido, pero afortunadamente estamos empezando a despertar y tenemos el deseo de liberarnos.

¿Cómo hacerlo? Empezando por enfrentar al jefe de todo ese ejército, a su general que es la ignorancia. Y la única manera de matarlo es adquirir un correcto entendimiento de la realidad. En esas 5 reflexiones, en esas 10 líneas del principio de este escrito está contenida algo de la mayor sabiduría de todo el Universo. Reflexiona en ellas. Olvídate de mi explicación, de mis palabras, yo no tengo sabiduría ni la inteligencia para explicártelas de una manera sencilla y clara. No tengo ninguna clase de realización. Solo soy un ser humano tan confundido como tu, que sufre igual que tu y que tiene, como tu, la humildad de reconocerlo. Usa tu propia imaginación, cuestionálas, confróntalas, no aceptes esas verdades así por así, por dogma, reflexiona, investiga, experimenta por ti mismo. Tu eres una persona muy inteligente. Ve si ahí se encuentra la verdad o la mentira. Cualquier creencia puede ser falsa o cierta. Tu averigua por ti mismo. Como dijo el Buda “no pongas ninguna mente por encima de la tuya”.

Te deseo que encuentres el bien, la paz y la felicidad. ©

**“Sabbe satta kammaṣaka
kammaḍavada kammayoni
kammabandhu kammapatīsarana, yaṃ
kammam karissanti kalyāṇam va
papakam va taṣṣa ḍavada
bhaviṣṣanti”**

Upajjhathana Sutta
Anguttara Nikaya. V. 57

Viene de la página 3

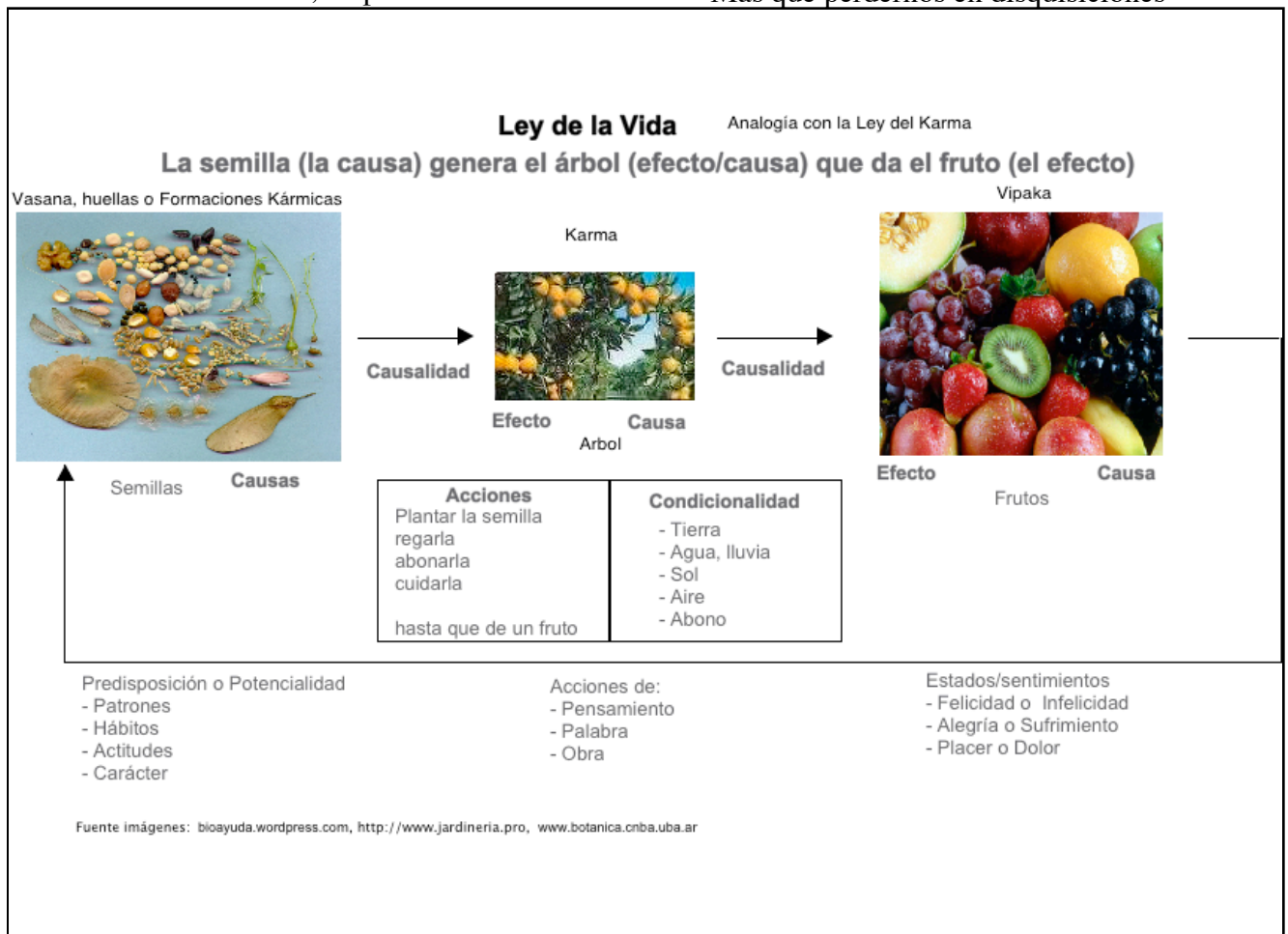
sabiduría. El mismo Buda nos advirtió que toda creencia tiene dos posibilidades: puede ser falsa o verdadera. Y no podemos saber, por la propia creencia si esta es falsa o verdadera. Es decir que no es algo inherente a ella. Si nosotros decimos que la Tierra es redonda, no es algo que podamos demostrar a partir del propio postulado. Tenemos que ir afuera, al mundo y experimentarlo por nosotros mismos. De hecho la Tierra no es redonda, sino es amorfa, es decir es como una piedrota achatada de unos lados y puntiaguda de otros, aunque nos gusta verla como una esfera, porque eso nos da idea de perfección, cuando en realidad la perfección no existe, al menos no en este Universo material en el que vivimos. Tan equivocados estaban quienes decían que la Tierra era plana como los que dicen que es redonda. Pero su paradigma los ciega y pueden incluso defender con su vida su punto de vista erróneo.

¿Cómo saber, entonces, cuáles son las creencias correctas y cuáles las falsas? No lo sabemos. Hay quien afirma que Dios existe y hay quien afirma que Dios no existe. Ambas son creencias. Y en ese caso, no podemos demostrar

científicamente, ni filosóficamente cuál de las dos es la correcta. El Buda nos aconseja dejar esas creencias metafísicas o existenciales de lado. Dice que no son constructivas, es decir no son útiles y no nos llevan a ningún lado. Son problemas de fe, de dogma que nos pueden llevar a posiciones fundamentalistas, intolerantes, discriminatorias contra quien no piense como nosotros e incluso más allá a la soberbia, al odio y a la violencia. Debemos limitarnos a las creencias que podamos experimentar por nosotros mismos y darnos cuenta a través de la experimentación que nos causan un bien a nosotros y a los demás 8/.

Thubten Chödrön, en Corazón Abierto, Mente Lúcida nos recuerda que “Buda nos aconsejó ser muy prácticos y buscar el sentido, el significado, sin distraernos en especulaciones inútiles. Ofreció el ejemplo de un hombre herido por una flecha envenenada. Si antes de consentir que le quitaran la flecha este hombre insistiera en saber el nombre y la ocupación de la persona que se la lanzó, la marca de la flecha, el lugar donde fue fabricada, y el tipo de arco que fue utilizado, este hombre moriría antes de conocer las respuestas. Para él, el punto decisivo es tratar la herida y prevenir nuevas complicaciones”.

Más que perdernos en disquisiciones



filosóficas o metafísicas que no vamos a poder resolver será más útil que utilicemos nuestro escaso y valioso tiempo en hacer cosas que reduzcan el sufrimiento que hay en este mundo, y nuestro propio sufrimiento y sus causas, tales como la violencia, la intolerancia, la soberbia, las guerras, el hambre, las enfermedades, las discapacidades, la locura, la escasez de agua, los gobiernos injustos, corruptos, la depresión, la soledad y el abandono, los secuestros, los robos, las violaciones, los asesinatos, los vicios, la muerte de seres queridos, las pérdidas, etc.

“¿Cómo eliminar la ignorancia?

A través de la sabiduría.

La solución siempre es un opuesto.

Conquistar el enojo con el amor,
el mal con el bien,
la mezquindad con la generosidad
la falsedad con la verdad

La ignorancia debe ser conquistada con la sabiduría o la correcta visión”.

Como explica el Bikkhu Nandisena:

“Ignorancia significa el estado mental que tiene encubrimiento, un estado mental que

funciona como un velo que no nos permite ver que ese estado mental y las acciones que estamos realizando son acciones que no son buenas”.

Primer paso para eliminar la ignorancia

El Buda nos dijo que el primer paso para eliminar la ignorancia es partir de una creencia correcta y nos propone cinco creencias mínimas en el Abhinham paccavekkhitabba dhamma, que además nos recomienda que las tengamos como cinco reflexiones diarias:

1. Está en mi naturaleza envejecer, no puedo escapar del envejecimiento.
2. Está en mi naturaleza enfermar, no puedo escapar de la enfermedad.
3. Está en mi naturaleza morir, no puedo escapar de la muerte.
4. Todo lo que es mío, que quiero y me deleita, cambiará y desaparecerá.
5. Yo soy el propietario de mis acciones, heredero de las consecuencias de mis acciones, originado por el resultado de mis acciones y tengo a mis acciones como mi único refugio. De cualquier acción buena o mala que yo realice seré el heredero. (Anguttara Nikaya. V. 57).

“Toda acción genera una reacción de la misma intensidad pero en sentido contrario”
Tercera Ley de Newton

“Todo lo que el hombre siembre, eso cosechará” Biblia (Gálatas)

Karma

Ley Universal de la Retribución Moral de las Acciones
Algunos le llaman el “Sistema de la Justicia Cósmica”

‘You get what you give’

Tu recibes lo que das

“Lo que no quieras que te hagan a ti, no se lo hagas a los demás”
Regla de Oro de Confucio

“Todo cuanto queráis que os hagan los hombres, hacédselo también vosotros a ellos”
Jesús de Nazareth

“Ojo por ojo y diente por diente”. Lex Talionis

El odio nunca se extingue por el odio en este mundo; solamente se apaga a través del amor. Tal es una antigua ley eterna. Dhammapada

“Pecas de pensamiento, palabra, obra u omisión”. Cristianismo

“No hagas a los demás lo que no quisieras que te hiciesen”.
Rabino Hillel

Interpretación Emocional del Párrafo

Un amigo nos dice: “esa frase alcanza para toda la vida, verdad?”. Efectivamente, si dedicamos toda nuestra actual vida humana a estudiar y poner en práctica la sabiduría que encierran esas cinco frases ya habrá valido la pena.

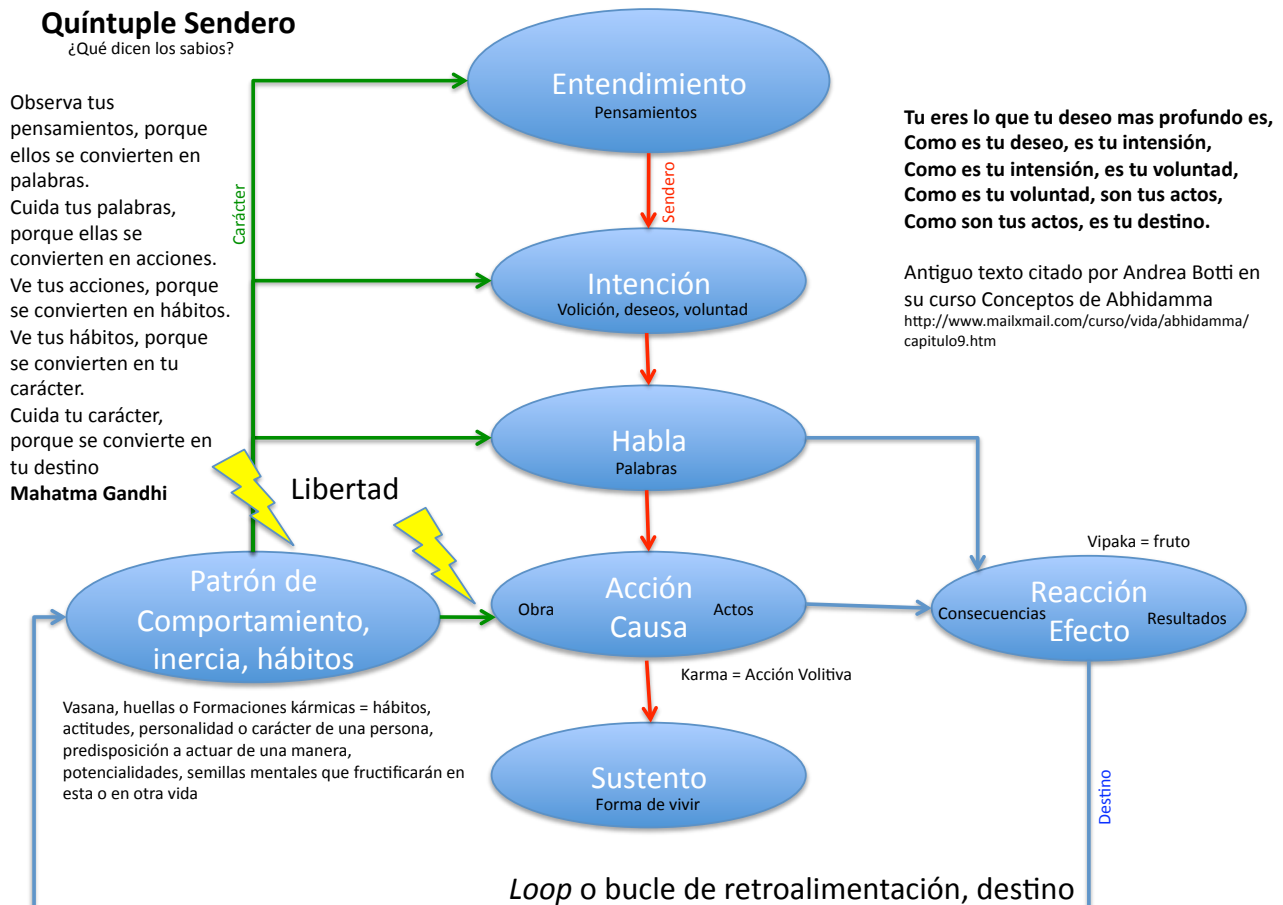
En una primera y superficial lectura, la frase nos puede parecer pesimista, ya que habla del envejecimiento, de la enfermedad y de la muerte, y de que vamos a perder todo lo que consideramos nuestro, que queremos y nos deleita. Más todo ello, nos guste o no, lo queramos ver o no, es una realidad, es un hecho factual. El Buda simplemente quiere que abramos los ojos a la realidad, a lo inevitable, no para que caigamos en una posición pesimista, sino lo contrario, que apreciemos más el valor de la vida, que aprovechemos cada instante maravilloso de esta preciada vida humana.

Cuando llegamos a esta vida nos dan una cuota de tiempo. No sabemos cuánto va a durar: unos minutos, unas horas, unos días, unas semanas, unos meses, unos años, unas décadas, un siglo. Pero de lo único que podemos estar seguros es que tarde o temprano terminará, lo

queramos aceptar o no. Mueren nuestros padres, nuestros seres queridos, mueren los poderosos, los ricos, los sabios. Nadie escapa del señor de la muerte.

Esta vida que tenemos es producto de un sin fin de causas. Somos producto de los genes de nuestros padres, de su herencia, pero también producto de las circunstancias y también de nuestro karma, es decir el fruto de las acciones positivas o negativas que hayamos realizado o dejado de realizar en el pasado. Acciones intencionales o volitivas, es decir con una intención, fin o propósito y que causaron un beneficio o un perjuicio para nosotros o para los demás. Somos, como veremos más adelante, producto de nuestro karma y creadores de nuestro karma.

Eso nos lleva a un subibaja, a una montaña rusa de subidas y bajadas, donde a veces gozamos la vida y a veces la sufrimos, donde a veces estamos sanos y al rato enfermos, donde a veces tenemos riqueza y otras pobreza, donde a veces reímos y luego lloramos... Eso es lo que se conoce como el Samsara, la vida mundana, la existencia dependiente, condicionada. El



Budismo plantea que renacemos una y otra vez en lo mismo, en este Samsara. Así como cuando despertamos día a día volvemos a nuestra misma realidad. ¿Cómo escapar, cómo liberarnos?

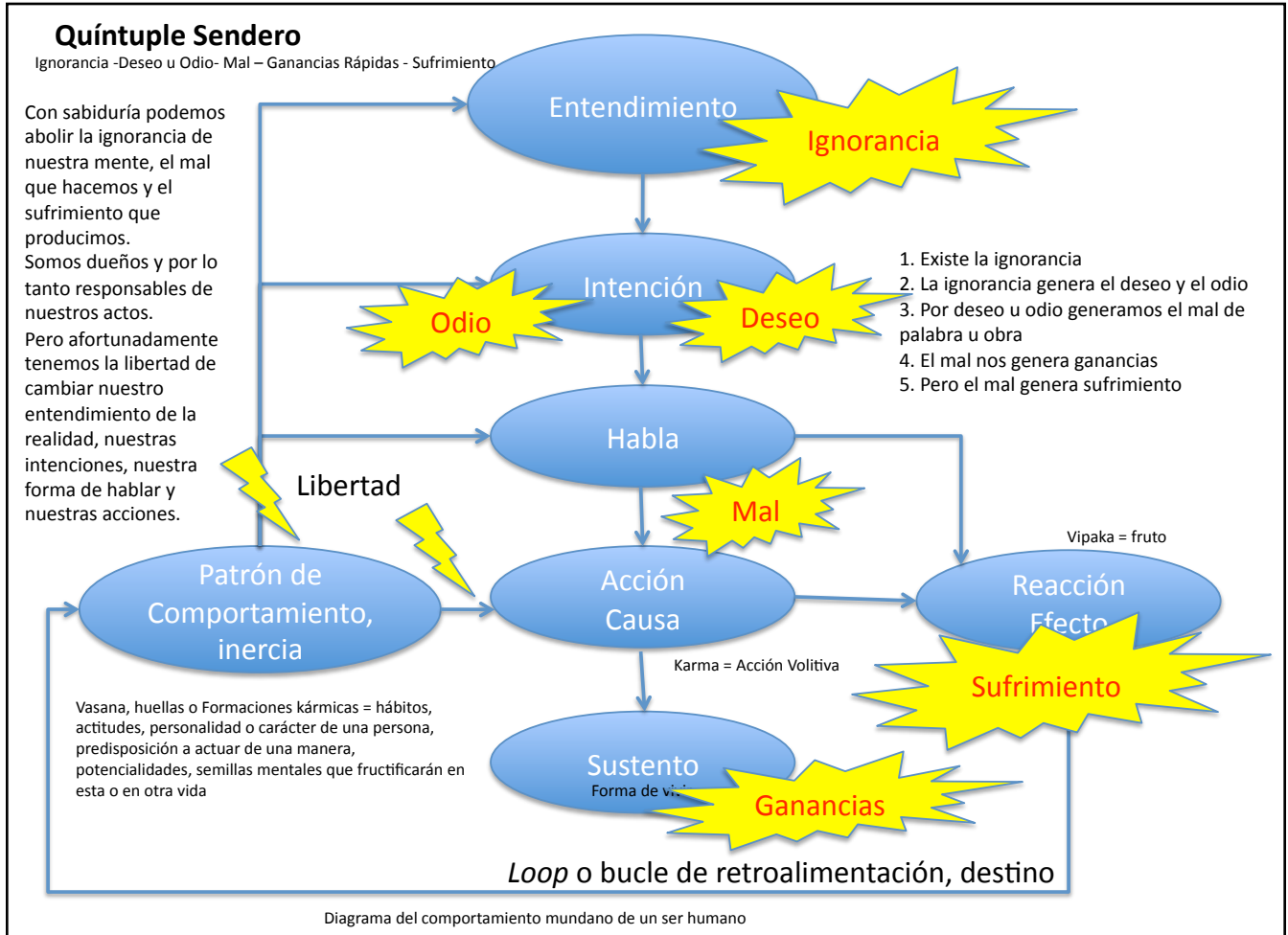
Lo que descubrió el Buda es que por muy bien que nos vaya en el Samsara, en esta feria de la vida, al final siempre vamos a sufrir cuando nos enfrentemos a lo inevitable: el envejecimiento, la enfermedad y la muerte o a la pérdida de nuestros bienes o de nuestros seres queridos. Es decir, que en este Samsara, nos guste o no, sólo vamos a poder tener una felicidad relativa, temporal, percedera. Además, de que muchas veces, a causa de nuestra ignorancia, por buscar un bien nos hacemos un mal o le hacemos un mal a los demás.

¿Por qué conformarnos con tener una felicidad relativa o parcial cuando podríamos tener la felicidad absoluta, total? ¿Solo porque nuestra ignorancia nos dice que la felicidad absoluta, total (lo que los budistas llaman el Nirvana) es imposible? En el verso 290 del Dhammapada, el Buda dijo: “si al abandonar una moderada cantidad de felicidad viese abundante felicidad, el sabio, viendo la abundante felicidad, debería dejar esta moderada cantidad de felicidad”. En otras palabras:

Ignorancia = sufrimiento o felicidad relativa, temporal, parcial

Sabiduría = felicidad absoluta o total, por siempre

¿Por qué, entonces, nos aferramos a la ignorancia? Ese es el gran secreto que descubrió el Buda y además, lo mejor de todo, descubrió cómo liberarnos de la ignorancia y del sufrimiento. Algo que no debemos de creer, sino que podemos experimentar por nosotros mismos. No es un asunto de dogma, no le tenemos que creer al Buda... Es más, el nos retó a ser escépticos, a no poner ninguna mente por encima de la nuestra, a probarlo por nosotros mismos, a experimentar, a comprobar... ¿Por qué entonces no lo hacemos y preferirnos quedar atrapados en nuestros dogmas, en nuestras creencias, en nuestro sufrimiento e ignorancia? ¿Por necios? ¿Acaso porque somos masoquistas y nos gusta sufrir? ¿Acaso porque nadie nos ha alumbrado el camino con la sabiduría del Dharma, la única lámpara que nos puede iluminar el túnel por el cual podemos escapar de esta prisión cósmica llamada Samsara en la que estamos atrapados, aunque momentáneamente lo olvidemos



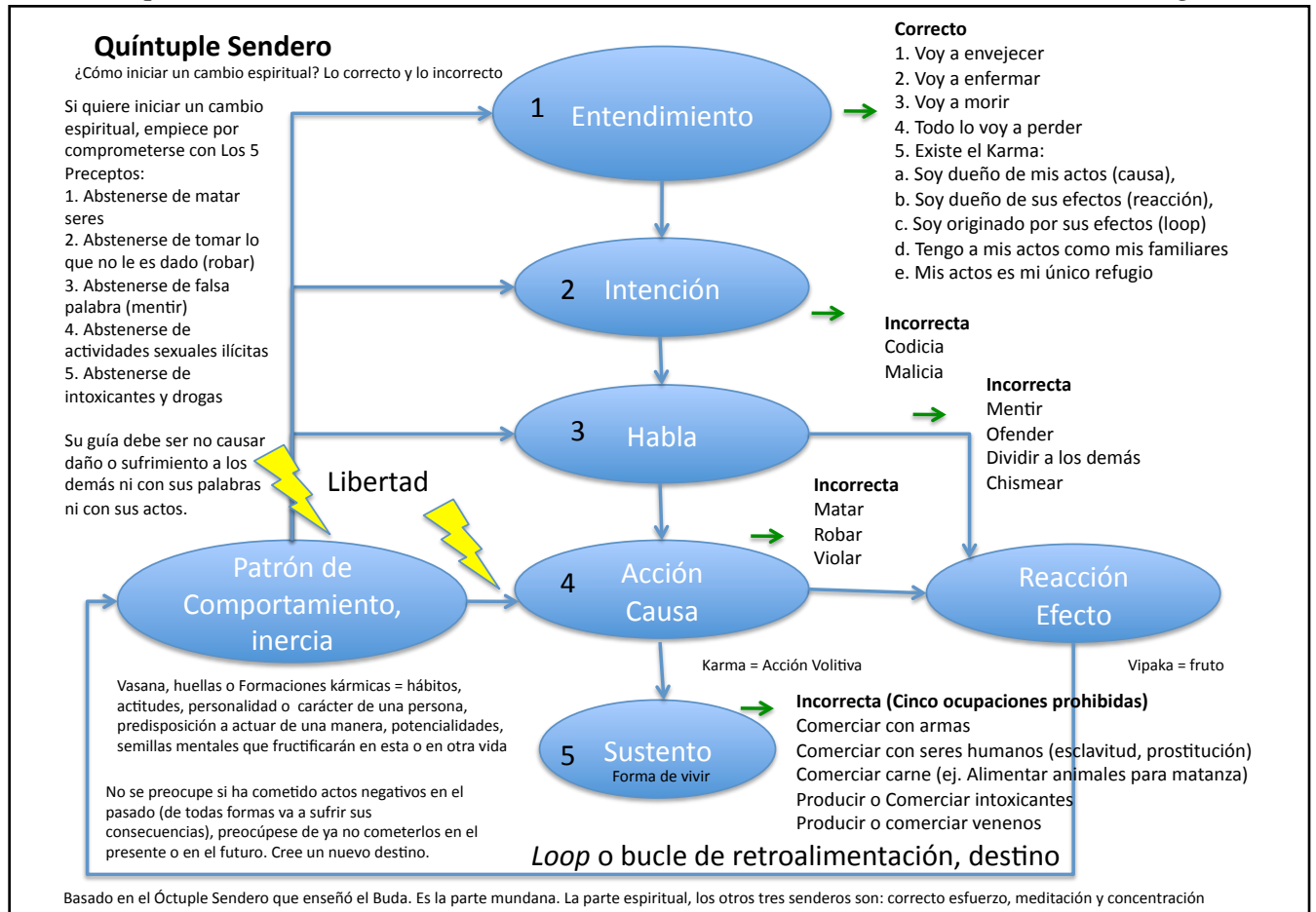
clase de estúpidos y locos, que nos dañan a nosotros y a los demás. Siguiendo esta pista estamos seguros de que alcanzaremos el despertar, la liberación y la iluminación. Por eso puedo asegurarte que si nunca has tenido contacto con enseñanzas espirituales o eres un buscador de enseñanzas o haz tenido enseñanzas incorrectas, este texto te meterá en la senda del entendimiento correcto y te dará un manjar de sabiduría y de crecimiento espiritual. Espero con todo mi corazón que lo disfrutes. Hazlo con una mente y un corazón abierto. Quizá tengas que romper varias de tus creencias y concepciones equivocadas sobre ti y sobre la realidad, sobre lo que es la ignorancia y la sabiduría, sobre lo que es la vida y la muerte, sobre el significado de la vida y sobre las fuerzas superiores. No tengas miedo, aquí están algunas de las enseñanzas más seguras en las que puedes refugiarte. Pero tampoco aceptes ciegamente todo lo que aquí se dice, ni confíes en todo, porque mi ignorancia puede haberme hecho interpretar algo mal o traducirlo equivocadamente o darle una interpretación incorrecta. Usa tu inteligencia, tu intuición, no aceptes nada a priori, analízalo, confróntalo, se vale que dudes. Se escéptico. Acude a otras fuentes. Son tan fuertes y poderosas las enseñanzas que aquí vas a encontrar que resisten como el diamante

cualquier intento de destruirlas. Si haz llegado a ellas es porque haz acumulado el mérito en esta o en otra vida. Felicítate por ello, pero acuérdate que sólo estás en el primer paso de quizá la montaña más grande que jamás hayas conocido, así que no te detengas y sigue adelante. ¡Animo guerrero espiritual, estás empezando la batalla más importante y más difícil que puedes pelear en la vida: la batalla contra ti mismo! ¡Te deseo lo mejor!

Ahora que si piensa que todo este texto es un rollo y que no vale la pena perder tiempo en él, déjeme decirle que:

a) Puede que usted esté gozando ahora la vida a plenitud, con bienes, con seres queridos, con salud. Pero como dice la 4a creencia, todo ello se va a acabar, tarde o temprano. Ahora que es joven, guapo y fuerte utilice su energía para disfrutar la vida, pero también dése un momento para trabajar en lo fundamental, invierta en su futuro, en su crecimiento espiritual.

b) Si usted piensa que la vida es miserable, que no tiene sentido, que no vale la pena y está pensando en quitarse la vida, recuerde que va a acumular mucho karma negativo y en el mejor de los casos va a renacer en otra vida igual de



miserable que esta, pero por suicidarse y causar daño y congoja en los demás lo más seguro es que le toque otra vida peor a esta. Por ello si está cansado de su circunstancia actual vallase a un monasterio o a una cueva o a ayudar a gente a un hospital o a un leprosario, entonces invertirá mejor su actual vida humana y garantizará que en el futuro ya no tenga otra vida miserable como la actual.

c) Como dice el escritor Guillermo Farber quizá estamos en una “correccional cósmica” a la que nos mandaron por portarnos mal en otra vida. A veces la prisión nos va a poder parecer agradable, con gente bonita a nuestro alrededor, con entretenimientos, con momentos de placer. Pero no debemos olvidar que todo ello es temporal y que se va a acabar y que por lo tanto lo más importante es trabajar en escapar de esta prisión, primero despertar a que estamos en ella, darnos cuenta, y luego ver cómo liberarnos de la misma. En este texto el Buda nos aporta las claves secretas para escapar de esta correccional cósmica llamada Samsara. La ignorancia y los placeres sensuales es lo que usan los guardianes de la prisión, llamados Maras, para hacernos creer que no es una prisión y que en última

instancia no se la pasa uno tan mal aquí, pero tarde o temprano (Primera Noble Verdad), vamos a conocer todo el sufrimiento que ésta prisión nos tiene reservado para nosotros, cuando envejeczamos, enfermemos o muramos, o mueran nuestros seres queridos, o perdamos nuestros bienes, o el mundo entre en guerra, o nos asalten, secuestren o roben, nos mientan o nos comentan fraude, nos traicionen o nos engañen. Conoceremos entonces cara a cara el sufrimiento y entonces, tarde, muy tarde, nos daremos cuenta de que lo que aquí se decía era verdad, pero a la mejor estaremos muy viejos, enfermos o cansados, sin energía para poner en práctica estas enseñanzas. Todo lo que estemos haciendo ahora puede ser muy urgente, pero nada es más importante que nuestro despertar, nuestra liberación y nuestra iluminación espiritual, especialmente si lo que estamos haciendo ahora lo hacemos desde la óptica de la ignorancia, lo cual tarde o temprano nos causará daño o se lo causará a alguien más, lo cual se convertirá en un karma negativo y por lo tanto en sufrimiento. Más como dijo Jesucristo: “no hay peor sordo que el que no quiere oír”.

Karma o no Karma

No todo es Karma, pero el Karma existe

5 Ordenes o Procesos (Niyamas)

De acuerdo al Buddhismo, hay cinco órdenes o procesos (niyamas) que operan en el ámbito de lo físico y lo mental:

- I. Kamma niyama: orden de acto y consecuencia, por ejemplo, actos deseables o indeseables producen los correspondientes buenos o malos resultados.
- II. Utu niyama: orden físico (inorgánico), por ejemplo, fenómenos estacionales de viento y lluvias.
- III. Bija niyama: orden de los gérmenes y semillas (orden orgánico-físico); por ejemplo, el arroz producido por semillas de arroz, el sabor dulce de la caña de azúcar o la miel, etc. La teoría científica de las células y genes y la semejanza entre hermanos gemelos son ejemplos de este orden
- IV. Citta niyama: orden de la mente o ley psíquica, por ejemplo, procesos de la conciencia (citta vithi), poder de la mente, etc.
- V. Dhamma niyama: orden de la norma, por ejemplo, los fenómenos naturales que suceden cuando adviene un Bodhisatta en su último nacimiento, la gravedad, etc.

Fuentes:

VI-Kamma o La Ley de Causa y Efecto
Buddhismo en Breve

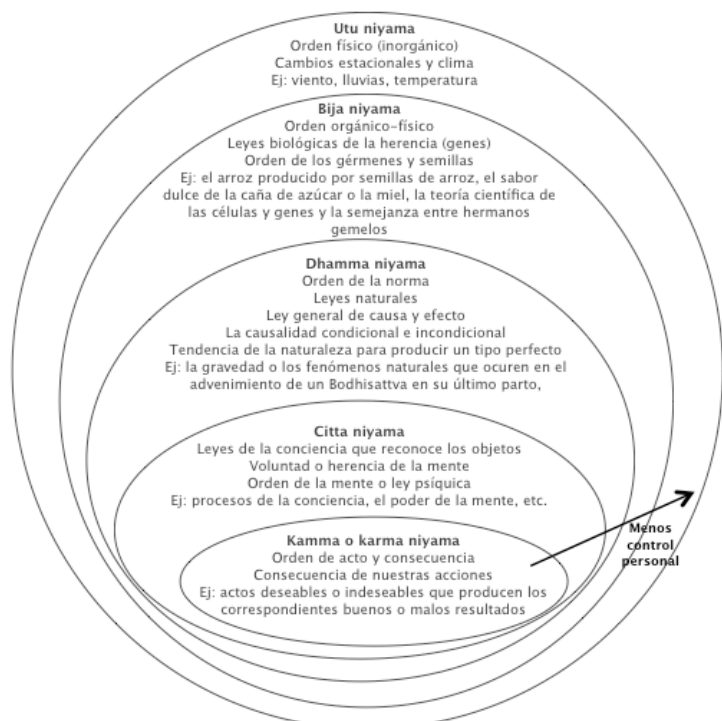
Este libro es la traducción al español de la obra *Buddhism in A Nutshell* del Venerable Narada Mahathera.

Traducción al español por Rafael Pérez Ibarquien y otros. Versión original © 1982 Buddhist Publication Society 1997

y <http://en.wikipedia.org/wiki/Karma>
<http://www.buddhanet.net/nutshell06.htm>
http://www.buddhapadipa.org/pages/buddhism_kamma.html

5 Leyes, Ordenes o Procesos

El karma no es la única causa de todo lo que pasa. Los mecanismos causales que gobiernan el universo están catalogados en cinco categorías, conocidos como Niyama Dhammas



Problemas Intelectuales con el Párrafo

Una persona muy inteligente y práctica nos advierte:

“Tu redacción me parece perfecta, no cambiaría nada. El texto también me resulta totalmente aceptable, son verdades incontrovertibles, salvo cuando dice:

- originado por el resultado de mis acciones y tengo a mis acciones como mi único refugio”.

porque eso de “originado” está por demostrar, y lo del “refugio” porque no entiendo lo que significa. Por lo demás, es un texto lleno de verdad”.

Confucio dijo que si él fuese gobernante del mundo lo primero que haría sería arreglar las definiciones de las palabras, porque no todo significa lo mismo para todos. Tendríamos que aclarar qué significa “refugio”. (ver al final de este texto, en el glosario). Pero del otro lado tenemos el problema de que la afirmación de que somos “originados” por nuestras acciones, es una creencia que en principio puede parecerse dudosa, no aceptable en primera instancia o que debería ser probada. En otras palabras, existe una tesis propuesta: que somos originados por

nuestras acciones. Pero también existe una antítesis: que de entrada no me la creo. Tendríamos que plantear hipótesis, probarlas, experimentarlas y comprobarlas para poder llegar a una síntesis. Es decir, seguir el método TAHS: tesis-antítesis-hipótesis-síntesis. Eso es lo que nos recomienda tanto la lógica como la ciencia.

Sócrates propuso el método de la mayéutica, que consistía en preguntar y preguntar hasta ir encontrando la verdad. Sócrates procuraba alumbrar la solución de cada problema en los interlocutores, preguntándoles y presentándoles contradicciones, hasta llevar las cosas a un absurdo que fuese inaceptable, o hasta encontrar una verdad o idea o creencia que ya no pudiera ser atacable o que fuese incontrovertible, es decir, libre de controversia. Algo parecido a lo que planteó un escultor que cuando le preguntaron cómo hacía sus grandes obras de arte dijo que él sólo se limitaba a quitarle las piedras que no le pertenecían.... ¡Como si fuese tan sencillo!... Es lo que decían que hacían Miguel Angel y Leonardo da Vinci. Auguste Rodin fue más allá y dejaba parte de la piedra sin tocar para ofrecer la impresión de que su figura estaba surgiendo del caos... Pues eso es lo mismo que hacía Sócrates con su método de la mayéutica: irle quitando a

Tonalidad del Karma

O Naturaleza de un Karma

Según la intención que lo presida y la naturaleza del acto efectuado, cabe distinguir:

- Actos virtuosos o blancos (SC. Kusalakarma), cuyos resultados serán necesariamente agradables o favorables (causan bienestar o felicidad)
- Actos negativos o negros (SC. akusalakarma), cuyo resultado será necesariamente desagradable (causan malestar, dolor o sufrimiento).
- Y actos neutros (avyakrtakarma), cuyos resultados no son ni agradables ni desagradables.

El carácter favorable o desfavorable no está determinado por principios morales arbitrarios, sino por las implicaciones de los actos en cuestión. El criterio se establece tanto por la motivación del agente como por el sufrimiento o el bien que ocasiona a su objeto.



Tonalidad o Naturaleza del Karma

Acción (x)		Intención (y)
Intención negra/acto blanco	Intención blanca/acto blanco	
01=1	11=3	
00=0	10=2	
Intención negra/acto negro	Intención blanca/acto negro	

Ejemplos

Traición	Amor
Cínico	Amor duro

Para precisar la naturaleza de un karma, hay que establecer una distinción entre la intención (SC. asaya) y el propio acto (SC. prayoga).

1. Intención blanca/acto blanco: con una intención positiva, como la compasión, ayudar a los otros a superar sus dificultades o aliviar su sufrimiento.
2. Intención blanca/acto negro: con una intención positiva ayudar a los otros, el tener que mostrar cólera o severidad por su bien.
3. Intención negra/acto blanco: ofrecer a alguien una cosa que le será perjudicial (por ejemplo, ofrecer alcohol a un alcohólico) o mostrarse dulce y afable para mejor conseguir unos fines egoístas.
4. Intención negra/acto negro: movido por un impulso negativo, dañar a otro (por ejemplo, insultar llevados por la cólera o matar premeditadamente)

los postulados o tesis aquellas “piedras” que no le pertenecen hasta ir encontrando la belleza de la verdad. Como dice la Real Academia, la mayéutica es “el método socrático con que el maestro, mediante preguntas, va haciendo que el discípulo descubra nociones que en él estaban latentes”. Así como ese escultor decía que adentro de esa roca amorfa está latente una bella obra de arte.

El Buda nos propuso el camino inverso: “partir de una creencia correcta es la semilla de la sabiduría”.

Podemos partir de un diamante de verdad y con él enfrentarnos a todas las otras piedras de ignorancia e ir las demoliendo una a una, o podemos tomar una piedra en bruto y como el escultor irle quitando lo que le sobra, ir la puliendo, hasta que surja el diamante de la verdad. Al final el resultado debe ser el mismo.

Pero como dijo una persona: “en mi vida diaria, yo supongo que mis creencias son correctas. Pero no tengo parámetros para saber si es correcta o no. Este es el fundamentar de mi actuar. Ya voy coja”.

La respuesta del Bhikkhu Nandisena a este cuestionamiento es: “en un momento la creencia

deja de ser creencia porque uno corrobora la validez de la creencia”.

El método es:

1. Partir de una creencia
2. La validamos con la experiencia
3. Deja de ser una creencia

Y nos advierte:

“La creencia no es algo neutro. No es algo que usted lo deja en el refrigerador y nunca se sale. Sino la creencia es algo que guía todas nuestras acciones en la vida. Por eso las creencias son importantes, porque guían que actuemos de una u otra manera. Esas creencias que guían todas nuestras acciones, deben ser correctas”.

Es muy famosa la frase del Buda que dijo:

“No creas en lo que haz oído. No creas en la tradición porque provenga de muchas generaciones. No creas en nada de lo que se ha hablado muchas veces. No creas en algo porque haya sido escrito por algún viejo sabio. No creas en las conjeturas. No creas en la autoridad, en los maestros o en los ancianos. Cuando hayas observado y analizado detenidamente una cosa, que esté de acuerdo con la razón y beneficie a

Purificación del Karma

Al ponerse el karma intencional en marcha, deja una huella kármica (en Sánscrito vasana) en el continuo de la conciencia. Esta traza queda latente y se desarrolla en forma de semilla hasta que se reúnen las condiciones favorables para su maduración. De esa manera, cuanto más rápidamente se purifica una huella kármica, más fácil resulta neutralizarla. Con el tiempo, se desarrolla y resulta difícil purificarla.

La purificación de un karma necesita de la conjunción de cuatro fuerzas:

1. La fuerza del remordimiento sincero
2. La fuerza de la resolución de no volver a comenzar (o cometerla)
3. La fuerza de prácticas virtuosas en general
4. La fuerza del soporte de la práctica (espiritual): la confesión ante los Buddhas, el espíritu de Despertar, la práctica de Vajrasatva, la recitación de mantras....

Dado que las huellas kármicas positivas y los méritos acumulados por una práctica virtuosa pueden quedar destruidos por los karmas negativos (“un instante de cólera destruye eones de virtud”), es necesario dedicar inmediatamente todo acto favorable al beneficio de todos los seres, para hacerlos indestructibles.

Por último, una vez que se han reunido las condiciones necesarias para la maduración del karma, se vuelve imposible contrarrestarlo: sus resultados son entonces ineluctables.

Diccionario Akal del Budismo. Philippe Cornu. Ediciones Akal. España 2004

Los 4 Poderes de Oposición



taringa.net

uno y a todos, entonces acéptala y vive conforme a ella”.

Es también muy citado su discurso ante los Kalamas, a quienes les advirtió:

“No se guíen por revelaciones o tradiciones, no se guíen por el rumor o por las escrituras sagradas, no se guíen por habladurías o por la lógica pura, no se guíen por la inclinación hacia una idea o por la capacidad de apreciación de otra persona y no se basen en la idea «él es nuestro maestro», sino cuando ustedes mismos sepan que una cosa es buena, que no es censurable, que es alabada por el sabio y que cuando es practicada ésa conduce a la felicidad, entonces síganla”.

Y como dice la monja Thubten Chödrön en Corazón Abierto, Mente Lúcida:

“Buda enseñaba a sus discípulos diciéndoles: no aceptéis mis enseñanzas simplemente por respeto hacia mí; analizadlas, examinadlas del mismo modo en el que un orfebre analiza el oro, frotándolo, cortándolo y fundiéndolo. Vosotros sois personas inteligentes y deberíais pensar sobre lo que escuchéis en este curso. No lo aceptéis ciegamente”.

Tesis, Antítesis, Hipótesis y Síntesis

En el párrafo de las 5 cosas que debemos reflexionar diariamente hay algunas creencias con las que no tenemos problema porque las podemos validar empíricamente, es decir en base a nuestra propia experiencia o simplemente observando a las gentes que nos rodean o leyendo un poco de historia. ¿Cuáles son?

1. Que todos envejecemos y que no podemos escapar del envejecimiento.

2. Que está en nuestra naturaleza enfermar y que no podemos escapar de enfermar.

3. Que todos vamos a morir y que nadie ha escapado de la muerte.

4. Que todo lo que es mío, que quiero y me deleita, cambiará y desaparecerá. Es decir que todo es impermanente, que todo muta momento a momento, instante a instante, que nada dura para siempre, que nada es eterno, que todo fluye, que todo por servir se acaba, se rompe, se desintegra.

Hasta ahí parece que no tenemos problemas. Aunque quizá algunos van a tener problemas con la 4a creencia. Y sino de manera racional, si de manera emocional. Unos por ejemplo sostendrán que existe un Dios que es eterno, aunque esa es una creencia que no podemos ni afirmar ni negar, porque antes tendríamos que probar o negar que

¿Debemos creer o no lo que se dice en esta Carpeta?

El Buda no pidió a sus seguidores tener fe en cosas que ellos no entendían propiamente.

Un día un grupo de gente llamados Kalamas que estaban confundidos por las enseñanzas de distintos maestros, le pidieron al Buda que les aclarara cómo podían distinguir entre lo que debían o no creer.

El Buda les explicó que una creencia puede ser falsa o verdadera y les aconsejó:

A. No creer en las tradiciones sólo porque se han transmitido durante muchas generaciones y en muchos lugares

B. No creer en nada, porque se rumoree o se hable por muchos

C. No creer porque está escrito o porque lo dice un viejo sabio.

D. No creer en lo que has creído, pensando que porque es extraordinario o que haya sido implantado por un ser sobrenatural.

¿En qué debemos creer entonces?

Después de observar y analizar algo, que está de acuerdo con la razón y es conductivo al bien y tiene provecho para mí y para todos, entonces puedo aceptar y vivir con esa creencia.

Dios existe, algo que tampoco podemos hacer. Es decir, estamos haciendo una especulación de otra especulación, o sea una especulación elevada al cuadrado, que son curvas parabólicas exponenciales que se van al infinito.

Primera especulación: Dios existe o no existe.

Segunda especulación: Dios es eterno o no es eterno.

Si no podemos resolver la primera especulación, no tiene ni siquiera caso plantearse la segunda. Eso es lo mínimo que nos recomienda la lógica, el pensamiento racional.

Aunque aquí, como dijo Sigmund Freud, el padre del psicoanálisis, hay gente que no requiere de una demostración racional o incluso científica de Dios, ya que para ellos es evidente que sí existe porque gozan del “sentimiento oceánico”, es decir que ellos sienten a Dios o lo experimentan o lo vivencian... Sin embargo, para los que no gozamos de tal suerte o privilegio y tenemos que conformarnos con el escepticismo, lo único que nos queda es lo que dijo el Buda de que esa creencia no es constructiva, es decir que negar o afirmar a Dios no nos va a llevar a nada constructivo, a nada positivo, porque el que cree en Dios estará esperando que él lo salve y no hará nada para su salvación y el que no cree caerá en el nihilismo, en la negación de todo y entonces no le dará un sentido constructivo a su vida. De ahí que lo más inteligente para quienes no gozamos del “sentimiento oceánico” analizado por Freud sea el mantener una posición agnóstica, es decir una “actitud filosófica que declara inaccesible al entendimiento humano todo conocimiento de lo divino y de lo que trasciende la experiencia”, como lo define la Real Academia. En otras palabras, que Dios está más allá de nuestras especulaciones filosóficas o de nuestras demostraciones científicas. Es un asunto de fe o dogma. Es algo que se debe respetar a quien lo tiene pero no imponer a quien no lo tiene.

En otras palabras, la primera especulación: existe o no Dios está más allá del conocimiento humano y perder tiempo en ello no es constructivo. Por lo tanto, de la segunda especulación, ya mejor ni hablamos.

La lógica nos dice que podemos especular sobre la realidad, pero que no podemos especular sobre las especulaciones. Por ejemplo: yo podría

especular: “qué pasaría si mi abuelita tuviera alas”, pero no puedo especular: “¿iría volando a Nueva York o a París?”. Primero tendríamos que lidiar con la primera especulación, la cual de por sí ya tiene muchos problemas, como para empezar a hacer una segunda especulación.

Pero volviendo a la 4a creencia podemos resolverla fácilmente si planteamos que vivimos en un Universo que avanza hacia la entropía, lo cual está demostrado científicamente, eso significa que vamos a la desorganización de toda la energía y la materia. En otras palabras que vamos hacia el Caos. Eso implicaría que nuestra Galaxia se va a desintegrar más o menos en 5 mil millones de años, así como nuestro Sistema Solar, el Planeta Tierra, los Continentes, nuestros “países”, nuestras casas y todas las cosas que ahí tengamos, y todos los seres. La transitoriedad quiere decir que dentro de 200 años no va a existir ninguno de los seres de los que actualmente comparten con nosotros este planeta. Habrá otros seres si es que para entonces no hemos acabado con la vida en el planeta por la contaminación y el calentamiento global, pero no habrá ninguno de los que ahora viajan con nosotros en esta Canica Azul. Nos duele aceptarlo, pero es un hecho incontrovertible, validado empírica y científicamente....

Entonces, haciendo una concesión salomónica, podríamos decir que exceptuando a Dios que por definición sería lo único eterno, todo lo que existe en este Universo “todo lo que es mío, que quiero y me deleita, cambiará y desaparecerá” tarde o temprano. Y de esa manera podríamos dejar zanjada la cuarta creencia tanto para creyentes como para agnósticos y podríamos concentrarnos ahora en la más polémica de las creencias, la quinta.

Volvamos entonces al 5o párrafo:

“Yo soy el propietario de mis acciones, heredero de las consecuencias de mis acciones, originado por el resultado de mis acciones y tengo a mis acciones como mi único refugio. De cualquier acción buena o mala que yo realice seré el heredero”.

Aunque al parecer hay partes de este párrafo que no presentan polémica y otras partes sí, vamos a tomar las cinco propuestas de este párrafo e ir las analizando una a una. Pero como esto requiere más sabiduría de la que nosotros tenemos, vamos a auxiliarnos de la ayuda del

Bhikkhu Nandisena, en tres conferencias que dio sobre la V Cumbre Mundial de Budismo, los días 21, 22 y 23 de enero de 2009, sobre el correcto entendimiento, que dentro del Budismo se considera el primero de los ocho senderos que conducen a la gente al despertar, a la liberación y a la iluminación.

Antes de ello quizá valga la pena decir que dentro del budismo al recto entendimiento se le denomina con la palabra en Pali “samadithi”, que se deriva de “sama”, creencia y “dithi” correcto.

Y “samadithi” es el primer paso que debemos dar, pues como dice el Buda: “así como el amanecer es el precursor y el primer indicio del sol naciente, así la recta visión (o correcto entendimiento) es el precursor y el primer indicio de los estados sanos de la mente”.

Las primeras creencias que deberíamos cuestionarnos son igualmente cinco:

1. Somos propietarios de nuestras acciones
2. Somos herederos de las consecuencias de nuestras acciones. Por lo tanto cualquier acción que realicemos, buena o mala, de ella seremos sus herederos.
3. Somos originados por nuestras acciones o nacemos de nuestro karma (karma en sánscrito significa acción, pero una acción volitiva, es decir una acción intencionada).
4. Tenemos como únicos familiares y parientes a nuestras acciones, y
5. Nuestro único refugio son nuestras acciones.

En Pali se dice:

“Sabbe satta kammasaka kammadavada kammayoni kammabandhu kammapatissarana, yam kammam karissanti kalyanam va papakam va tassa davada bhavissanti”

En Inglés se traduce:

“Whatever beings there are: they are the owners of their karma, heirs to their karma, born of their karma, related to their karma, abide supported by their karma; whatever karma they will do, whether good or evil, of that they will be the heirs”.

http://www.bps.lk/new_wheels_library/wh054-p.html

En Español, mi traducción imperfecta sería:

“Cualquier ser cual sea: ellos son los propietarios de sus acciones, herederos de su karma, nacidos de su karma, familiares de sus acciones, teniendo como único refugio sus acciones; cualquier acción que ellos realicen, buena o mala, de ella ellos serán sus herederos”.

Estas palabras que en Pali se conocen como kammasaka, kammadayada, kammayoni, kammabandhu y kammapatissarana, es lo primero que deberíamos entender, las primeras creencias que deberíamos confrontar con el método de la mayéutica socrática o con el método lógico o el método científico o con el método de la experiencia o con cualquier otro método que se nos ocurra, porque validar estas creencias es lo que nos puede abrir las puertas a la sabiduría, a vencer la ignorancia, a vencer el mal y acabar con el sufrimiento que le infringimos a los demás y a nosotros mismos.

1. Kammasaka.

(kamma=acción, saka=propietario)

Uno es propietario de sus acciones, de su karma.

Esta es la parte activa.

2. Kammadayada

(kamma=acción, dayada=heredero)

Uno es heredero de las consecuencias de sus propias acciones

Esta es la parte pasiva.

3. Kammayoni

(kamma=acción, yoni=origen)

Uno tiene el karma como origen.

4. Kammabandhu

(kamma=acción, bandhu=familiar)

Uno tiene al karma como familiar o amigo.

- Esas acciones nos acompañan a donde quiera que vayamos

5. Kammapatissarana

(kama=acción, patissarana=refugio)

Uno tiene al karma como su refugio, ayuda o protección

Empecemos, pues, con la primera:

1. Kammasaka

(kamma=acción, saka=propietario)

Uno es propietario de sus acciones, de su karma

Parte activa.

Somos propietarios o dueños de nuestras acciones.

El primer nivel de lo que se considera una creencia correcta es lo que en Pali denominan Kamasaka Samadithi.

Karma son las acciones, pero se refiere a acciones volitivas, intencionales, es decir acciones que hacemos con una intención, ya sea buena o mala.

Lo primero que tenemos que aceptar es que yo soy propietario de mis acciones y nadie más. Yo soy quien decide si hace o no la acción, pues existe el libre albedrío. Y aunque a veces estamos presionados por los demás o por las circunstancias para realizar ciertas acciones, al final del día, quien decide o no realizar la acción somos nosotros. Muchas veces nos gusta asumirnos como víctimas y decir: “me obligaron”, “no supe lo que hacía”, “no medí las consecuencias”, “no lo pensé dos veces”, “me precipité”, “estaba obnubilado”, “me aceleré”, “estaba confundido”, en realidad quien dijo o hizo lo que dijo o hizo fuimos nosotros. Quizá la presión de los demás o de las circunstancias aminora nuestra culpabilidad, pero los responsables de la acción somos nosotros, porque también somos nosotros quienes tenemos la libertad de hacer o no la acción. Si no estamos seguros o convencidos de una acción lo mejor es no hacerla a luego arrepentirnos.

En otras palabras, si no tuviéramos libertad tampoco tendríamos responsabilidad. Pero como somos libres somos responsables, aunque el tema de la libertad es algo sobre lo cual se podría escribir un libro completo.

En conclusión: asumir que nosotros somos propietarios o dueños de nuestras acciones implica asumir que tenemos libre albedrío y que somos seres libres, dueños de nuestros actos y por lo tanto responsables de los mismos. No podemos separar el binomio libertad-responsabilidad.

No podemos echarle la culpa de lo que hacemos o dejamos de hacer a un Dios o a la naturaleza, o a la suerte, o al destino, o a un gobierno o a la situación social, política o económica, o a nuestros padres, a nuestra familia o a nuestros amigos, parientes, jefes, colaboradores o empleados. A veces resulta cómodo aventar la piedra y esconder la mano, pero al final del día quienes asumimos la libertad volitiva de aventar la piedra fuimos nosotros y quienes somos responsables de haber aventado la piedra somos nosotros.

Como dice el Bhikkhu Nandisena: “uno

tiene que establecerse en esa concepción correcta de la propiedad de las acciones. ¿Qué significa eso? Significa el entendimiento de que para los seres, ya sea las acciones sanas o insanas, que uno realiza, son su única propiedad y que siempre esas acciones, nos pertenecen a nosotros”.

“Cada vez que nosotros realizamos una acción, existe previamente a la acción un estado mental que se denomina en Pali “cetana” que es la volición. Esa volición se dice que precede cualquier acción que nosotros realizamos. Mientras estemos despiertos, mientras estemos realizando acciones volitivas, cualquier cosa, desde hablar, moverme, cortar leña, uno tiene que tener una volición que precede la acción. Ese estado mental, ese factor mental, se dice que deja una potencialidad. Cada vez que nosotros realizamos una acción volitiva, las innumerables acciones que realizamos, dejan una continuidad en el estado mental. Nosotros en realidad tenemos una gran cantidad de potencialidad por las acciones que hemos realizado en el pasado, a través de la puerta del cuerpo, de la puerta del lenguaje. Existe ese factor mental y siempre surge asociado a este tipo de acciones. Nosotros tenemos acumuladas esas potencialidades”.

Esas potencialidades se denominan formaciones kármicas y se supone que surgen de la ignorancia y preconditionan nuestros estados de conciencia.

Esas potencialidades cuando las condiciones son propicias propician un efecto en la mente del individuo, le generan una intención y lo llevan a la acción. Eso es lo que dicho de una manera simple lo que genera “las experiencias que tenemos en la vida. Mientras tengamos esas potencialidades vamos a continuar en esta vida y en otros planos de existencia. Esa potencialidad es como el combustible”, dice Nandisena.

“Esas potencialidades que generan las acciones que nosotros realizamos, se dice que continúan después de la muerte. Por eso se dice que los seres son propietarios de sus acciones. La única propiedad que tenemos son nuestras acciones. Tenemos propiedades: muebles, inmuebles, a nuestros familiares, seres queridos, también los podemos considerar una propiedad, porque hay un vínculo. De acuerdo a las enseñanzas del Buda, esas propiedades nosotros las tenemos que abandonar en el momento de la muerte, nosotros nos tenemos que despedir de los seres que nos han rodeado, pero las acciones continúan. Esas acciones, esa potencialidad que

nosotros hemos acumulado en nuestra existencia continúa. Por eso el Buda dice que nosotros somos propietarios de nuestras acciones. Eso es lo importante. Lo importante de esto es que si de lo único que somos propietarios es de nuestras acciones y que es lo único que tenemos, nosotros debemos ser responsables de nuestras acciones. Uno debe abstenerse de acciones insanas, porque esas acciones insanas también son de nuestra propiedad y vamos a experimentar resultados desfavorables resultado de esas acciones. Eso significa aceptar responsabilidad de nuestras acciones. No es difícil aceptar esto. A lo mejor uno puede no estar seguro de que las buenas acciones den buenos frutos y que las malas acciones den malos frutos, porque es difícil ver la relación de causalidad, pero de lo que uno puede estar seguro es de que las buenas acciones benefician a los demás y que las malas acciones perjudican a los demás”.

“Sólo las acciones de los seres es su verdadera propiedad”.

Pero regresando al principio quizá convenga decir que los seres humanos no podemos dejar de actuar, porque incluso cuando no actuamos estamos actuando. No podemos dejar de respirar o hacer que deje de latir nuestro corazón o que dejen de funcionar nuestras tripas.

Es famoso el debate entre el Dios Krishna y el guerrero Arjuna en el Bagavagdita, el libro sagrado de los Hindus. En el campo de batalla, momentos previos al inicio de la guerra de Kurukshetra. Arjuna está lleno de dudas porque ve entre sus enemigos a sus propios parientes, amigos queridos y venerados maestros y duda si deba luchar contra ellos y matarlos. Pero Krishna le advierte que no puede no actuar, porque el no actuar es también otra forma de actuar.

En el cristianismo se dice que “pecamos de pensamiento, palabra, obra u omisión”.

La omisión es no pensar, no decir o no hacer lo que debemos de pensar, decir o hacer.

Elegir no elegir es también una elección. No tomar una decisión es tomar una decisión.

El ser humano no puede dejar de actuar. Pero podemos dividir las actuaciones en dos grupos:

a) las inconscientes o fisiológicas o instintivas, que compartimos con los animales. Son formas de actuar reflejas, donde no hay una intención, y

b) las acciones volitivas o intencionales, propias de los seres humanos, las cuales tienen una intención, un fin, el cual puede ser positivo o negativo, para nosotros y para los demás. Estas las podemos dividir en conscientes e inconscientes, es decir las que hacemos sabiendo las consecuencias de las mismas y las que hacemos como dormidos o víctimas de la ignorancia o la obnubilación.

Sigmund Freud plantea que existen tres niveles de acciones de acuerdo al estado psicológico del ser:

1. El primer nivel que denomina del “id” o “ello” es cuando los seres humanos actuamos impulsados por nuestros instintos primarios, más animales, por el impulso de vida o muerte. Es lo que denomina “el principio del deseo”. Se trata de demandas impulsivas, inconscientes, irracionales e ilógicas. Desconocen los valores, buscan el placer y evitan lo desagradable. Sería nuestra parte más animal.

2. El segundo nivel que denomina del “yo” o “ego”, donde se interpone el pensamiento entre el deseo y la acción. Es más racional. Entran los mecanismos de represión, de proyección, de racionalización, de sublimación. Entra el pensamiento realista. Opera el principio de realidad. Se trata de mecanismos de defensa. El ser reflexiona antes de actuar en las consecuencias de sus actos, ya no piensa sólo en sí, sino empieza a pensar en los demás, en si lo que va a hacer va a causar daño o sufrimiento a él o a los otros.

3. El tercer nivel que denomina del “superyó” o “superego”, es donde se interiorizan las prescripciones paternas y sociales, el miedo al castigo, la necesidad de afecto y protección. Se asumen las prescripciones familiares y sociales y surge la conciencia moral, las restricciones culturales. Es donde surge el principio de socialización. El individuo ya no piensa ni actúa sólo como individuo sino como ser social, familiar o integrado a cualquier núcleo laboral o una congregación religiosa. Acepta las normas y actúa según ellas aunque sacrifique sus intereses personales inmediatos en aras del bien común.

En el budismo se dice que el ser humano tiene tres puertas: la de la mente, la del habla y la del cuerpo, y que hay 10 acciones negativas que uno debería tratar de evitar:

I. Acciones del Cuerpo negativas:

1. Matar
2. Robar
3. Tener sexo que dañe a otros

II. Acciones del Habla negativas:

4. Mentir
5. Ofender
6. Dividir a los demás
7. Chismear o tener un hablar fútil

III. Acciones de la Mente negativas:

8. Codiciar
9. Maldecir
10. Tener una visión errónea

Pero es precisamente la visión errónea de las cosas, la número 10 o el mal entendimiento de la realidad, la ignorancia, lo que nos va a llevar a cometer las otras 9 acciones negativas. Por eso el correcto entendimiento de la realidad, la sabiduría, es lo que nos va a llevar a la ética, entendiendo como ética el no hacer cosas que dañen a los demás, que les provoquen dolor o sufrimiento y tampoco cosas que nos dañen a nosotros. Quizá entonces deberíamos numerar esas acciones al revés, empezando por la visión en un primer lugar.

Igualmente quizá las acciones más negativas son las que cometemos con el cuerpo (matar, robar), en segundo lugar con el habla (mentir) y en tercer lugar con la mente (maldecir, codiciar, ignorancia).

Por ejemplo, podemos pensar en matar, eso ya es malo, tuvimos la intención, pero si no llevamos a cabo la acción, en realidad nadie nos puede culpar de algo que no hemos hecho y no nos van a poder meter a la cárcel, pero mentalmente acumulamos un karma negativo.

Cuentan que un día el Buda estaba con un discípulo al que lo estaba molestando una mosca. Este pensó en matarla pero inmediatamente se arrepintió porque los budistas no pueden matar a ningún ser, porque consideran que en otra vida pudo haber sido su madre. Pero el Buda, que leyó sus pensamientos, le advirtió que el karma negativo ya había sido acumulado. Por eso, decíamos, el cristianismo dice “pecas de pensamiento, palabra, obra u omisión”. Ese discípulo no pecó de obra, pero sí de pensamiento. ¿Imaginen el mal karma que acumulan los que asesinan, secuestran, roban, violan?

Obviamente consumir la acción genera más karma negativo que el simplemente haberla pensado pero no realizado, pero en ambos casos se genera karma.

Por eso el Bhikkhu Nandisena dice: “¡Si una acción negativa madurara inmediatamente, nadie se atrevería a realizarla!”, pero como advierte el Buda: “tú que no tienes fe, haz lo que te plazca”.

El cristianismo diría: “tú que tienes temor de Dios, abstente del pecado o de las malas acciones”. Pero no debemos dejar de cometer malas acciones sólo por temor a un castigo en esta o en otra vida, sino por convicción personal. No hay nadie que nos castigue. Nosotros nos castigamos a nosotros mismos. Nosotros somos nuestros peores enemigos. No hay un Dios vengativo, existe la Ley del Karma que se denomina la Ley Universal de la Retribución Moral de las Acciones: si hacemos cosas positivas, vamos a cosechar frutos agradables, si hacemos cosas negativas para nosotros o los demás vamos a pagar los precios, a sufrir las consecuencias. Lo podemos o no creer. El Buda nos invita a experimentarlo, a probarlo, a vivenciarlo. No es una cuestión de dogma o de fe, es una cuestión que se tiene que validar empíricamente. De nada nos sirve creerlo, sino que tenemos que probarlo por nosotros hasta que lo validemos con la experiencia y se vuelva una convicción.

Lo que no se vale, lo que es estúpido, es invalidarlo *a priori*, no validarlo con la experiencia y desechar esta creencia sin haberla puesto a prueba. Por eso el Buda dice: “si no tienes fe, haz lo que te plazca”. Otros dirían “púdrete en los infiernos”. No sabemos si los infiernos existen o no. Sería otra creencia que no podemos validar. El Buda simplemente te invita a que sigas con tu comportamiento ignorante, soberbio, cínico y que pagues o asumas las consecuencias. No las que te impone un Dios ni nadie, sino tu mismo, con tu errónea visión y tus acciones equivocadas. Pero si quieres dejar de sufrir, si ya estás harto de una vida miserable, entonces te ofrece un camino en el cual puedes adquirir sabiduría y puedes liberarte de mal y del sufrimiento. No es algo de fe, sino algo que tienes que validar empíricamente, por ti mismo. Más ¿cómo conocer un camino sin recorrerlo y cómo pretender llegar al destino si nunca nos pusimos en marcha?

2. Kammadayada

(kamma=acción, dayada=heredero)

Uno es heredero de las consecuencias de sus propias acciones.

Parte pasiva.

“La segunda forma de explicar esto es que los seres son herederos de sus acciones. Si nosotros generamos una acción volitiva, esta acción produce un efecto. El efecto, la experiencia o resultado de la acción es como la herencia que nosotros recibimos. Los padres dejan una herencia a los hijos. Esa herencia que pueden usar los hijos para disfrutar o vivir mejor, es algo que tiene una validez o una fecha de caducidad, hasta el momento de la muerte. Cuando uno muere se la tiene que pasar a otro. Pero los resultados de las acciones trascienden esta vida. Uno es propietario de la causa y del efecto. Eso significa que es responsabilidad individual.

“Tenemos el lado pasivo del karma, que es el resultado. Cuando hablamos de que los seres son propietarios de sus acciones, es el lado activo. Con el lado activo tenemos acuerdo. Pero cuando uno experimenta resultados insanos, uno no sabe cuál es la causa, a veces es difícil aceptarlo”.

A uno le pasa una calamidad, una desgracia y uno no piensa que es por culpa de algo que uno hizo en esta o en otra vida. Uno ya no se acuerda de lo que hizo mal y mucho menos asume uno que uno sea el responsable de las desgracias que nos pasan.

“Recto entendimiento es aceptar que uno es propietario de esa experiencia, de ese efecto”.

Aceptar que uno es responsable de lo que está viviendo es recto entendimiento, rebelarse contra eso, resistirse a aceptarlo, no es recto entendimiento, dice Nandisena.

“Se dice que la causa es mental, aunque uno puede realizar acciones con el cuerpo. El efecto puede ser mental o físico. El karma desagradable puede manifestarse en acciones físicas, tener problemas congéneres de nacimiento. A lo mejor puede tener influencia externa, de los padres. Pero la persona que hereda eso, es la que tiene eso”.

Muchas veces suponemos que lo que nos pasa es producto de un Dios, del destino, del azar, de las circunstancias o que es culpa de un gobernante, de la naturaleza, de leyes físicas, químicas o biológicas, de las circunstancias políticas, económicas o sociales, culpa de nuestros padres, hermanos o familiares, culpa de nuestros jefes, vecinos o de la sociedad en la que vivimos. Nos cuesta trabajo aceptar que nosotros

y sólo nosotros somos los responsables de lo que nos pasa, que nosotros nos lo generamos, que nosotros somos los dueños de nuestro destino, de lo que sembramos y de lo que cosechamos.

Como dice Nandisena, podemos aceptar la parte activa, la de nuestros actos, pero como no vemos la condicionalidad directa con lo que nos pasa, entonces no aceptamos la parte pasiva, de que todo lo que cosechamos en esta vida, nuestra salud o enfermedad, nuestra riqueza o pobreza, nuestro bienestar o malestar, nosotros y sólo nosotros lo generamos.

Lo anterior se debe a que todo lo que se siembra se cosecha, pero no se cosecha el mismo día en que se siembra.

Nosotros podemos hoy hacer algo negativo pero la consecuencia de lo mismo se puede presentar mañana o dentro de un año o dentro de 10 años o después de esta vida, es decir hasta que las condiciones sean propicias. Por eso mucha gente puede robar y salirse aparentemente con la suya, que no lo cachén, que no lo castiguen, que no sufra aparentemente ningún castigo ni mal, pero eso no quita que tarde o temprano no va a sufrir las consecuencias. No se puede violar principios sin sufrir los efectos. No se puede no pagar la factura, no pagar el precio. Como se dice en economía “there isn’t free lunch”, no hay comida gratis, siempre hay alguien que paga la factura. Todos los platos que rompemos los vamos a tener que pagar, de una u otra forma, en esta o en otra vida. Pero nuevamente, como dice el Buda, “tu que no tienes fe, haz lo que te plazca”.

Si creemos que es un Dios el que nos hace el bien o el mal, entonces eso significa que nosotros no somos libres de nuestros actos y por lo tanto tampoco responsables. Entonces deberíamos pasarle a él todas las facturas de lo bueno y malo que hacemos, ya que él es el que nos mueve los hilos. Si por el contrario, creemos que nosotros somos los dueños de nuestros actos, como vimos en el punto uno, entonces nosotros también debemos asumir que nosotros somos los dueños de las consecuencias de esos actos. Es decir que somos dueños de la parte activa y de la parte pasiva, de la causa y del efecto. Eso implicaría que no existe la casualidad, sino la causalidad. Es decir que no existe el azar o el destino, sino que lo que vivimos nosotros y sólo nosotros somos los que nos lo generamos. Si no nos gusta lo que estamos viviendo o lo que tenemos, entonces es momento de empezar a generar otra

cosa. Pero no podemos esperar que de un día para otro limpiemos nuestro karma o nos creemos una nueva realidad. Quizá llevamos muchísimos años o incluso vidas mintiendo o robando y hemos acumulado mucho karma negativo, no podemos pretender que porque ya nos arrepentimos, que porque ya lo dejamos de hacer un día o una semana o incluso un año, toda esa montaña de mal karma, todo ese potencial negativo, va a desaparecer. ¡Es valiosísimo ese paso que acabamos de dar, de reconocer que hemos actuado mal, de arrepentirnos, de ofrecer una disculpa, de reparar el daño, de tener un gesto de compensación con quien lastimamos, dañamos o herimos, de hacer la promesa o voto de no volverlo a hacer, pero eso no borra en automático todo el mal que hicimos en el pasado! Lleva tiempo, mucho tiempo en borrar el mal karma, esa es la mala noticia. La buena noticia es que si es posible, de que sí es posible liberarnos, purificarnos, crear un nuevo destino. Nosotros y sólo nosotros somos los arquitectos de nuestro destino, los dueños de nuestra vida.

Podemos hoy empezar a generar un nuevo patrón mental, un nuevo patrón de comportamiento que nos genere un nuevo destino.

Como dice el Buda en el Dhamapada: “la pureza y la impureza dependen de uno mismo. Nadie puede purificar a otro”.

Si un Dios pudiera liberarnos de un mal en su infinita bondad y compasión ya lo habría hecho. No hay ningún Dios que borre los pecados del mundo, los tenemos que borrar quienes los cometimos. Si un Dios pudiera hacerlo, no habría entonces sufrimiento en el mundo, niños que se mueren de hambre, guerras, violaciones, secuestros, robos. Nadie mataría o abusaría de otro. Si existe el mal no es por culpa de Dios ni por ausencia de Dios. Como dijo Santo Tomás si existe Dios no se ocupa de las cosas mundanas. Existe el mal porque existe la ignorancia y ésta puede ser erradicada. Nuestras malas acciones que perjudican o dañan a los demás son obra de nuestra ignorancia, de intenciones torcidas que podemos enderezar o eliminar. No podemos eliminar el sufrimiento ni la ignorancia en el mundo, pero si podemos eliminar la ignorancia de nuestra mente y dejar de dañar a los demás. Podemos convertirnos en un atractor dentro del caos y curiosamente el día que eliminemos de nuestra mente la ignorancia y el mal, entonces experimentaremos otra realidad, habremos purificado nuestro mundo. Más mientras

estemos con el dedo apuntando a Dios, a nuestros padres, a los gobiernos, a los sistemas políticos o sociales, a la naturaleza o a cualquier otra cosa externa a nosotros de nuestros males, tragedias o desgracias, asumiéndonos como víctimas, simplemente estaremos en una visión incorrecta, irresponsable, infantil. Todos los días leeremos el periódico buscando a los malos, a los culpables para huir de enfrentarnos a la única realidad y verdad: de que nosotros somos los dueños de lo que nos pasa, los herederos de nuestras buenas y malas acciones y que si estamos viendo mucha injusticia a nuestro alrededor, muchas desgracias, mucho sufrimiento es quizá porque eso es lo que generamos en nuestra mente, con nuestras intenciones o con nuestras acciones del pasado. Nosotros fuimos el Hitler, el Mussolini, el Stalin y nos cuesta mucho trabajo reconocerlo. Por eso buscamos afuera de nosotros Hitlers peores para echarles la culpa, para evadir nuestra responsabilidad, para aventar la piedra y esconder la mano, porque no podemos asumir nuestro autoengaño, que nosotros nos hemos autotraicionado y que nosotros estamos en La Caja, como advierte el Instituto Aringer. Nos costaría mucho trabajo aceptar eso, vivir con eso, por eso preferimos seguirnos contando un cuento de hadas, de que nosotros no somos responsables de las desgracias y tragedias que nos toca vivir, es más cómodo el papel de víctimas. En lugar de pararnos por nuestra vida, hacernos responsables y poner un punto final a esas erróneas creencias, hábitos, formaciones kármicas, potenciales y empezar, desde hoy, a generar un futuro nuevo y mejor para nosotros y los demás.

3. Kammayoni

(Kamma=acción, yoni=origen)

Uno tiene el karma como origen

“Nosotros estamos originados por el karma. Esto es una afirmación o declaración del Buda que es radical. ¿Qué significa? Que nuestro verdadero origen es el karma”.

El acto que hacemos genera una consecuencia. Es decir tenemos una causa (el acto) que genera una consecuencia (el efecto), pero esto genera una inercia, un patrón, una tendencia, como diría Newton, una fuerza que nos va a mantener renaciendo en lo mismo, una y otra vez. Es decir que si somos mentirosos vamos a seguir mintiendo hasta que no venga otra fuerza que nos saque de esa inercia. Es decir, que la mentira que decimos genera más y más mentiras y al final nos hace mentirosos. Entramos a un loop a un bucle a un círculo

vicioso. Por eso el Buda dice que somos originados por nuestras acciones. Estos son los vasanas que se depositan en nuestra conciencia mental, en el alaya vinaya o depósito de vasanas. Esos vasanas es la energía que como la ley de la inercia de Newton genera un potencial, una fuerza que se va a manifestar en nuestra forma de entender la vida, de formular nuestras intenciones, de hablar y de actuar. Es lo que genera nuestro destino, nuestro carácter, nuestros hábitos, nuestros patrones de comportamiento.

El origen del ser humano es la unión del padre y de la madre. Nosotros podemos entender esto. La unión del esperma y del óvulo, de acuerdo con la ciencia, es la condición para que nazca un nuevo ser, dice el Bikkhu Nandisena.

“De acuerdo con el budismo esas dos condiciones no son suficientes, se requiere una tercera condición: la fuerza kármica del ser que va a reconectar”.

Reconectar es el momento en que se gesta un nuevo ser, es decir nueve meses generalmente antes del nacimiento.

“Solamente cuando se dan esas tres condiciones:

- el padre y la madre
 - el esperma y el óvulo
 - la fuerza kármica
- puede generarse un nuevo ser”.

“Entonces, de acuerdo con el Budismo, la unión del padre y de la madre, es simplemente como la tierra firme, para que la fuerza kármica, que es la semilla, se implante y crezca. Por esa razón el Buda dice que el karma es nuestro origen”.

Así como si no hay padre ni madre, ni esperma ni óvulo no se genera un nuevo ser, también si no hay fuerza kármica tampoco se puede generar. Todos esos factores son necesarios, pero no suficientes.

El padre y la madre son el elemento material, el esperma y el óvulo la causa conducente, pero el karma es el elemento potencial.

Esto es más difícil de aceptar. Los primeros dos postulados, la de que uno es propietario de sus acciones y que uno es heredero de las consecuencias de sus acciones, estaban más fáciles, pero esta tercera es más difícil de

demostrar, de pasar de la creencia a la experimentación, a la vivencia y a la convicción. El budismo no pretende que nadie crea nada, ni acepte ningún dogma, ni ninguna declaración porque la afirma el Buda o por fe. ¿Pero cómo probar que lo que aquí se dice es cierto? Honestamente yo no tengo la respuesta. ¿Podrá un día la ciencia probar que esto es cierto o falso? Sería muy interesante. El budismo no es acientífico, sino que es quizá el paradigma espiritual más científico que existe. Va con la ciencia, pues como ella busca siempre la explicación racional, convincente, pero también la explicación demostrada empíricamente, experimentalmente, vivencialmente. Busca las causas y los efectos y algo que pueda ser verificado y demostrado por un tercer imparcial. Como nada de eso puedo hacer vamos a dejar esta tercer postulado a nivel de creencia, lo cual le quita fuerza y por lo tanto es válido el escepticismo. Una gente inteligente no debe aceptar nada que no haya sido probado. El mismo Buda nos lo advirtió.

Pero también nos dijo que el día que comprendamos que la ignorancia genera las formaciones kármicas (la actividad volitiva, la intención) y esta genera la conciencia y esta al individuo psico-físico (el nombre y la forma) y que este genera los sentidos, el contacto, las sensaciones, la sed o deseo, el apego, el devenir, el nacimiento, el envejecimiento y la muerte, ese día nos podremos liberar del samsara. Ya que esa cadena de 12 eslabones interdependientes es lo que nos tiene aprisionados.

En el Budismo se nos invita a reflexionar en las causas y sus consecuencias y a reconocer “que el presente es el producto de nuestras acciones pasadas, y que el futuro será el resultado de nuestras acciones presentes”.

El Buda dijo: “Si quieres conocer el pasado mira el presente que es su resultado. Si quieres conocer el futuro, mira el presente que es su causa”.

Y George Orwell dijo: “Quien controla el pasado controla el futuro; quien controla el presente controla el pasado”.

Si controlamos nuestros actos presentes no sólo vamos a crearnos un mejor futuro, sino al mismo tiempo, como un escultor, nos estaremos esculpiendo, nos estaremos dando forma, ya que lo que somos hoy es producto de lo que hemos hecho o dejado de hacer en el pasado. Cada acto que llevamos a cabo es como una cincelada que

hacemos en nuestra propia escultura, nosotros somos nuestra propia obra.

Es difícil de creer, de entender y de explicar, pero es la manera más poética de entender y aceptar lo que somos y lo que nos sucede. Dejamos de ser víctimas y nos convertimos en nuestros propios generadores o hacedores. No hay nadie a quien echarle la culpa o a quien agradecer, más que a nosotros mismos. No hay un Dios a quien culpar y tampoco significa que nosotros seamos dioses, sino que nosotros somos nuestros escultores. El día que quitemos de encima todas las rocas o piedras o basura que nos cubren, ese día aparecerá el ser brillante, luminoso, búdico que existe en nuestro interior, en nuestro potencial. Somos Budas aunque no lo sepamos, aunque estemos por ahora recubiertos de mucha mugre de ignorancia y de emociones perturbadas. Si no existiera en nosotros ese potencial entonces jamás lo podríamos lograr. Somos como un vaso de agua sucia que podemos purificar porque el potencial del agua es la pureza. Afortunadamente nos podemos purificar y liberar de todo ello y afortunadamente el Buda nos dijo como lograrlo. Y el mismo demostró cómo hacerlo. Esa es la maravilla del Octuple Noble Sendero. Ahí está la receta, el jabón y el cincel para esculpirnos.

4. Kammabandhu

(kamma=acción, bandhu=familiar)

Uno tiene el karma como familiar o amigo

Esas acciones nos acompañan a donde quiera que vayamos.

Kamabandhu significa que el karma son nuestros familiares y amigos, lo cual significa que solamente las acciones sanas e insanas de los seres son sus verdaderos familiares y amigos, ya que siempre nos acompañan a donde sea que vayamos, en esta vida y en el ciclo de renacimientos.

Esto lo podemos entender de distintas formas:

- En primer lugar, porque el hecho de que tengamos buenos familiares y amigos, gente benefactora, es también producto de nuestro karma pasado. O si tenemos enemigos, también es por nuestro karma pasado. Todo lo que uno encuentra, gente que le ayuda o auxilia a uno, también está relacionado con el karma pasado.

- En segundo lugar, porque los familiares y amigos pueden morir, los podemos perder, en el momento de su muerte o de nuestra muerte, nos tenemos que despedir de ellos. En cambio no hay manera de perder o despedir el karma que

nosotros hemos generado ni sus consecuencias.

Podemos aplicar los 4 Poderes de Oposición:

1. Arrepentimiento (lo cual implica aceptar que cometimos una falta y ofrecer una disculpa. Parte pasiva)

2. Corregir el daño (si aceptamos que algo se hizo mal y que provocó un daño o sufrimiento a alguien debemos corregir ese daño y dejar de causar daño. Pero si el niño ya se ahogó, entonces debemos tapar el pozo, para que ningún otro niño se vuelva a ahogar. Esta es la parte activa).

3. Determinación de no reincidir en la acción. Hacer un voto o compromiso de no volver a cometer el mismo error.

4. Tomar refugio en el Buda, en el Dharma y en la Sangha y generar una mentalidad altruista (Bodhichita). Sólo cambiando nuestros estados mentales, sólo eliminando la ignorancia, sólo superando las emociones perturbadas, sólo cultivando la sabiduría, la ecuanimidad y el amor hacia nosotros y los demás, garantizaremos que en el futuro no volvamos a cometer la misma acción.

Se trata no sólo de reparar la mala acción, sino romper el patrón, el potencial que nos ha llevado en el pasado y en el presente a realizarla y garantizar que ya no se va a realizar en el futuro, generando otra mente, otra actitud, otro entendimiento de las cosas, otra intencionalidad y otro tipo de acciones.

5. Kamapatisarana

(kama=acción, patisarana=refugio)

Uno tiene el karma como su refugio, ayuda o protección

El verdadero refugio son las acciones.

Los budistas toman refugio en el Buda, en el Dharma y en la Sangha, lo que se denomina como la Triple Joya.

¿Qué es el refugio? Es un lugar donde nos sentimos seguros, protegidos, donde sentimos confianza, bienestar, seguridad. A veces tomamos refugio en nuestros padres, en nuestro hogar, con nuestra familia, en nuestro trabajo, en nuestro Dios, en nuestras creencias, en nuestro dinero, en nuestra comunidad espiritual, en nuestros vecinos, en nuestros connacionales, en nuestro gobierno, en nuestros amigos o conocidos.

Pero si uno de esos refugios es impermanente, perecedero, si mutan momento a momento, si envejecen o mueren, si se rompen o

se acaban, ¿pueden entonces ser refugios seguros? La idea es que nuestro refugio sea algo realmente confiable, duradero. El budismo propone que con esas características sólo existen tres refugios:

- El Buda, el cual no se entiende como un Dios, sino como el potencial búdico que todos llevamos en nuestro interior. En otras palabras sólo nosotros somos nuestro refugio. Como dice el mismo Buda: ¿qué otro refugio podríamos tener?.

Por eso dijo:

“Siempre que te sientas confundido, enojado o perdido, si practicas la respiración consciente y regresas a la isla que hay en tu interior, estarás en un lugar seguro, iluminado por la cálida luz del sol, con refrescantes sombras de árboles y bellos pájaros y flores”.

Asimismo advirtió:

“Tomad refugio en vosotros mismos y en nada más. El Buda, el Dharma y la Sangha están en vuestro interior. No persigáis cosas que están lejos. Todo está en vuestro corazón. Sed una isla para vosotros mismos”.

Y fue más allá:

“Confía en ti mismo. Trabaja en tu propia salvación con diligencia. No coloques ninguna mente por encima de la tuya”.

Buda no es un falso Dios. No se toma refugio ante él pensando que él nos puede dar algo o nos puede ayudar o nos puede salvar. Si un Buda pudiera ya lo habría hecho. No hay ningún Dios o Buda que pueda salvar a ningún ser humano porque si pudiera ya lo habrían hecho en su infinita compasión. Los únicos que podemos salvarnos somos nosotros mismos. Por eso en lo único que podemos refugiarnos es en nosotros mismos. Nuevamente: “la pureza y la impureza dependen de uno mismo. Nadie puede purificar a otro”. Igualmente nadie puede cambiar a otro, ni siquiera incentivarlo o motivarlo a cambiar. El cambio es una decisión personal, interna, propia. Si uno quiere cambiar entonces los dioses o los budas lo pueden ayudar a uno. Pero si uno no quiere cambiar no hay nadie que lo pueda ayudar, de ahí la frase: “ayúdame a ayudarte”.

El Buda es simplemente alguien que nos descubrió nuestro potencial, nuestra libertad,

que nos puso el ejemplo, el modelo y quien nos brindó su amor tutorial, sus enseñanzas y nos enseñó cómo organizarnos. Le tenemos respeto, admiración. Es un guía, es alguien que ilumina el sendero, pero no puede recorrer el sendero por nosotros. No puede convertirnos en Budas, sólo nosotros podemos convertirnos en Buda tomando refugio en el Buda que existe en nuestro interior, nuestra parte pura, nuestra parte divina.

Se toma refugio en el Dharma que son las enseñanzas, pero no las que están escritas en el Cannon Pali o en cualquier otro libro o en cualquier discurso o sermón de cualquier maestro, sino en las enseñanzas que experimentamos por nosotros, que vivenciamos, que verificamos y validamos. El Dharma vivo, el Dharma actuante, el Dharma que transforma nuestras vidas y que guía nuestras acciones. El Dharma que nos lleva hacia el despertar, la liberación y la iluminación. El Dharma que nos aporta sabiduría, el Dharma que nos conduce a un comportamiento más ético, el Dharma que nos permite un mejor dominio y control de nuestra mente. El Dharma que nos lleva a la cesación de la ignorancia, del mal y del sufrimiento. El Dharma que nos lleva a la felicidad absoluta, al Nirvana. El Dharma que nos dice qué acciones debemos hacer y cuáles no y que genera nuestro destino y nuestro origen.

Y se toma refugio en la Sangha que es la comunidad espiritual, donde están nuestros compañeros y amigos, donde está el gurú o el lama, gente más avanzada que nosotros en el Sendero, gente que nos puede ayudar con sus conocimientos, con sus experiencias, gente que nos puede levantar cuando nos caemos, gente que nos puede animar cuando queremos dejar de luchar, cuando queremos desistir, tirar la toalla.

Pero no debemos tomar refugio en algo que no creemos o que no sentimos. Cuesta mucho trabajo tomar refugio en el Budha, el Dharma y la Sangha. Primero porque no los vemos como refugio, no los aceptamos como tales y segundo porque nos cuesta trabajo desprendernos de los refugios que nos han brindado seguridad en el pasado o nos la siguen brindando en el presente.

Aquí lo mejor quizá es recordar la historia de Upali, quien era seguidor de otra religión y que un día fue a ver al Buda para discutir con él y tratar de convertirlo. Pero después de hablar con el Buda quedó tan admirado que decidió convertirse en su seguidor. Pero el Buda le dijo:

- “Primero realice una investigación adecuada. La investigación adecuada es buena para una persona famosa como usted”.

A lo que Upali respondió:

- “Ahora estoy aún más complacido y satisfecho cuando el Buda me dice «primero realice una investigación adecuada». Debido a que si miembros de otra religión se hubiesen asegurado de mí como su discípulo hubieran desfilado por toda la ciudad con una pancarta diciendo: «Upali se ha unido a nuestra religión». Pero el señor me dice: «primero realice una investigación adecuada. La investigación adecuada es buena para una persona famosa como usted».

El Venerable Dhammika, en “Buena Pregunta, Buena Respuesta”, advierte:

“En el budismo, el entendimiento es la cosa más importante y el entendimiento lleva tiempo. Por lo tanto, no se precipite impulsivamente al budismo. Tome su tiempo, haga preguntas, piense cuidadosamente y entonces tome su decisión. El Buda no estuvo interesado en tener grandes cantidades de discípulos. Se preocupó de que la gente siguiera sus enseñanzas como resultado de una cuidadosa investigación y consideración de los hechos”.

Así que no tome refugio en el Buda, en el Dharma y en la Sangha si no está convencido y si no nace ese impulso en su corazón. Tómese su tiempo, investigue, estudie, cuestione, siga investigando. Si tiene otra religión siga con ella, si tiene otras creencias siga con ellas. Es lo que recomendaba el Buda. No hable mal de sus sacerdotes, de sus iglesias o de las creencias que le sirvieron en el pasado. Si usted es cristiano, musulmán, judío, hindú, taoísta o de cualquier otra religión, respételas, porque fueron vías que le ayudaron a sobrevivir y llegar a donde está ahora. Si es escéptico, no creyente, ateo o agnóstico, igual. No hay un solo camino, todos los caminos que permitan a la gente llevar una vida más ética, salir de la ignorancia y tener una actitud más compasiva y mayor amor a sí y al prójimo, son buenas. Si tiene otras inquietudes, si es un buscador o si ya no le satisfacen las explicaciones que lo dejaban satisfecho en el pasado, entonces haga como el Buda y empiece por estas cinco creencias que se proponen en este escrito o haga como Sócrates y a través de la mayéutica empiece a preguntar, a confrontar.

El Buda, el Dharma y la Sangha no han existido siempre. En este planeta apenas hace 2,500 años. Cristo apenas hace 2,000 años. Mahoma apenas 1,500 años. ¿En que se refugiaba la gente antes? Sólo en sus bienes o en sus acciones. Pero ya vimos que los bienes van y vienen, son perecederos, inestables, poco confiables. Hoy tenemos dinero y mañana no. Hoy tenemos familiares y mañana no. Hoy tenemos amigos y mañana no. Hoy tenemos trabajo y mañana no. El Buda no ha existido siempre en este mundo. Lo único que ha existido siempre, desde que nacimos, son nuestras acciones. No podemos dejar de actuar, como dice el Bagavagdita, por eso el único refugio verdadero que tenemos son nuestras acciones.

De acuerdo con la enseñanza del Buda los refugios no siempre existen. Hace 3000 años el Buda no existía. Hace 2500 años Jesús no existía. Hace 2000 años Mahoma no existía. ¿En quién se refugiaba la gente de esos tiempos cuando no existía ni el budismo, ni el cristianismo ni el islamismo?. Sólo en sus acciones. “Las acciones son el refugio de los seres”, dice Nandisena.

En el verso 160 del Dhamapada el Buda dice que uno mismo es realmente el protector de uno mismo, “¿qué otro protector podría haber?”. Entrenándose bien a uno mismo uno obtiene protección. Las acciones de uno son nuestra protección o no protección. el verdadero refugio es el karma, nos explica Nandisena.

160. “Uno mismo es su propio refugio. ¿Qué otro refugio podría haber?! Habiéndose controlado a uno mismo, se obtiene un refugio difícil de conseguir”

Conclusiones

Esto, dice Nandisena, es lo que significa el nivel básico de la recta concepción, del recto entendimiento o de las creencias correctas, lo que el Pali se denomina “Samadithi”. Hay otros niveles, como el de las Cuatro Nobles Verdades o las 10 bases del recto entendimiento, que no son motivo de este escrito.

¿Cuál es este primer nivel?

1. Que nuestra única propiedad real son las acciones que nosotros realizamos, tanto las positivas como las negativas.

2. Que nosotros cosechamos los resultados de las acciones, sus efectos o frutos.

3. Que nosotros somos el origen de nuestras acciones.

4. Que las acciones son nuestros verdaderos familiares y amigos, porque van a donde quiera que nosotros vayamos.

5. Que las acciones son nuestro refugio.

Meditar en ello todos los días, confrontarlo, ponerlo a prueba, reflexionar en ello, vivenciarlo, experimentarlo, hasta que podamos pasar de la creencia a la convicción es el camino que nos propone el Buda. Si Usted leyó esto es porque en el pasado acumuló el Karma favorable. Ahora usted es libre de olvidarse de este escrito o de poner a prueba sus enseñanzas. ¿Qué va a hacer? Usted es libre, es inteligente, la decisión está en sus manos, en su habla y en su mente.

Si tiene muchas dudas, como yo mismo, entonces siga investigando, estudiando, experimentando.

Si no tiene dudas, entonces pase del terreno de los dichos al de los hechos, del discurso a la acción, ponga en práctica estas enseñanzas.

Si usted domina todo lo anterior, entonces, por favor, compártanos su experiencia y su sabiduría.

Notas:

0/ Acerca del autor. En mi experiencia personal, yo me pasé los primeros 42 años de mi vida acumulando información, datos, conocimiento y experiencia, pero quizás muy poca sabiduría. Conocía mucho pero era muy ignorante de lo fundamental. A los 38 años de edad había emprendido mi reingeniería personal, para en base a la alineación a principios llevar una vida más ética. Sin embargo, es cierto que si aprendemos a manejar principios vamos a manejar mucho poder (aprendemos a manejar causas que generan efectos), pero si no tenemos la sabiduría para manejarlo, nos convertimos en el aprendiz de brujo de la película Fantasía de Walt Disney y desatamos fuerzas que luego no sabemos cómo controlar. En mi caso cometí dos errores que me dañaron a mí y dañaron a otras personas y que me ha costado mucho trabajo reparar y purificar. Eso me llevó a detener en ese entonces mi reingeniería personal. Quizá por eso el Buda no empieza por la ética, sino por la sabiduría. Es el correcto entendimiento el que nos va a llevar a la ética, a una correcta intención, a una correcta habla, a una correcta acción y a un correcto sustento. Afortunadamente cuatro años después me invitaron a una plática de budismo y cuando traté de esquematizar, mapear o sintetizar ese conocimiento me di cuenta que había topado con

una de las minas de sabiduría más importantes con las que me haya topado en la vida, sino es que con la más importante. Aprendí que cualquier reingeniería personal debe basarse en el Triple Entrenamiento: la sabiduría o Prajna, la ética o Shila y la meditación, control mental o Samadhi. La sabiduría es como el volante del auto que nos permite guiar el vehículo, la ética es como el acelerador y la meditación es el freno. Cuando yo hice mi reingeniería basado sólo en la ética tenía un coche con acelerador pero sin volante ni freno. Por eso me di en la torre. El budismo me aportó las otras dos piezas de este triángulo básico en que se debe basar cualquier modelo de transformación o cambio personal, sea de la tradición o escuela o religión que quieran.

Casi siete años después sigo rascando en las vetas inagotables de las enseñanzas del Buda (en el Dharma). Prácticamente no he aprendido nada, debido a mi mente dura, racionalista, escéptica, pero al menos he tenido la suerte de estar en contacto con la sabiduría. Poco de ello he interiorizado y poco, muy poco, he puesto en práctica, por mi falta de voluntad, mi pereza y mis malos hábitos. Tengo poco mérito y mucho menos realización personal. Mi único interés es poner al alcance de alguien más lo que a mí me costó tantos años encontrar (42 años), tanto tiempo entender (7 años) y que todavía estoy tratando de poner en práctica, esperando que algún día en esta vida o en otra pueda realizarlo.

Me felicito de haber nacido como humano, de haber entrado en contacto con las enseñanzas, pero me repruebo por no tomarme realmente en serio las enseñanzas y mucho menos encarnar las enseñanzas en acciones. Mi récord es dos a dos. Por lo tanto lo único que puedo declarar sobre mí es que sólo soy un ignorante más, quizá un poco documentado. Lo admito.

1/ Creencia correcta. Una creencia es una idea que alguien considera verdadera (Wikipedia). Puede haber creencias verdaderas y falsas, correctas e incorrectas. El que alguien crea en ella no la hace verdadera o correcta, pues podemos creer cosas falsas. Las creencias son importantes porque guían nuestras intenciones y acciones. En Pali se dice por creencia correcta “samadithi”, de “sama” creencia y “dithi” correcta, pero “sama” se traduce también como visión, entendimiento, percepción, concepción, opinión, discernimiento, forma de pensar o forma de ver.

2/ La ignorancia a la que se refiere el Buda no tiene que ver con la falta de datos o de información, o conocimiento sobre alguna

materia como matemáticas o biología, sino una crónica inhabilidad para entender la forma en que nosotros y las cosas realmente existen. Es decir conocer las 3 características de la realidad: que todo es impermanente, que todo es insatisfactorio y que nada tiene existencia inherente, sino que está compuesto de partes y es producto de causas. El problema es que aunque entendamos esas tres características desde el plano intelectual o racional, nos seguimos intencional y emocionalmente relacionando con las cosas como si fuesen permanentes, fuentes inherentes de felicidad y como si tuvieran una existencia inherente, por sí misma, desde su propio lado. Mientras el individuo no logre superar esta ignorancia, tendrá una enfermiza relación consigo mismo y con todo el universo, cosa que invariablemente le producirá sufrimiento.

La ignorancia tendría entonces dos componentes:

- un velo que oculta la verdad

- un problema ético, ya que la ignorancia nos lleva a cometer acciones equivocadas que nos dañan a nosotros o a los demás.

La ignorancia se combate con sabiduría. Primero oyendo las enseñanzas con atención, segundo reflexionando sobre las mismas, tercero observando cuidadosamente la realidad para verificar su validez, para lo cual es necesario entrenar la mente tanto en atención unipuntual (Shamata), así como en la capacidad de hacer análisis profundos (Vipashana).

¿Quién es el ignorante? Uno mismo. Aquí hay dos interpretaciones. Una dice que en el fondo de nuestro ser existe la sabiduría y que si vamos quitando las capas de ignorancia que la recubren, vamos a llegar a lo que en el budismo llaman la mente primigenia o “rigpa”, que sería equivalente a la parte divina, la parte pura, que no puede ser manchada, ni rota, ni perecer. Esta visión se adecuaría al enfoque platónico y socrático (ver más adelante en el texto principal la analogía con el escultor). La otra visión dice que la sabiduría la tenemos que adquirir, primero intelectualmente y luego emocionalmente, ya sea entrenando nuestra mente para razonar y percibir cuidadosamente las características de uno y de la realidad, y luego relacionarnos sanamente con ellas.

¿Significa que todo aquel que sufre es un ignorante? No necesariamente, puede ser sabio en el presente, pero en el pasado posiblemente realizó acciones negativas que ahora está pagando kármicamente. Cuando dejamos de sufrir, cuando tenemos buenos momentos, igualmente es por causa de acciones positivas, sabias, que hemos hecho en el pasado.

Es interesante la tesis que propone Marcos Wanless. ¿Qué es la sabiduría? ¿Cómo la medimos? ¿Como un porcentaje de sufrimiento? 0% de sufrimiento = 100% de sabiduría?” o podríamos decir 100% de sufrimiento = 100% de ignorancia, o también 0% de sufrimiento = 100% de felicidad o su equivalente 100% de sufrimiento = 0% de sabiduría. El problema sería cómo medirla, con qué indicadores y luego hacer las demostraciones matemáticas.

Igualmente nos plantea: “¿Acaso los sabios ya no sufren? El Buda sufrió mucho cuando se dio cuenta que era un junior echado a perder y que su estilo de vida (y el de su padre) conllevaba un costo social alto (poco ético, por dañarle a él y a los demás). Entonces qué hizo?”. En realidad, cuando el joven Sidartha de 29 años se da cuenta su vida insatisfactoria como príncipe en el Palacio de su padre, aún no era un Buda y más que hacer un planteamiento sobre el “costo social” (ver la nota 3), hace un planteamiento sobre el sufrimiento inherente a la vida humana producto del envejecimiento, la enfermedad, la muerte y las pérdidas de los bienes y las personas que queremos.

“¿Porqué le funcionó a él y no funciona a todos los demás que por milenios hemos estado expuestos a la sabiduría Budista? Los Hindúes de hecho dejaron de ser Budistas y se convirtieron (inventaron) Hinduistas”.

Es cierto que el Buda enseñó hace más de 2,500 años, pero en realidad pocas gentes han estado expuestas a estas enseñanzas (hoy día tan sólo de 200 millones a 1,600 millones de personas en el mundo se estima que son budistas, es decir apenas entre el 3% y el 25% de la población mundial, según Wikipedia). Pero como advierte Sogyal Rimpoché (El Libro Tibetano de la Vida y de la Muerte, Ed. Urano, pág .152) “... y aún entre quienes nacen como humanos, se dice, son raros los que tienen la buena fortuna de entrar en contacto con las enseñanzas, y quienes las toman realmente en serio y las encarnan en sus acciones son aún más escasos, tan escasos, de hecho, “como estrellas en plena luz del día”.” En tercer lugar el hinduismo existía en India antes de que llegara el Budismo. Llegó a ser la religión dominante en el siglo III aC gracias al emperador Asoka que adoptó esa religión. Pero el Budismo salió de la India no por el Hinduismo sino por las invasiones musulmanas a partir del siglo VII de nuestra era. En el siglo XIII había desaparecido casi completamente en la India pero se había propagado a la mayoría del continente asiático (Wikipedia). Su principal refugio y desarrollo se

da en el Tíbet. Pero en 1950 el gobierno comunista Chino invade el Tíbet y en 1959, el Dalai Lama, máxima cabeza del budismo en el mundo se exilia en India. A partir de ello el Budismo tuvo que huir de Tíbet y refugiarse nuevamente en el norte y sur de la India. Curiosamente es China el país con mayor cantidad de budistas. El budismo (Chan). También el budismo llegó al Japón (zen). Existen las escuelas de la tradición mahayana en Korea y Tíbet y de la tradición Theravada en Ceilán (Sri Lanka), Birmania, Tailandia, Laos y Camboya.

Nadie puede hacer sabio a otro, la sabiduría la tenemos que adquirir por nosotros mismos. “El conocimiento se puede transmitir de una persona a otra; la sabiduría, por el contrario, no. La única forma de desarrollar sabiduría es adquirirla a través de la experiencia personal” (Seiko Times, abril de 1995, pág. 42).

Aquí es importante diferenciar el conocimiento (gnosis), de la sabiduría (sofía). La gnosis es el conocimiento científico-técnico, el conocimiento enciclopédico. Está basado en la información, la experiencia, el razonamiento. En el método lógico y el método científico: observar, formular hipótesis, experimentar e investigar, encontrar una verdad, verificar y comprobar y formular enunciados, leyes o teorías. La gnosis nos puede servir para construir automóviles, aviones, bombas nucleares, medicinas, etc.

La sofía es la sabiduría, el conocimiento y vivencia en uno mismo de los principios y valores. El conocimiento de las causas que están atrás de los fenómenos. Nuestra percepción correcta de la realidad. La sofía nos sirve para tomar decisiones y para saber cuándo sí y cuándo no utilizar el conocimiento científico y tecnológico (la gnosis) y sus productos. Es decir, si debemos utilizar o no la bomba atómica o si debemos clonar a los seres humanos. Cuestiones que no puede resolver la ciencia, porque no son de su ámbito (ver MIP.ppt en <http://www.slideshare.net/YuriSerbolov/presentations>).

Nadie puede sacar de la ignorancia a otro, ni darle sabiduría. Nadie puede cambiar a otro, ni motivarlo a cambiar. Ni un Dios, ni un Buda ni ningún ser humano. El cambio es algo personal, intrínseco, algo que surge de adentro de nosotros. Si nosotros queremos cambiar, dejar de ser ignorantes, entonces todos nos pueden ayudar. Sólo hay tres métodos para gestionar a los seres humanos (no para cambiarlos):

- el conductismo basado en premios y castigos, aunque funciona mejor el estímulo de

la promesa del premio y la amenaza del castigo.

- el cognoscitivismo, es decir darle información, conocimiento, experiencias.

- el humanismo, que es darle la libertad, enseñarle su potencial, ponerle un ejemplo y brindarle el amor tutorial, es decir un apoyo incondicional a pesar de que sea ignorante, cometa errores, no sea como nosotros o no haga lo que nosotros quisiéramos, no siga nuestros consejos o no haga lo que le decimos. Sólo al usar su libertad y enfrentarse a sus propios errores el ser humano aprenderá a autocontrolarse y a encontrar el justo medio entre el bien y el mal. Aprenderá a ver que la libertad sin responsabilidad es libertinaje y causa de sufrimiento para uno y los demás.

3/ Respecto al sufrimiento en el mundo, se me hace muy importante el comentario de Osho al primer Sutra de Patanjali, intitulado “Un Revolucionario y un Buda”:

“Una vez un hombre acudió a Buda y le dijo... debió de haber sido un reformador social, un revolucionario... le dijo a Buda: “el mundo está sumido en el sufrimiento. Estoy de acuerdo contigo”.

“Buda nunca dijo que el mundo estuviera sumido en el sufrimiento. Buda dice: “tú eres tu sufrimiento”, no el mundo. La vida es el sufrimiento, no el mundo. El hombre es el sufrimiento, no el mundo. La mente es el sufrimiento, no el mundo.

“Pero este revolucionario le dijo: “el mundo está sumido en el dolor. Estoy de acuerdo contigo. Ahora dime exactamente qué es lo que puedo hacer. Tengo una profunda compasión y deseo servir a la Humanidad”.

“El servicio debió haber sido su lema. Buda le miró y permaneció en silencio. Ananda, un discípulo de Buda, le dijo: “este hombre parece ser sincero. Guíalo. ¿Por qué guardas silencio?”

“Entonces Buda le dijo a aquel revolucionario: “quieres servir al mundo, pero ¿dónde estás tú? No veo a nadie en tu interior. Miro en ti y no hay nadie. No posees ningún centro y, a menos que poseas un centro, todo lo que hagas creará más daño”.

“Todos tus reformadores sociales, todos tus revolucionarios, tus líderes, son los grandes engendadores de sufrimiento, los traficantes de sufrimiento. El mundo sería mejor si no existieran los líderes. Ellos no pueden ayudar. Han de hacer algo porque el mundo está sumido en el sufrimiento. Y al no estar centrados, hagan lo que hagan, creará más sufrimiento.

“La compasión sola no servirá, el servicio a solas no servirá.

“La compasión proveniente de un ser centrado es algo totalmente distinto. La compasión proveniente de una multitud es dañina.

“Esa compasión es un veneno”.

4/ Se refiere a estados mentales tales como emociones perturbadas, prejuicios o visiones distorsionadas de la realidad o malas intenciones como la malicia o la codicia, es decir a disfunciones emocionales, racionales o intencionales (desde la perspectiva moderna: lado izquierdo del cerebro = ideas, lado derecho = emociones y unión de ambos=intenciones, respectivamente).

5/ Por sabiduría se entiende la capacidad de comprender correctamente las tres características de la realidad:

- la impermanencia o transitoriedad de todos los fenómenos y cosas, incluyendo a nosotros mismos. Es decir, que todo muta momento a momento, instante a instante, que nada dura para siempre.

- la insatisfactoriedad. Que todas las cosas y fenómenos nos pueden dar una satisfacción relativa, temporal, pero que no son fuentes inherentes de felicidad.

- la insustancialidad. Que nada tiene una existencia inherente, por sí misma, desde su propio lado. Que todo es producto de causas y que todo está compuesto de partes, es decir que nada existe independiente, sino que todo es interdependiente, que todo está interconectado.

Estas tres características es lo que se denomina el “vacío” o la “vacuidad” de la realidad. Sin embargo, la ignorancia nos tiende a cosificar, reificar o a negar la realidad, lo cual sería la visión errónea. El problema es que aunque entendamos esas tres características de la realidad de forma racional o intelectual, nos seguimos relacionando emocional e intencionalmente con las personas y cosas como si tuvieran otras características. El Buda simplemente pretendía que viéramos las cosas como son, sin imputarles cualidades o características que no tienen.

6/ La ética budista plantea que todos los seres estamos enlazados y que por lo tanto nuestras acciones no solo tienen una gran repercusión en nosotros, sino también en los demás. Hacemos cosas para gozar pero el gozo personal se vuelve demandante, insaciable, generando dependencia y apego y al exigir más y más, nuestra personalidad se torna egoísta. No vemos o simplemente no nos importa el daño que por gozar causamos a los demás. Todo el

sistema está basado en el goce material del individuo. La crisis que vive actualmente el mundo es resultado de una avaricia insaciable en la obtención de goce materialista, en la acumulación de dinero y poder, como dice Marcos Wanless.

7/ Por méritos se entienden todos los actos virtuosos que hacemos en beneficio de nosotros o de los demás, producto de la compasión, de la generosidad y del amor. Llevar un comportamiento ético también genera mérito, así como estudiar las enseñanzas espirituales y compartirlas con los demás. Por “naturaleza profunda de los fenómenos” se entiende entender las tres características de la realidad (ver nota 5). Alexander Berzin profundiza en el concepto budista de mérito en http://www.berzinarchives.com/web/es/archives/sutra/level2_lamrim/initial_scope/karma/buddhist_concept_of_merit.html

8/ El el discurso a los Kalamas (Kalama Suta, Anguttara Nikaya III, 65. <http://www.librosbudistas.com/descargas/kalama-sutta/kalamas-t.htm>) el Buda dice que no debemos aceptar ninguna creencia sólo por:

- tradición oral
- el linaje de la enseñanza
- por rumores o por lo que dicen
- por colección de escrituras

- a causa de la lógica
- a causa de la inferencia
- por consideración de causas
- por aceptación reflexiva de una idea

- por la competencia de un maestro
- porque el asceta es nuestro maestro

Las primeras cuatro pertenecen al grupo basado en la tradición,. El segundo grupo al del raciocinio y el tercer grupo basado en la autoridad.

¿Cuál debe ser entonces el criterio para aceptar una creencia? En ese mismo Sutra, el Buda dice: “Cuando ustedes por sí mismos sepan: «Estas cosas son buenas, estas cosas no son censurables; estas cosas son alabadas por los sabios; cuando se emprenden y se siguen, estas cosas conducen al beneficio y la felicidad», entren y permanezcan en ellas”.

En otra ocasión dijo:

“No creas en lo que haz oído. No creas en la tradición porque provenga de muchas generaciones. No creas en nada de lo que se ha

hablado muchas veces. No creas en algo porque haya sido escrito por algún viejo sabio. No creas en conjeturas. No creas en la autoridad, en los maestros o en los ancianos. Cuando hayas observado y analizado detenidamente una cosa, que esté de acuerdo con la razón y beneficie a uno y a todos, entonces acéptala y vive conforme a ella”.

En otra ocasión dijo que el mundo está lleno de creencias, que son como matorrales que crecen por todos lados. Son, diríamos, como una plaga que contamina las mentes de los seres. Eliminar esas malas yerbas que son las que originan la ignorancia, la mala visión de la realidad, el mal entendimiento de nosotros, del mundo, es algo muy difícil, pero no imposible. Es la base del recto entendimiento y lo que abre la puerta a la realización espiritual.

La receta es:

1.- Basarnos en nuestra intuición: estas cosas son buenas, estas cosas no son censurables. Estas cosas son malas, estas cosas son censurables.

2- Ver qué es lo que alaban y qué censuran los sabios.

3.- Experimentar por nosotros mismos: estas cosas cuando se emprenden y se siguen, estas cosas conducen al beneficio y a la felicidad.

Agradecimientos por sus comentarios, aclaraciones y correcciones a:

- Mi madre, Ana María Palos, mis amigos: Marcos Wanless, Guillermo Vázquez, Lourdez Vázquez y Marcela Bracho.

Glosario:

- **Bodhisatva**. Ser iluminado. Aquel que ha hecho votos de alcanzar la iluminación para el beneficio de todos los seres. Un estado previo al de un Buda. El bodhisattva regresa a la Tierra para ayudar a otros en su búsqueda de la liberación; asume su sufrimiento y al mismo tiempo les transfiere su buen karma. (www.zenmind.com).

- **Buda o Buddha**. Se refiere al Buda Histórico, Sidartha Gautama que vivió de 563 aC a 480 aC, en el norte de la India. Nace en Kapilavastu en la tribu de los Sakyas, de ahí que también se le conozca como Sakyamuni (muni el solitario, el solitario de los sakyas, aunque otros le dan el significado de “sabio”, “poderoso” o el “vidente”).

- **Dhamapadha o Damapada o Dhamapada**. Son escrituras en forma de verso acreditadas al Buda. Es uno de los textos más

conocidos del Canon theravada. Se trata de una colección de 423 versos conteniendo la esencia de las enseñanzas del Buda.

- **Dharma**. Verdad. Las enseñanzas budistas. Protegen al individuo para que no caiga en una condición incontrolable de problemas recurrentes.

- **Dogma**. Proposición que se asienta por firme y cierta y como principio innegable de una ciencia. Doctrina de Dios revelada por Jesucristo a los hombres y testificada por la Iglesia. Fundamento o puntos capitales de todo sistema, ciencia, doctrina o religión (Real Academia Española).

- **Entropía**. Medida de desorden o caos de un sistema. Desorganización de la energía y la materia.

- **Fe**. “Confianza o creencia en alguien o algo cuyas cualidades no necesitan ser demostradas” (<http://es.thefreedictionary.com/buena+fe+o+mala+fe>). Según la Real Academia Española “fe” es un “conjunto de creencias” de alguien, de un grupo o de una multitud de personas o de una religión. Está basada en la confianza de la autoridad.

- Formaciones kármicas.

1) Composiciones mentales. Sankhara. Uno de los cinco agregados que constituyen al ser humano. Literalmente significa “actividad de poner conjuntamente”, “reunir”, “agrupar”. Hace referencia a los diferentes componentes o ingredientes psíquicos que, agrupados en torno a la voluntad, conforman el estado mental, hábitos, actitudes y carácter de una persona. Dichos componentes mentales agrupados son dinámicos, varían y se transmiten a través del tiempo. también puede traducirse por “formaciones mentales”, “construcciones mentales”, etc. El más importante de todos ellos es la voluntad (cetana), por lo que algunos autores traducen sankhara por disposiciones, predisposiciones, factores kármicos. Sin embargo, no parece posible reducir sankhara a la voluntad, ya que ésta va siempre acompañada de otros componentes que la califican y modelan.

El organismo psicofísico. Lo psíquico

- la sensación
- la percepción
- la voluntad
- el contacto
- la atención

Lo físico. Los cuatro grandes elementos

- tierra
- agua
- fuego
- aire

Representan respectivamente los fenómenos universales de solidez, fluidez, radiación y vibración.

Majjhima Nikaya. Traducción del pali, introducción y notas de Amadeo Solé-Leris y Abraham Vélez de Cea

2) Formaciones Kármicas o volitivas

Factores de composición (SC. samskāra, PAL. samkhāra, TIB. 'du-byed, CH. xing. JAP. gyó). El cuarto de los cinco agregados, cuya naturaleza consiste en construir, en inducir y en formar. Aquí la palabra clave es "volición" (SC. cetanā., TIB. sems-pa). La volición es la construcción por medio del espíritu, la actividad mental cuya función consiste en dirigir el espíritu hacia su objeto, es decir, hacia los dominios de actividades favorables, desfavorables o neutras. La volición forma parte de los factores omnipresentes del espíritu; es la base de todo el proceso del karma, siendo un acto por naturaleza. Se basa en el karma pasado y elabora nuestra condición kármica por venir. Su actividad consiste en construir nuestra visión condicionada de la existencia a partir de los elementos condicionados del pasado: "El skandha denominado samskāra se llama así porque condiciona lo condicionado, es decir, porque crea y determina los cinco skandha de la existencia por venir" (Abhidharmakosa, 1.15, trad. de L. de La Vallée Poussin, Bruselas, Institut belge des hayutes études chinoises, 1971).

Este agregado abarca el conjunto de fenómenos compuestos o condicionados (SC. samskrta) distintos de los cuatro agregados restantes (forma, sensaciones, percepciones, conciencia). Incluye seis grupos esenciales de volición (SC. cetana): la volición producida por el contacto del ojo y las producidas por el contacto de la oreja, de la nariz, de la lengua, del cuerpo y de lo mental, las cuales nos empujan hacia la virtud, la impureza y el discernimiento de estos estados. Engloba cuarenta y nueve de los cincuenta y un factores mentales y los fenómenos compuestos que no pertenecen ni al espíritu ni a la materia.

1. Estos cuarenta y nueve factores mentales (SC. caitasika), que los necesita. Comprenden los cinco factores mentales determinantes; tres de los cinco factores mentales omnipresentes (los otros dos son la sensación y la percepción o noción, ambos agregados); los once factores virtuosos; las seis pasiones-raíces; las veinte pasiones secundarias; y los cuatro factores mentales cambiantes.

2. Las formaciones disociadas del espíritu y

de la materia, como la noción de persona, de tiempo, el nacimiento, el envejecimiento, la duración, los nombres, las palabras, las letras, etcétera.

Léase Kapani, L., La Notion du samskara dans l'Inde brahmanique et bouddhique, 2 vol., Publications de L'Institut de civilisation indienne, París, De Boccard, 1992 y 1994.

Vease karma, vasana, formaciones disociadas del espíritu y de la materia.. p. 193-94

Diccionario Akal del Budismo. Philippe Cornu

- **Ignorancia:** "Crónica inhabilidad para comprender las características fundamentales de la realidad" (Tony Karam), "No conocer o percibir la esencia de las cosas" (Gerardo Aboud), "Disfunción cognitiva" (Wapola Rahula). La ignorancia se divide en dos: "avijja" o "avidaya" que significa inhabilidad para conocer y embaír o embaimiento que significa obuscar, engañar, confundir, embaucar (hacer creer lo que no es) y "moha" que significa ilusión (términos en Pali y/o Sánscrito) o "maya" que significa también ilusión y que se refiere al "mundo fenoménico transitorio que la mente no iluminada toma como única realidad". "La ignorancia es la gran oscuridad, la captación falsa, el no-conocimiento". Y dentro del Budismo, la ignorancia, se ubica dentro de la Segunda de las Cuatro Nobles Verdades que predicó el Buda y como la causa del sufrimiento.

- **Males:** Se refiere al dolor, al sufrimiento, al pesar, a la congoja, a la depresión, a la angustia, a la preocupación, al desasosiego, al conflicto, a la violencia, a la intolerancia.

- **Mantra.** Sonido o frase sacra utilizada en la meditación (La alegría de la Meditación. Justin Stone). Sonidos que protegen la mente del practicante. Es más eficaz cuando el practicante es un buen meditador, permanece concentrado y está atento a las visualizaciones de los Budas. Según el Diccionario Akal del Budismo de Philippe Cornu, un mantra resulta eficaz por cuatro razones:

1. Su naturaleza, que es la del sonido creador de la realidad absoluta.

2. Su poder concreto de manifestación en el seno de la verdad relativa.

3. Su poder propio y sus propiedades específicas; cada tipo de mantra posee una finalidad y contiene el poder que permite alcanzarla en virtud de la interdependencia de las causas y los efectos.

4. La bendición de la que el mantra se halla

investido; es la expresión sonora directa de un ser despierto y, en cuanto tal, contiene su bendición.

- **Maras.** Hay muchos significados de esta palabra de origen Pali. Para unos mara significa demonio, pero en el contexto budista no se concibe un demonio externo a nosotros, sino más bien como nuestros demonios internos o en otras palabras, los obstáculos que se nos presentan para la práctica espiritual, tal como los define Patrul Rimpoché en “Las Palabras de mi Maestro Perfecto”. Hay otros significados de maras por lo cual siempre se tiene que ver el contexto en que se utiliza esta voz.

- **Método TAHS-TAES.** Significa Tesis-Antítesis-Hipótesis-Síntesis (TAHS) es la base del método científico. TAES por su parte sustituye la H por la E de “estrategia” y es el método empírico. En el primer método trabajamos en el laboratorio, en el segundo trabajamos en la realidad, con el método ensayo-error. Más información en “Pensamiento Estructurado”, en “Pensamiento Crítico” y en el Modelo de Inteligencia Prospectivo (MIP) en <http://www.slideshare.net/YuriSerbolov/presentations>

- **Nirvana.** No es un lugar, en este mundo o en otro. Nirvana es un estado mental de paz, de tranquilidad. Es una palabra de origen Sánscrito que literalmente significa enfriar. ¿Qué enfriamos? Las pasiones, el odio, la ignorancia. Nirvana es “el estado más allá del sufrimiento”, como lo define Patrul Rimpoché, en “Las Palabras de mi Maestro Perfecto”. Nirvana es apagar o enfriar el fuego del Samsara. Como dijo el Buda en el Aggitta Suta (Samyuta Nikaya) o el discurso del Fuego: “todo arde. Arde cómo? Arde con el fuego del deseo sensual, con el fuego del odio, con el fuego de la ignorancia. Yo digo que arde con el nacimiento, la vejez y la muerte, con tristeza, con lamentación, con dolor, con pesar, con desesperanza”. En el Nirvana ya nada arde, se apagó ese fuego.

- **Refugio.** Nos refugiamos de la lluvia y del frío en una cueva, en nuestro hogar, en nuestra familia. Nos refugiamos en nuestras creencias, en nuestras iglesias. Tomamos refugio en nuestro Dios, en nuestros gobiernos, en nuestros sacerdotes, maestros o sabios. Nos refugiamos en el dinero y en nuestras propiedades materiales. Un refugio es algo que nos brinda seguridad, tranquilidad, paz, confianza, bienestar. El Buda nos propone que todos esos refugios son inestables, perecederos y por lo tanto poco confiables. No sabemos si Dios existe o no, ni podemos comprobar ni una cosa ni la otra. Nuestro hogar lo podemos perder, se puede

incendiar. Nuestra familia puede morir. Nuestro dinero se puede perder. ¿En qué nos podemos refugiar entonces que sea seguro, que sea permanente? Los budistas se refugian en sus acciones y en sí mismos en primera instancia y en una segunda instancia en la Triple Joya: el Buda, el Dharma y la Sangha. La Sangha es la comunidad espiritual, compañeros que están más adelantados que nosotros en el desarrollo espiritual, que nos pueden apoyar o ayudar, o alentar cuando flaqueamos. El Dharma son las enseñanzas, pero principalmente las que ponemos en práctica. Y el Buda es alguien que reconocemos como un modelo o ejemplo, alguien quien nos inspira porque él logró la liberación, algo a lo que nosotros aspiramos. Pero incluso esas tres cosas no existen siempre. Hace 2,700 años no existía el Buda. Otros se refugian en Cristo, pero ¿en quién se refugiaban hace 3000 años cuando Jesús de Nazareth aún no visitaba la Tierra? ¿Otros se refugian en Mahoma, pero en quién se refugiaban los islámicos o musulmanes hace 1,600 años cuando ese profeta no había nacido? El Buda propone que en lo único que podemos refugiarnos es en nuestras acciones. Es lo único que nos pertenece, lo único que nos llevaremos cuando enfrentemos la muerte. Nuestras acciones, dice, son lo que nos origina y son nuestras únicas compañeras, familiares y amigas.

Nadie nos puede salvar más que nosotros mismos. Si un Dios o un Buda nos pudiese salvar, en su infinita compasión, ya lo habría hecho. Si no lo hace no es porque no lo desee, sino porque no pueden. Nuestra salvación es algo que nos corresponde única y exclusivamente a nosotros. Como dice el Buda: “nadie nos salva excepto nosotros mismos. Nadie puede y nadie podría. Nosotros debemos andar por el Sendero por nosotros mismos, pero los Budas claramente muestran el camino”. Por eso tomamos refugio en el Buda, porque nos muestra el camino, pero sólo por eso. El objetivo es descubrir el Buda que todos llevamos en nuestro interior (“Todos ustedes son Budas. No hay nada que necesitan alcanzar. Solamente abran sus ojos”. Sidartha Gautama). Y como advirtió: “No tomes refugio en ningún otro sitio excepto el Dharma que es dentro de ti”. “Tomad refugio en vosotros mismos y en nada más. El Buda, el Dharma y la Sangha están en vuestro interior. No persigáis cosas que están lejos. Todo está en vuestro corazón. Sed una isla para vosotros mismos”. Y por si no hubiese quedado claro en el verso 160 del Dhamapada nos insistió: “uno mismo es su propio refugio. ¿Qué otro refugio podría haber?! Habiéndose

controlado a uno mismo, se obtiene un refugio difícil de conseguir”.

- **Renacimiento.** Los budistas consideran que existe otra vida después de esta vida. Que podemos renacer en reinos superiores o inferiores. El renacimiento está ligado al karma. Pero no sólo renacemos después de la muerte, sino momento a momento. Pues como dijo el Buda “de instante a instante, naces, envejeces y mueres”. Podemos ver el dormir como la muerte y el despertar como la vida. Cada día volvemos a renacer, a revivir, pero generalmente lo hacemos a la misma identidad, a la misma realidad, a la misma condición. Despertamos siendo el mismo, con nuestro mismo nombre, nuestra misma familia, nuestro mismo trabajo o escuela, nuestra misma condición socio-económica, nuestras mismas creencias, nuestra misma forma de ver, entender y vivir la vida. Eso es lo que significa el renacimiento. Estar dando vueltas, una y otra vez, en lo mismo.

- **Vajrasatva.** Mente de diamante. Un Buda cuya cualidad es disolver el mal karma o la purificación. Su mantra corto es: Om Vajrasatva Hum. Su mantra largo consiste en 100 sílabas:

Om Vajrasattva saamaya
manupalaya,
Vajrasattva deno patita
dido me bhawa,
Suto kayo may bhawa,
Supo kayo may bhawa,
Anu rakto may bhawa,
Sarwa siddhi mempar yatsa,
Sarwa karma sutsaa may,
Tsitam Shriyam kuru hung,
ha, ha, ha, ha, ho,
Bhagawan,
Sarwa Tathagaatha,
Vajra ma may mu tsa,
Vajra bhawa mahasamaya
sattva, Ah hum pe



(Fuente: Sadana, Casa Tibet México)

Fuentes (por orden de relevancia al texto que estamos estudiando):

- Abhinham paccavekkhitabba dhamma. Anguttara Nikaya. V. 57. Fragmento. http://appamatta.googlepages.com/tpk_abhinham_paccavekkhitabba.htm

- Bhikkhu Nandisena, en tres conferencias que dio sobre la V Cumbre Mundial de Budismo, los días 21, 22 y 23 de enero de 2009, sobre el correcto entendimiento. <http://www.bosquetheravada.org>

- Dhammacakkappavattana-Sutta (Dharmachakrapavattana Sutra). El Discurso de la Puesta en Movimiento de la Rueda de la Doctrina. Texto traducido del pali por Bhikkhu Nandisena. Edición del Sexto Concilio Buddhista. CMBT 1999. Fondo Dhamma Dana.

- Sammadhitthi Sutta - Discurso sobre el Entendimiento Correcto. Mahhima Nikaya 9. Traducido del pali por el Bhikkhu Nanomoli y Bhikkhu Bodhi. <http://www.btmar.org>

- El Kalama Sutra. Anguttara Nikaya III, 65. CMBT 1999. Fondo Dhamma Dana. <http://www.librosbudistas.com/descargas/kalama-sutta/kalamas-t.htm>

- Osho en los comentarios al primer sutra de Patanjali. El Primer Sutra.doc

- Diccionario Akal del Budismo. Philippe Cornu. España 2004.

Sobre este escrito:

- Ciudad de México. 1a versión: Sábado 21 de noviembre de 2009. 2a versión: Lunes 23 de noviembre de 2009. 3a versión. Lunes 14 de diciembre de 2009. 4a versión. Ciudad de México. Domingo 20 de diciembre de 2009.



La Carpeta Púrpura

INDICE

Año XXII Número 547

21 de diciembre de 2009

Director General: Yuri Serbolov (yuri@mexico.com)
Editada por: Servicios Especiales de Publicidad, Promoción e Información, SA de CV. Análisis de Coyuntura: Nicolás Chávez Caballero.
República de Uruguay 36 Despacho 6 Centro Histórico 06010 México, D.F.
Suscripciones al teléfono 5512-8242 y 5512-8246 fax 5512-8247.
Publicación Quincenal. Tiraje 300 ejemplares. Distribuidos por la misma empresa.
Circulación: Dania Medina.
Miembro No 1740 de la Cámara Nacional de la Industria Editorial Mexicana.
Certificados de Licitud de Título No. 3836 y de Contenido No. 8599 de la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas. Franqueo pagado. Publicación Periódica. Permiso Num: 082 0987 Características: 216251209. Autorizado por Sepomex. Reserva de Derechos de Autor No. 521-87. No. de Control 10306.
Dirección General del Derecho de Autor. SEP. 20 agosto de 1993. Editor responsable: Yuri von Berner Serbolov Palos. Los autores se responsabilizan del contenido de los artículos firmados. No se permite la reproducción parcial o total (puede sacar fotocopias sólo para uso del mismo suscriptor). Impresión: S.G. Profesionales. Eje Central Lázaro Cárdenas 339-C Col. Buenos Aires México, DF.
Dirección de Correo Electrónico Suscripciones y Aclaraciones con la Sra. María Acosta al buzón mary@kyna.com.mx
Internet: www.carpetapurpura.com

Sabiduría vs Ignorancia. ¿Cuáles son las Creencias Correctas? EL PRIMER PASO AL DESARROLLO ESPIRITUAL	
Por Yuri Serbolov.....	1
Cinco Reflexiones.....	1
Acciones.....	2
Quíntuple Sendero.....	3
Reflexiones Cortas sobre las Cinco Reflexiones,,	4
Ley de la Vida (semilla, árbol, fruto).....	6
Frases de Confucio, Rabino Hillel, Jesucristo y la 3a Ley de Newton sobre el Karma.....	7
¿Qué dicen los sabios?.....	8
Ignorancia -Deseo u Odio- Mal - Ganancias Rápidas - Sufrimiento.....	9
¿Por qué violamos principios?.....	10
¿Cómo iniciar un cambio espiritual? Lo correcto y lo incorrecto.....	11
Karma o No Karma.....	12
Tonalidad o Naturaleza del Karma.....	13
Purificación del Karma.....	14
¿Debemos creer lo que dice esta Carpeta?.....	15
Notas.....	27