

**Relato #66**  
**Lo Que Tengo Te Doy**  
**Por Yin Zhi Shakya, OHY**



[Enso](#) azul-el círculo Zen: Taz Tanahashi

Queridos Lectores de **Acharia**:

Siempre he dicho y seguiré diciendo: **“Lo que tengo les doy, sin condición alguna”**. Gracias por dejarme ser la **donadora** de las traducciones de ese maravilloso regalo que es la **Enseñanza que nos ha dejado en herencia el Buda Shakyamuni y los Bodhisattvas del mundo El Dharma del Buda**. Espero que **no sólo** copien y republichen estas enseñanzas **para sentirse maestros de todos sin practicar nada**—o sea, predicar sin practicar—sino que también **las lean y practiquen**. Es lo máspreciado que hay en el mundo. Es el regalo supremo que cualquiera puede **dar y recibir**. ¿De qué pueden servir la ‘palabras’, la ‘letras’ y la ‘frases’ sobre un pedazo de papel si no se practican?

Vuelvo y digo: **“Lo que tengo, les doy, sin esperar nada”**. Esa es la práctica de **‘Dana’** o la ‘generosidad’; la práctica preliminar a la práctica de la ética, la meditación y la sabiduría.



Dana o generosidad se encuentra al principio de la lista de las perfecciones o Paramitas del Boddhistava, también es el Segundo Precepto Básico dentro de los diez o cinco preceptos de cualquier escuela. El gran maestro **Indio Atisha** consideraba a Dana como anteriormente he dicho, “preliminar a la práctica de la ética, meditación y sabiduría”.

**Burai Rick Spencer**<sup>1</sup> en una de sus charlas dijo:

Antes de que las enseñanzas se hubieran escritos, pienso que hacer listas ayudaba a los practicantes para recordarlas. Aún después de que las enseñanzas empezaron a escribirse, seguro que copias de ellas eran difíciles de encontrar, y de todos modos muchos monjes y monjas no podían leer. Entonces herramientas como listas eran muy importantes para ayudar en el estudio del Dharma.

El tema que quiero tomar es las **6 paramitas**, o las 6 prácticas de la perfección. Ellas son **dana, shila, kshanti, virya, samadhi, y praña**. Se suelen traducir al español como **generosidad, conducta moral, paciencia, ánimo, meditación y sabiduría**.

La palabra "paramita" se suele traducir como “perfección” o también “lo que va mas allá” o “ido a la otra orilla.” Este tipo de perfección no es como recibir una nota perfecta en un examen. No pasamos un examen para poner un fin a una cosa y seguir con otra. **No hay fin, no hay un punto final**. Esta es la perfección que va más allá de cualquier concepto de la perfección o la imperfección.

Tal vez recuerdas que en el Sutra del Corazón decimos que todos los Budas y Bodhisattvas confían en praña paramita. Este es la sexta

---

<sup>1</sup> Rick Spencer descubrió en la década de los ochentas que el Zen es una práctica y no solamente un tema para estudiar. Asistió a su primer sesshin con Joshu Sasaki Roshi en 1982 y siguió practicando como un alumno de Sasaki Roshi durante varios años. En 1995 Rick conoció a Zoketsu Norman Fischer y recibió de él la ordenación laica en el año 2000, justo antes de su primer viaje a México. Ese fue el principio del proceso feliz que le llevó a vivir y practicar en México. Rick recibió de Norman su ordenación como sacerdote en 2004, y ahora está comprometido a desarrollarse como sacerdote y compartir ese compromiso con la sangha mexicana. Desde 2005 Rick ha establecido su hogar en Puerto Vallarta donde es **sacerdote en residencia**—burai—del Grupo Zen de Puerto Vallarta. Además visita otras comunidades en México para apoyar y animar a personas y grupos interesados en la práctica del Zen Soto con el estilo familiar del Zen de Cada Día. Tomado de:

[http://www.everydayzen.org/index.php?option=com\\_content&task=view&id=250&Itemid=62](http://www.everydayzen.org/index.php?option=com_content&task=view&id=250&Itemid=62)

paramita, la perfección de la sabiduría o sabiduría más allá de la sabiduría. Podrías preguntarte a ti mismo que quiere decir esto.

Hoy quiero hablar sobre la primera paramita la cual es **Dana paramita**, normalmente traducido como **generosidad**. Entonces Dana paramita puede ser llamada "generosidad que va más allá de la generosidad." Pues desde el principio estamos diciendo que lo que tratamos **no cabe** en la palabra "generosidad."

Pero sí hablamos de dar regalos.

Quiero empezar con unos cuentos de regalar, sin mucho comentario.

Primero hay un cuento de **Ryokan**.

- Ryokan vivía en Japón hace 200 años. Era un Maestro Zen pero vivía la forma más simple de vida en una pequeña cabaña al pie de una montaña. Una noche un ladrón entró a hurtadillas a la cabaña sólo para encontrar que no había nada para robar.

Ryokan volvió y lo encontró. "Has hecho un largo camino para visitarme", le dijo al ladrón, "y no deberías regresar con las manos vacías. Por favor, toma mis ropas de regalo."

El ladrón estaba asombrado, pero tomó las ropas y escapó.

Ryokan se sentó desnudo, observando la luna. "Pobre hombre", murmuró. "Hubiera querido darle esta hermosa luna."

Y aquí tenemos otro cuento más moderno.

Taezan Maezumi roshi enseñó en los Estados Unidos de América por muchos años hasta su muerte en 1995. Hizo algunos viajes al DF y ahora hay 2 de sus sucesores enseñando allá.

A veces algunos alumnos le traían regalos muy caros y lujosos. Pienso que lo hacían con la esperanza de quedarse más cerca de él o esperando que él pudiera darse por enterado tan buenas personas eran. No eran sobornos flagrantes, sino **sutiles**. Seguro que él lo sabía y hacía de aquellos momentos oportunidades de enseñar.

Una de sus alumnas me dijo que en una fiesta alguien le trajo un regalo que pareció muy muy caro. Solo el papel para envolver valió



mucho. Atrajo su atención y con mucho orgullo y esperanza dijo, "Mira roshi, este regalo es especialmente para ti. Esperamos que te gustará".

Maezumi roshi dio todo su atención a la persona, tomó el regalo, y dio sus gracias con mucha sinceridad. Mientras el donador estuvo poniendo orgulloso y feliz, Maezumi giró a la persona mas cerca, le dio el regalo todavía envuelto, y dijo, "Déjame darte un regalo, es especialmente para ti."

Los sutras nombran 3 tipos de regalos.

**Primero** son los regalos materiales. Estas son cosas: paquetes que se pueden ser envuelto y regalado a alguien, regalos de alimento o dinero. El **segundo** es el regalo de no temer. Un ejemplo es consolar o proteger alguien que sienta amenazado o miedo. Pienso que el regalo de no temer también podría ser vivir una vida sin miedo como una manera de dar un ejemplo o animarse a los demás. Este regalo incluye el regalo muy importante que damos cuando simplemente estemos presentes con alguien que sienta solo, en dolor o con miedo. Con nada más que estar presente con esa persona y escucharla, podemos darla un gran regalo que puede traerla un alivio lo suficiente para que pueda seguir en el camino de despertar.

**El tercero es el regalo del Dharma**, compartiendo las enseñanzas con alguien. Se dicen que el regalo más grande es el regalo del Dharma. Un sutra dice, "Un regalo del Dharma vence todos los otros regalos."

En la tradición más antigua del Budismo en el oriente, los monjes no se permitían hacer trabajo productivo. No tenían bienes materiales para dar, sino **se dedicaban a dar regalos de no temer y regalos de las enseñanzas**. Se sustentaban con la generosidad de los laicos y laicas que les daban alimento y ropa. No importa tan pobre que fueras, todavía pudieras dar unos granos de arroz a un monje mendigo.

**No importa lo rico que fueras, todavía pudieras recibir las enseñanzas.**

Esta relación es muy importante. Para que practiques la generosidad, hay que ser alguien para recibir el regalo. **Ambos lados están regalando algo.**

Si estoy de necesidad y tú me das algo, mi necesidad te ha dado la oportunidad de practicar la buena práctica de la generosidad.

Aquí tenemos una cita del monje contemporáneo Thanissaro Bikkhu:

- Había tiempos en mi gira mendicante en Tailandia rural que cuando andaba pasando una cabaña pequeña hecha de pasto, alguien venía corriendo para poner arroz en mi cuenco.

Unos años antes, como laico, mi reacción al ver una cabaña tan desdichada hubiera sido querer dar dinero a ellos para ayudarles. Pero ahora estuve recibiendo su generosidad.

Desde mi posición como monje haría menos para ellos en términos materiales que lo pudiera hacer como laico, pero por lo menos estaba dando la oportunidad de tener la dignidad que llegue con ser donador.

Recuerdo una vez que una amiga me dijo una historia de una vez que estaba subiendo un sendero por las montañas de Chiapas con una amiga cuando encontraron una choza hecha de ramas.

Una anciana doblada salió de la choza y al ver mi amiga y su compañera se iluminó la cara y les pidió esperar un ratito. Fue a dentro de otro montón de ramas que era el gallinero y luego salió con dos huevos. Dio un huevo a cada una de las caminantes.

¡Cuan feliz estuvo esa mujer al dar!

¡Cuan conmovidas estuvieron las dos caminantes simplemente por estar allí!

En una parte del canto de las comidas en los monasterios Zen, los monjes cantan, "Que nos demos cuenta del vacío de las 3 ruedas: **donador, receptor y regalo**". Todos los 3 están vacíos de una existencia separada. Ni uno puede existir sin los otros. Cada uno incluye a los otros y por su turno está incluido dentro de ellos.

No te sorprenderías escuchar que el budismo hace hincapié en la intención o estado mental que uno tendría al dar un regalo.

En un sutra, el Buda lista algunas motivaciones posibles para regalar y las consecuencias que cada una tiene para el donador.



Uno podría dar buscando algo a cambio.

Uno podría dar con el pensamiento "esto me hace una buena persona."

Otra razón sería dar por costumbre. Por ejemplo, uno pensaría "mi familia siempre ha dado a esta organización y por eso debo yo."

Algunos regalos serían dados con la idea que los ricos deben de dar regalos a los pobres.

Otra razón sería que me hace feliz cuando doy algo a alguien.

En cada caso, el Buda dice que la donadora experimenta unos buenos resultados. Sin embargo, finalmente el mérito de regalar se agota y la persona regresa justo donde estaba al principio.

Pero, si uno da un regalo sin nada de estas razones, sino da como **"un apoyo para la mente"** resulta diferente.

Yo entiendo "apoyo para la mente" como un entrenamiento para la mente, o dando justo para la **práctica** misma de dar.

Si uno da por esta razón, también hay una recompensa transitoria, pero el donador nunca jamás regresa a ser igual que antes. Pienso que aquí estamos en **la línea de salida** o en el punto de comienzo de ir mas allá, pero todavía no hemos ido.

En Dana paramita, **la intención es la clave**. El valor de cambio del regalo realmente no importa. Claro resulta difícil poner un valor de cambio al regalo de las enseñanzas o al regalo de no temer. Pero aún con regalos materiales, es la intención la que importa más. Cualquier padre que ha recibido un dibujo, o la huella de una mano, o un poema como regalo de su hijo lo sabe.

**Y es en el punto de la intención donde podemos empezar con el verdadero entrenamiento de la práctica de dana paramita.** Un sutra dice, "Aún si una persona echaría los restos o sobras de un cuenco o una taza hacía un charco con el pensamiento: 'Que cualesquiera de las criaturas que vivan por acá se alimenten con esto' eso será una fuente de mérito." Que diferente es eso de echar los mismos restos sin pensar.

Mi maestro, **Norman Fischer**, recomienda a niños que empiezan la práctica de dana paramita a darse regalos a si mismos. Estos regalos pueden ser cosas que ya tengan: me doy esta pelota (gracias) me doy esta piedrita (gracias) o esta hoja (gracias)

Conforme que la niña se acostumbre al dar a si misma, se vuelve más fácil y mas natural para que siga dando en otras circunstancias.

Podemos dar una sonrisa o una palabra cariñosa, podemos señalar un arco iris o pájaro interesante y darlo.

En "Los cuatro métodos de guiar un Boddhistava" el maestro **Dogen** dice, "Ofrece las flores florecientes en una montaña distante al Tatágata." Tatágata es otro nombre para el Buda.

Dijo, "Date tú mismo a ti mismo, y los demás a ellos mismos."

**"Ambos, aceptar un cuerpo y soltar un cuerpo son dar"**. Nos podemos dar el regalo de ser lo que seamos, y les podemos dar a los demás el regalo de apreciarles quienes realmente son en vez de lo que pensamos que deben de ser.

Dogen también dijo, "Dejar las flores al viento, dejar los pájaros a las estaciones, también son actos de dar."

El Buda nos dio más consejos en la práctica de dar.

Una persona de integridad da un regalo con un sentido de convicción. Eso quiere decir que uno da sinceramente, con certeza, sin duda.

Una persona de integridad da un regalo atentamente. Uno da con atención plena, y trata el regalo y el receptor con respeto.

Una persona de integridad da un regalo en temporada. "En temporada" significa que uno da un regalo que sea apropiado y útil. Una vez sería un libro, otra vez una cesta de frutas, y otra vez efectivo.

Una persona de integridad da un regalo con un corazón empático. El donador no se ve como superior o separado del receptor, sino siente uno con él.

Una persona de integridad da un regalo sin hacer afectos adversos para ella misma o para los demás.



Uno no da un regalo que causa daño, como drogas o alcohol. Uno da con el deseo de quedarse capaz de seguir dando.

El dar es no codiciar. Dar es renunciar todas las cosas que en todo caso no pudiéramos poseer jamás. **Es renunciar esta ilusión.**

Hay un dicho "No te puedes llevarlo a la tumba." para justificar gastando mucho dinero por cosas frívolas. Es verdad, "No te puedes llevarlo a la tumba," pero los sutras dicen que todavía te lo puedes salvar si lo regalas.

Según el Buda, "Lo que teme el avaro, que se detiene de dar, es el mismo peligro que venga cuando no da."

Cuando verdaderamente practicamos **dana paramita** no pensamos en dar o no dar, en tener o no tener, ni siquiera en ayuda o necesidad. Nos extendemos la mano en la misma manera que respiramos. La intención no es dar, **la intención es vivir la vida.**

Entonces ahora misma ya tenemos muchas cosas para regalar. Algunas cosas son fácil de regalar, y otras no tanto. Podemos empezar nuestro entrenamiento en **dana paramita** por dar las cosas que sean fáciles de dar, así como aprendemos cocinar empezando con recetas fáciles.

**La verdad es que algún día vamos a estar llamados para renunciar todo.** Un día tendremos que renunciar todo lo que conocemos y queremos, vamos a dar una exhalación sin jamás tomar una inhalación. Cuando llegue este tiempo, **¿estaremos listos?**

Gracias por escuchar.

**[Burai Rick Spencer](#)**

Nota: Para información sobre las Paramitas presionen el enlace:

<http://www.pvzen.org/1dana-esp.html>

Y para terminar, citando de nuevo otra de las charlas de **Burai Rick Spencer**, déjenme decirles que había una canción en los años sesentas que decía: "Primero hay una montaña, luego no hay una montaña, luego sí hay".

**"Kaz Tanahashi**, un gran traductor contemporáneo de Dogen, anota que estas tres etapas se encuentran con frecuencia en las obras de

Dogen. **Primero afirmación, luego negación y finalmente negación de la negación, o se puede decir "más allá de la afirmación y la negación"**. Aquí tenemos las primeras tres frases del **Genjokoan de Dogen**.

**Primero** afirmación: "Cuando todos los dharmas son Buda-dharma, hay iluminación y engaño, vida y muerte, budas y criaturas."

**Luego** negación: "Cuando los diez mil dharmas carecen del yo, no hay engaño, ni iluminación, ni budas, ni criaturas, ni vida ni muerte."

**Y por fin saltar más allá de ambos afirmación y negación:** "El camino de Buda trasciende la existencia y la no-existencia, y por ello hay vida y muerte, engaño e iluminación, criaturas y budas."

Eso también puede ayudar en entender el Sutra del Corazón. Primero, hay forma, segundo, la forma es vacío, tercero, el vacío es la forma.  
**Praña Paramita.**

El nombre completo del Sutra del Corazón es "El Sutra del Corazón de la Gran Sabiduría Perfecta" o "El Sutra del Corazón de Praña Paramita". Y en el budismo mahayana hay toda una literatura de Praña Paramita. El Sutra del Corazón es tal vez lo más bien conocido, pero además hay el Sutra del Diamante, el Praña Paramita en 8000 Renglones, el Praña Paramita en 25000 Renglones, y más.

Sabiduría, o Praña, es el opuesto de la ignorancia. La ignorancia significa ignorar y su opuesto, sabiduría, significa ser consciente. En lugar de vivir nuestras vidas ciegos a la verdad y creyendo en la no-verdad, la sabiduría nos presenta con la posibilidad de vivir en la conciencia de "justamente esto" o la vida tal como es. Las enseñanzas de la sabiduría nos dicen que "justamente esto" no se trata de cualquier etiqueta que pondríamos como "vaso de agua."

Si miramos al vaso de agua tan cerca como la ciencia moderna nos deje, veamos en su mayor parte huecos entre partículas elementales. Y veamos que las partículas elementales de lo que llamamos "vaso" son iguales con ellas en las cosas que llamamos "agua" o "aire" o "Rick".

Si miramos al vaso de agua desde otra perspectiva, veríamos el mar o la lluvia o las nubes. Veríamos los minerales que conjuntan para hacer vidrio, o la energía que se lo moldeó hasta esta forma. Tal vez



veríamos la selva que había aquí por cientos de años, o el hombre que cada día conduce su camión por la calle chiflando un silbato y pregonando "agua." Podríamos ver las generaciones de gente y otros seres de todo el planeta que en alguna manera participan en este acontecimiento justamente ahora. La conciencia de todo esta está incluida en la sabiduría.

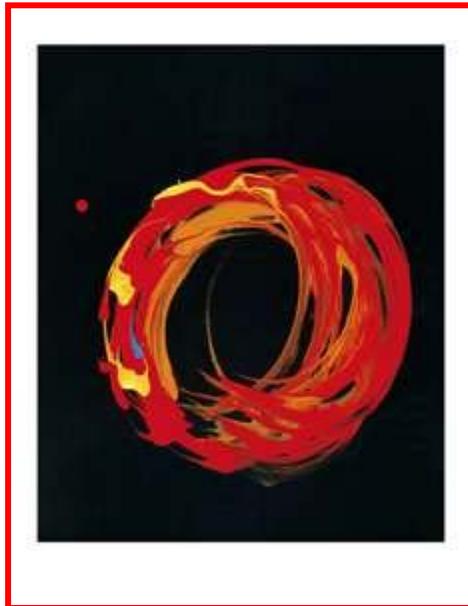
Todos las otras paramitas, juntos con todo lo demás, están incluidos en la sabiduría. **Praña Paramita es la gran madre de todo**".

Por último, déjenme citarles "El Himno a la Perfección de la Sabiduría"

Homenaje a la Perfección de la Sabiduría: ¡preciosa, sagrada! La Perfección de la Sabiduría ilumina. Siendo pura, nada en el mundo puede profanarla. Ella es el origen de la luz, y para todos en el mundo triple, disipa la oscuridad. Inmejorables son sus obras. Ella devuelve la luz para abandonar todo el temor y angustia; dispersa la penumbra y la oscuridad de lo ilusorio. Ella misma es un órgano de la Visión. Tiene un claro conocimiento de la esencia de todos los dharmas, porque no se aparta de ellos. La Perfección de la Sabiduría de los Budas pone en marcha la rueda del Dharma.

Deseándoles una práctica fructífera y la Paz del Dharma de Buda,

La Maestra



[Enso](#)-el círculo Zen: Taz Tanahashi