

Reflexión Sobre la Práctica

Por Yin Zhi Shakya – Hortensia De la Torre

Estimados Lectores de Acharia y Estudiantes de las Enseñanzas de Buda:

A través de mi Página Web '[Acharia](#)', los lectores me hacen preguntas como: "¿cómo meditaba el Buda antes de conocer y entender el Dhamma, qué preguntas se hacía para saber **quién** él era realmente y encontrar las respuestas que andaba buscando?"

El ser humano ignorante o común, no entiende 'la Enseñanza', y cree que hay fórmulas para llegar a la comprensión o iluminación; además cree que la iluminación es un estado engrandecido o glorificado, no dándose cuenta, **debido** a los hábitos erróneos enraizados por **la ignorancia**, que **el entendimiento o la iluminación es** el estado natural de la Esencia de la Mente, o para hacerlo comprender mejor, el estado natural o la sustancia de la energía omnipresente, omnipotente y omnisciente, y por lo tanto, de las manifestaciones de la Mente. Esas personas quieren que se les convenzan de una "**verdad**", que ellos **creen** saber pero que todavía no están convencidos y satisfechos con ella, y que se les instruya de la forma que ellos 'deseen' ser instruidos: amorosa, afectuosa, cariñosa y afectiva. Quieren "aprender" a su manera lo que ya creían sabían, pero necesitan ratificarlo y que realmente es engaño e ilusión. No saben que al error o a los hábitos erróneos o falsos hay que arrancarlos de raíz, pase lo que pase y cueste lo que cueste. El Maestro Chan no tiene tiempo de jugar con este tipo de conducta ignorante... dándoles un 'bastonazo' virtual, el cual, la mayoría de las veces, no es bien recibido, juzgando al Maestro con miles de adjetivos negativos; pero al Maestro "no le importa"; su **compasión**¹ por los seres ignorantes es tan grande que le sigue dando bastonazos al candidato de estudiante (digo 'candidato de estudiante porque todo el que pregunta quiere aprender, y ése que está aprendiendo es un estudiante), que la mayoría de las veces no comprende nada en absoluto... Algunos de los candidatos se cansan de ser rechazados y se van—**no saben la oportunidad que han perdido**. Otros se quedan exponiéndose a los bastonazos pero sin practicar. Y muy pocos, pero muy pocos, "Despiertan".

¹ El Maestro Chan, en su firmeza de visión de la 'verdad', no tiene compasión con el error o los puntos de vista erróneos, con la mentira, sino que la compasión es con el ser ignorante engañado por esos puntos de vista erróneos o pensamientos que han de ser erradicados a toda costa.

Después del “Despertar” es que comienza lo que podríamos llamar ‘El Camino’, el camino hacia la comprensión de la ‘Verdad’ o ‘Realidad’, porque verdaderamente **‘el camino se hace al andar’** como dijo Antonio Machado. La vida del Buda histórico no es una fórmula fija para la ‘Iluminación’ o comprensión de la Realidad Absoluta—Él fue sólo el dedo que señaló la luna—ya que cada persona tiene que pasar o cumplir o pagar o superar, o como quiera que se le llame, su karma o las consecuencias de sus acciones, ya sean buenas o malas, según las miremos desde el punto de vista relativo. Si así fuera, y la vida del Buda fuese una fórmula exacta a ejecutar, todas las experiencias vivenciales físicas-mentales-espirituales² serían exactas o iguales. Cada uno tiene que sufrir las consecuencias de sus acciones y decisiones. El Buda comprendió que todo era vacuidad, que todo era vacío y que la vacuidad era la verdadera sustancia, el único **YO** real o verdadero; que no había un ‘yo’ personal y que en esta realidad relativa de puntos de vista erróneos, todo es impermanente y por lo tanto todo trae, tarde o temprano, sufrimiento. Él fue la **‘iGran Señal del Despertar!’**, la energía omnipresente, omnipotente y onisciente que se manifiesta para que todos los seres esclavos de la mentira o los puntos de vista erróneos puedan ‘ver’, lo cual es el propósito de la vida o la experiencia vivencial de la energía física-mental-espiritual.

Esas preguntas como: “¿cómo meditaba el Buda antes de conocer y entender el Dhamma, qué preguntas se hacía para saber quién él era realmente y encontrar las respuestas que andaba buscando?”, no tienen lógica ni razón de ser. El proceso por el cual pasó Siddhartha Gautama para llegar a ser un Buda no fue un proceso físico, ni mental, y mucho menos intelectual, **es** un proceso espiritual de manifestación física-mental. El Buda es la Mente y no nace ni muere y cuando se manifiesta tiene una función, la de iluminar al mundo en tinieblas. Los Budas³ o diríamos, las funciones de la Mente para esclarecer la Realidad a los que están ciegos por la ignorancia, no nacen, **ellos son**. Sus apariencias de vida son sólo eso, apariencias, al igual que nosotros—pero de eso, no nos damos cuenta debido a los puntos de vista erróneos que están fijados de tal forma, que son difícilísimos de erradicar por el velo de la ignorancia. Él Buda histórico, **aparentemente para nosotros**, comprendió (que estaba viendo) la Realidad Absoluta y Verdadera, y que los ‘hombres ‘ignorantes’ de ella no podrían ser capaces, sin una ayuda, de liberarse de la esclavitud de la ignorancia y la mentira. Él sabía que la liberación es individual y **un asunto de apariencia** porque solamente hay **UNO**, no hay un segundo,

² La forma es el vacío y el vacío es la forma.

³ Esta cita es desde el punto de vista relativo: “Los Budas son aquellos que han penetrado la ignorancia, se han levantado sobre las sombras y espejismos de la vida por el poder del yoga; y de pie, como así ha sido, en la cima de una montaña extraordinariamente alta, por arriba de las nubes y las tinieblas que oscurece al mundo de los hombres que prefieren los valles a las montañas, han contemplado directamente el Sol brillante despejado de nubes”.

y ese **UNO, (LA MENTE OMNISCIENTE, OMNIPRESENTE Y OMNIPOTENTE)** es omnipotente, omnisciente y omnipresente; así que “en apariencia” el erradicar la ignorancia lo tenemos que hacer por nosotros mismos, y sugirió la meditación, como parte del Camino Medio u Óctuple, como instrumento para ir desprendiéndose de todos los puntos de vista erróneos. Investigar el significado del no-devenir y el devenir o el llegar a ser forma parte de la meditación.

El Buda es una energía pura y brillante que se manifiesta/revela/presenta cada vez que sea necesario para iluminar la oscuridad de la Ignorancia; y eso fue el Buda histórico al igual que todos los budas que se han manifestado, se manifiestan y se manifestarán.

Sabemos que los pensamientos o corrientes erróneas nos interrumpen el poder ir más allá de ellos, pero es muy difícil ponerles fin. Desde épocas muy antiguas o los tiempos sin principios, los seres humanos han aprendido a mirar el pensamiento como el instrumento más poderoso o de gran alcance, y quizás el único, que tienen para tratar con la vida. Con la meditación podemos primeramente canalizarlos y después ir extinguiéndolos y de esa forma poder ir más allá de ellos a la Verdad o diríamos más correctamente a la Realidad o Verdad Absoluta. Ese ha sido el ‘regalo maravilloso’ del Buda. Así que el Budismo no es un aprendizaje intelectual sino una práctica de desintegración y erradicación—**eliminación/anulación/extirpación—de los puntos de vista erróneos** sobre las manifestaciones corporales-mentales-espirituales, a través de comprender las Cuatro Nobles Verdades y practicar el Camino Medio u Óctuple.

El Sutra del Corazón⁴ dice: “La forma no está separada del vacío/infinito; el vacío/infinito no está separado de la forma”. Mejor que esa descripción no se pudo haber hecho.

⁴ El Sutra sobre el Corazón de la Comprensión de la Sabiduría más allá de la Sabiduría
Una interpretación actual del Sutra del Corazón: Por Kazuaki Tanahashi y Joan Halifax

Avalokiteshvara, que ayuda a todos a despertar,
se mueve en el curso profundo de
la comprensión de la sabiduría más allá de la sabiduría,
ve que todas las cinco corrientes
del cuerpo y la mente no tienen límites
y libera a todos de las angustias.

Oh Shariputra,

[que escuchas las enseñanzas del Buda],

**la forma no está separada del vacío/infinito;
el vacío/infinito no está separado de la forma.**

La forma es el vacío/infinito; el vacío/infinito es la forma.

3



La forma o manifestación física de los budas son solamente apariencias físicas, energías de luz que se expresan para iluminar la oscuridad de la ignorancia.

El Buda le dijo a Ananda en el Sutra Shurangama: "Ānanda, todos ustedes deben saber que los **seres humanos** desde el tiempo sin principio, han sido sujetos continuamente al nacimiento y a la muerte porque ellos **no conocen la Mente Verdadera 'permanente'** cuya sustancia es por naturaleza pura y brillante. **Ellos han dependido en el pensamiento falso que no es la Realidad**, y como consecuencia la rueda del samsara gira".

Si vuestras mentes falsas o mortales no están claras, ustedes confundirán un ladrón por su propio hijo.

Para que las Enseñanzas del Buda sean efectivas hay que aplicarlas o practicarlas indiscriminadamente, no se pueden practicar arbitrariamente. "En el Sutra Surangama el Buda trata con la **'inutilidad'** del Dharma cuando **no**

Lo mismo es cierto de los sentimientos, las percepciones, las inclinaciones y el discernimiento.
Oh Shariputra,
el vacío/el infinito es la naturaleza de todas las cosas.
El vacío/el infinito ni surge ni perece,
ni mancha ni purifica,
ni aumenta ni disminuye.
El vacío/el infinito no está limitado por la forma.
Ni los sentimientos, las percepciones, las inclinaciones y el discernimiento.
Él es libre de los ojos, las orejas, la nariz, la lengua, el cuerpo y la mente;
libre de la visión, el sonido, el olor, el gusto, el toque y cualquier objeto de la mente;
libre de los dominios sensoriales, incluyendo el dominio de la mente.
Es libre de la ignorancia y el final o terminación de la ignorancia.
El vacío/el infinito es libre de vejez y muerte,
y libre del final de la vejez y la muerte.
Es libre de sufrimiento, de surgimiento, de cesación, de un camino,
y libre de sabiduría y de logro o cumplimiento o adquisición.
Siendo libre de logro, esos que ayudan a todos a despertar
habitan en la comprensión de la sabiduría más allá de la sabiduría
y viven con una mente libre.
Sin dificultad ni entorpecimiento, la mente no tiene temor.
Libre de confusión, esos que guían a todos a la liberación
representan y expresan la serenidad profunda.
Todos esos en el pasado, presente y futuro,
que comprenden la sabiduría más allá de la sabiduría,
manifiestan lo insuperable y el despertar completo/total.
Sepan que la comprensión de la sabiduría más allá de la sabiduría
No es otra cosa que este mantra maravilloso, luminoso, inigualable y supremo.
Él alivia/calma todo el sufrimiento.
Es genuino y no ilusorio.

está acompañado por la habilidad meditativa, y la importancia de los preceptos morales como el fundamento para el 'Camino'. También se enfatiza el tema de cómo combatir efectivamente las influencias demoníacas sobre la mente de uno".

Diríamos como ejemplo, sabemos que solamente hay **UNO**, la Mente Infinita y Absoluta, y **que no hay dos**; por lo tanto el Buda histórico, como dije anteriormente fue una apariencia manifestada por la Mente. Hasta ahí estamos bien si meditamos en eso y lo comprendemos, pero también todos los que nos rodean (todos los dharmas) son apariencias ilusorias: la esposa, el esposo, el hijo, la hija, el padre, la madre, los amigos, etc. ¿Y por qué sufrimos con nuestras relaciones con ellos? ¡Son apariencia!

Sufrimos por el deseo y la aversión (que es finalmente lo mismo), porque nos apegamos a las cosas, ya sean personas, animales, situaciones, pensamientos, sentimientos, percepciones—en fin, los dharmas—y 'creemos' que los cinco agregados son reales, verdaderos, tienen sustancia verdadera. Los cinco agregados del apego son la **materialidad o forma**, las **sensaciones**, la **percepción**, las **formaciones mentales** y la **consciencia**. ¿Qué son ellos? Son las cosas que experimentamos todo el tiempo. No deben ir a otra parte para encontrarlos. Ellos están en ustedes. Cuando ven algo, ellos están allí en lo que ven. Cuando escuchan algo, ellos están en lo que escuchan. Cuando huelen, gustan, tocan o piensan, ellos están allí en lo que huelen, gustan, tocan o piensan. Cuando se inclinan o mueven sus miembros, los agregados están allí en la inclinación, la extensión o el movimiento. **¡Pero ustedes no saben que ellos son los agregados!** Esto es porque **no han meditado en ellos** y por lo tanto no conocen como realmente son. No conociéndolos, ustedes se adhieren a ellos con apego y falsas concepciones. ¡Y... adhiriéndose a ellos no podemos conocer o darnos cuenta de la Realidad!

El entender las 'Enseñanzas del Buda' intelectualmente no hace que sean efectivas en nuestro diario vivir. Intelectualmente se entienden los conceptos, pero las Enseñanzas del Buda no son conceptos, **son 'verdades'** que hay que practicar indiscriminada, constante, asidua y tenazmente sobre todas los puntos de vista y conceptos erróneos que hemos cargado desde tiempos sin principios; sobre los pensamientos que nos atormentan deseando esto y lo otro, haciendo juicios de esto y de lo otro, etc. etc. etc. Cuando se practica arbitrariamente al margen de las Enseñanzas, seleccionando el argumento/situación/relación con el que se va a practicar, es como teniendo sed y tomar agua en determinados momentos cuando uno está en un lugar determinado. La sed se quita tomando agua cuando es necesario, estén donde estén y en la situación que se encuentren. Si no tomamos agua, no se quita la sed, aunque aparentemente se manifieste así por un tiempo.

Hay que practicar, lo digo por experiencia. La práctica hace la perfección, si no hay práctica, hay consternación, hay pesadumbre, hay sufrimiento, esta es una 'verdad' dura que se aprende con este último "el sufrimiento". Y cuando vuestras mentes falsas o mortales no están claras, ustedes lo confundirán todo. Es por eso que la meditación como parte del Camino Óctuple es absolutamente necesaria. Cuando estamos en "una zona de confort o comodidad" como la llamo yo, no hay urgencia de meditar y todo se ve desde un punto de vista relativo, algo que creemos podemos solucionar con nuestros planes y esfuerzos físicos-mentales. Decimos: "ya llegamos", y no hemos ni siquiera comenzado a caminar; la mente falsa o el ego está de nuevo en control... La meditación es necesaria, es la lucha (irreal y temporal) y constante, que tiene que transitar la mente ofuscada, la mente falsa o mortal, para quitar el velo de la mentira ignorante y '**VER**' la **REALIDAD**. Ese es el pináculo de las Enseñanzas del Buda.

La '**inutilidad**' del Dharma cuando **no está acompañado por la habilidad meditativa**, y la importancia de los preceptos morales como el fundamento para el 'Camino' es imprescindible. Esa es la práctica de la que el Buda habló cuando enumeró el Camino Óctuple: Los Ocho Correctos.

Pero como con los conceptos no se convence a nadie de que hay una Realidad Única Sustancial (en Budismo se le llama vacía) y de que lo que están mirando es irreal y temporal, porque para eso la práctica es absolutamente necesaria; los seres siguen enredados en la 'rueda del samsara' o experiencia vivencial sin poder salir de ella; naciendo y muriendo una y otra vez... diríamos, dejando al pensamiento que llegue, se apodere de nuestra visión, se vaya y venga otro, y así sucesivamente, porque lo que nace y muere—esa mente falsa/ese pensamiento constante y ese saco de pellejo—es insustancial, produce sufrimiento y es impermanente. ¡Pero no lo pueden ver así porque **LA PRÁCTICA ES NECESARIA PARA ESO!** Una práctica efectiva, constante, lúcida y sobre todo pacífica... ahí la lucha no es lucha, es amplitud de visión.

En la traducción del Sutra Surangama de Charles Luk leemos: "En la práctica del Śūrangama Samādhi para borrar el almacén de la consciencia—Alaya—, nosotros deberemos conocer que esta última ha estado bajo la ilusión por mucho tiempo y que es muy difícil transmutarla dentro del Gran Espejo de la Sabiduría. Por esta razón, el Buda usa dos de las tres características⁵ del almacén de la consciencia, la percepción y la forma, para explicar

⁵ Las tres características (por supuesto irreales y temporales) del almacén de la consciencia, Alaya, son: **evidencia-propia, percepción y forma.**

la falsedad de ambas de manera que podemos abandonar nuestro apego a ellas y así romper su primera característica, **la evidencia-propia**. La ilusión de la forma, la cual incluye el cuerpo y la mente, creada por los cinco agregados y el mundo visible, es abordada primero a través de regresar cada uno de sus aspectos al punto de origen para probar su irrealdad. Entonces la ilusión de la percepción es borrada a través de revelar su esencia, o àlaya, que al igual que una segunda luna es también una creación ilusoria. Por esa razón el Buda dijo: "Cuando vemos (percibimos) vemos; el ver no es ver (porque) viendo te extravías de ver; viendo no puedes alcanzar"; lo que Han Shan interpreta competente y diestramente así: 'Cuando el ver absoluto percibe la esencia del ver, el primero no es el último, que todavía difiere de él, ¿cómo entonces puede el falso ver, alcanzar eso que es el ver absoluto? El ver absoluto se asemeja a la luna verdadera en el cielo; la esencia de ver es una segunda luna por los ojos erróneos; y el falso ver es la luna reflejada en el agua. En otras palabras, la verdadera luna significa la Iluminación fundamental; la segunda luna es como àlaya o la esencia de ver que está cerca de la verdadera luna; y la luna en el agua es la percepción, una ilusión que está muy lejos de ser la luna verdadera. En cuanto a àlaya [el almacén de la consciencia] que es el aspecto oscuro o no iluminado de la naturaleza-propia, no lo podemos destituir o descartar a la ligera como no-existente, y esta es la razón por la que el Buda evita mencionarla, como Él dice en Su gatha:

**Los viejos hábitos fluyen como torrentes
En la consciencia sutil de àlaya.
Dado que lo real y sin embargo irreal crea confusión
Me he refrenado de revelárselo a ustedes..."**

El Sutra Shurangama dice:

Origen de la Desviación:

El Buda dijo: 'Desde el tiempo sin principio todos los seres vivientes han hecho surgir toda clase de inversiones/transformaciones debido a la semilla kármica (de la ignorancia) que es como la maleza aksa⁶ Esta es la razón por la

⁶ La semilla aksa es triple y por lo tanto ilustra el carácter simultáneo de la ilusión o engaño, acción y sufrimiento.

que los buscadores de la Verdad fracasan en realizar la Iluminación Suprema pero logran sólo (los estados de) Sravakas, Pratyeka-budas, herejes, devas y demonios, solamente porque ellos no conocen las dos inversiones/transformaciones básicas, de tal modo, practicando erróneamente como aquellos que no pueden obtener comida a través de cocinar arena a pesar del pasar de los eones incontables como el polvo. ¿Cuáles son esas dos inversiones básicas? Ānanda, la primera es la raíz básica del nacimiento y la muerte originada, desde el tiempo sin principio, por el uso erróneo de una mente aferrada, que las personas toman erróneamente por su propia naturaleza, y la segunda es su apego a las condiciones causales (que esconde /oculta/encubre) la esencia de la consciencia básicamente brillante que es la sustancia limpia y pura de la Iluminación Nirvánica. Por lo tanto ellos ignoran esta brillantez básica y por lo tanto transmigran a través de los dominios de la existencia (ilusorios) sin comprender la futilidad de su práctica (errónea).⁷

Deseándoles tengan una lectura y práctica fructífera, La Maestra

⁷ El Buda, antes de enseñar el Gran Samādhi, reveló la causa raíz del nacimiento y la muerte declarando que desde el tiempo sin principio todos los seres vivientes han hecho surgir toda clase de inversiones por su ilusión/engaño kármico acerca de la Ignorancia Básica y Fertilizada. Esta ignorancia (dual) origina toda clase de semillas kármicas las cuales producen la fruta agria del engaño o error, la acción y el sufrimiento y por lo tanto son como el fruto triple de la semilla de aksa. Esta ilusión puede ser rota solamente por el Gran Samādhi que primeramente fue señalado. Los buscadores de la Verdad no pueden comprender la Iluminación Suprema porque están equivocadamente guiados por el engaño y el error hacia otros caminos, simplemente porque ellos no pueden distinguir las dos raíces básicas: primero, la raíz causa del nacimiento y la muerte que es la mente discriminadora la que ellos toman erróneamente por su propia naturaleza, y segundo, la sustancia fundamentalmente pura y limpia de la Iluminación Nirvánica comprendida por todos los Budas pasados, que es la Esencia de sus Consciencias y básicamente es brillante, pero que puede hacer surgir las condiciones causales. Por aferrarse a esas tres condiciones (ilusorias), ellos ignoran la brillantez básica y el sufrimiento sin objeto del nacimiento y la muerte. `Esta Esencia de la Consciencia es la sustancia de la Octava Consciencia que básicamente es brillante y es la Mente Verdadera y resplandeciente y maravillosa de la Iluminación Fundamental. Dado que todos los seres vivientes fracasan en comprender esta Mente Resplandeciente extraordinaria, ella es (escondida por el error y) transformada en la Esencia de la Consciencia que guía al pensamiento erróneo. Por lo tanto, el Buda se propuso primero arrancar de raíz este pensamiento falso y entonces la Esencia de la Consciencia de manera que la Mente Verdadera, básicamente iluminada pudiera manifestarse a través del Gran Samādhi. De ahí que, Su revelación del Samādhi antes de aniquilar el pensamiento falso. El siguiente texto trata con la eliminación de la falsedad para exponer la Realidad con Su enseñanza sobre Śamatha, el Camino a la Realidad; eso que tiene que ser extirpado fue precisamente esas dos (básicas) inversiones.