

### 3 *La plena aceptación de Bodhichitta*

**A**ntes de que nuestra mente esté lista para aceptar y mantener el precioso pensamiento bodhichitta, debe ser purificada de toda mancha y dotada de una gran reserva de méritos. Este proceso es similar a aquel mediante el cual un labrador prepara sus tierras para la cosecha. Él debe primero remover las piedras y la mala hierba y luego asegurarse de que la tierra reciba agua suficiente y alimento adecuado. Solo entonces podrá confiar en que las semillas sembradas germinarán, crecerán y madurarán según desea.

Mientras preparamos nuestra mente para la preciosa bodhichitta, hay métodos tradicionales que debemos aplicar para limpiar la no-virtud y acopiar méritos. Tales métodos están contenidos por entero en las llamadas **siete ramas de la práctica**. Las tres primeras ramas fueron planteadas en el capítulo segundo e incluyen: 1) *las postraciones*, 2) *la ofrenda* y 3) *la declaración de no-virtud*.

En este capítulo, Shantideva presenta las restantes cuatro ramas, que incluyen:

- 4) *regocijarse de la virtud,*
- 5) *pedir a los budas que hagan girar la rueda del dharma,*
- 6) *rogar a los budas que no se vayan*
- 7) *dedicar los méritos.*

**Cada una de las siete ramas sirve como oponente directo contra un engaño en particular,** aunque el efecto de la práctica de las siete ramas tiene un alcance mucho más amplio. De manera específica:

1. *postrarse o rendir homenaje destruye el engaño del orgullo;*
2. *la práctica de ofrendar nos ayuda a vencer la avaricia;*
3. *la declaración de la no-virtud mediante la aplicación de los cuatro poderes oponentes impide los tres engaños: la ignorancia, el apego y la ira. Pero va dirigida en especial contra nuestra ignorancia;*
4. *regocijarse de las virtudes de los demás vence la envidia;*
5. *pedir a los budas que hagan girar la rueda del dharma ayuda a purificar nuestros puntos de vista equivocados y cualquier acto irreligioso cometido en el pasado;*
6. *al rogar a los budas que no se vayan, removemos los peligros y obstáculos de nuestra vida y sembramos las semillas que eventualmente madurarán en la consecución del cuerpo indestructible de un buda.*
7. *al dedicar nuestros méritos en beneficio de todos los seres sintientes vencemos el demonio del amor propio.*

En este capítulo, Shantideva explica cómo las siete ramas de la práctica —en particular las últimas cuatro— nos preparan para aceptar con plenitud la mente que despierta, mediante la toma formal del voto bodhichitta. De modo que, este capítulo puede esquematizarse de la siguiente forma:

#### *Cómo aceptar y mantener bodhichitta (46))*

47 *Las prácticas preparatorias para acumular méritos*

57 *Aceptar plenamente bodhichitta*

58 *Prácticas concluyentes*

#### *Las prácticas preparatorias para acumular méritos (47)*

Según se indicó con anterioridad, esta sección consiste en las últimas cuatro prácticas de las siete ramas, con un segmento adicional concerniente al entrenamiento de la mente en la práctica de la generosidad. De manera que, esta sección se divide en las siguientes cinco partes:

- 48 *Regocijarse de la virtud*
- 49 *Rogar a los budas que hagan girar la rueda del dharma*
- 50 *Rogar a los budas que no se vayan*
- 51 *Dedicar los méritos*
- 56 *Entrenar la mente en la generosidad*

### *Regocijarse de la virtud (48)*

El regocijo es una mente dichosa, libre de envidias y de orgullo, que se deleita en testimoniar las acciones virtuosas de los demás y también las propias. Regocijarnos de la virtud de los demás nos proporciona gran mérito, mientras que regocijarnos de nuestra propia virtud aumenta en abundancia nuestro mérito.

**Se dice que el regocijo es la práctica principal de un bodhisattva.** Aunque no podamos regocijarnos con la misma plenitud que un ser de mente tan elevada, sin embargo, podemos practicar de manera similar. Esta es una práctica muy extensa, en extremo eficaz para domar al elefante salvaje de nuestra mente. Es apropiado dedicar una vida entera a la práctica del regocijo.

**La envidia es el enemigo de la mente del regocijo.** Por lo general, surge en contra de alguien más instruido o afortunado que nosotros. Mientras que regocijarse de la buena fortuna de los demás nos proporciona felicidad y beneficios, la envidia solo perjudica nuestra mente.

Si logramos practicar el regocijo con sinceridad, obtendremos dos resultados beneficiosos. Primero, sembraremos las semillas para lograr cualidades similares a aquellas de las que nos regocijamos. Además, al cultivar esta mente dichosa podremos vencer al veneno de la envidia. Esto justifica el esfuerzo.

La envidia no solo destruye nuestra virtud y nos arrastra hacia abajo, sino que imposibilita nuestro desarrollo de la preciosa bodhichitta. Cuando nos regocijamos de la felicidad y comodidad de otros, estamos creando la causa para disfrutar nosotros mismos de tales experiencias.

Por el contrario, si la comodidad ajena provoca envidia en nuestra mente, entonces experimentaremos infelicidad tanto en el presente como en el futuro. ¡Cuan maravilloso sería que esa mente ponzoñosa pudiera ser eliminada para siempre! Porque no tiene ni un solo aspecto positivo, sino que es responsable de

las muchas disputas y conflictos que agobian nuestro mundo actual. Desde las querellas entre vecinos hasta las guerras entre naciones, la mente engañosa de la envidia es con frecuencia la fuente del conflicto.

¿Cómo podemos desarraigar la envidia? Igual que sucede con los engaños, la solución última es comprender que la raíz de la envidia es nuestra propia ignorancia aferrada. Solo la realización de la vacuidad —la comprensión directa<sup>34</sup> de que todo carece de existencia inherente o natural— es capaz de cortar la raíz de esta ignorancia. Sin embargo, previo a ser capaces de aplicar esta solución última, podemos y debemos usar los antídotos temporales indicados en las enseñanzas del dharma.

Del mismo modo que vencemos la ira mediante nuestra práctica de amor y paciencia y disminuimos nuestro apego al meditar sobre las características desagradables o repulsivas de un objeto deseable, también podemos contrarrestar la mente envidiosa al regocijarnos de las virtudes ajenas. Al debilitar y luego desarraigar por completo nuestros engaños, eventualmente seremos capaces de alcanzar la plena liberación del sufrimiento.

Quien ha logrado la liberación para sí mismo es llamado un arhant. Sin embargo, **incluso después de erradicar todos los engaños, las huellas de estos engaños permanecen. Estas huellas son las llamadas obstrucciones al saber, porque impiden que la mente logre una percepción ininterrumpida de la verdadera naturaleza de todos los fenómenos.** Mediante el desarrollo de bodhichitta y la práctica de las enseñanzas mahayana, hasta esas sutiles obstrucciones al saber pueden ser removidas.

Quien ha erradicado todos sus engaños y además ha corrido el velo de las respectivas huellas, se convierte en un ser plenamente iluminado, un buda. Abandonar los engaños es como remover el moho de una caja. Purificar el olor remanente es como remover las huellas (obstrucciones al saber) que impiden la iluminación.

El desarrollo constante de nuestras cualidades mentales positivas es el camino que conduce al logro de la iluminación. Cada paso de la enseñanza espiritual nos acerca al objetivo. **De todas las prácticas del sendero, la más simple y eficaz es regocijarse de la virtud.**

Como dijo el gran meditador tibetano Gungtang Jampelyang:

*«Si deseas acumular una gran cantidad de méritos —incluso cuando estás reclinado— entonces regójate de la virtud ajena.»*

Cuando el Rey Prasenajit pidió a Buddha Shakyamuni una práctica espiritual que pudiese efectuar sin tener que abandonar a su familia o su reino, Buddha le aconsejó practicar el regocijo, cultivar bodhichitta y dedicar sus méritos. Incluso una persona muy ocupada con los asuntos de este mundo tiene tiempo para emprender estas tres prácticas, y una gran cantidad de energía positiva puede ser generada mediante cada una de ellas.

La capacidad de regocijarnos de todo corazón por las acciones virtuosas propias y ajenas se sustenta en nuestra apreciación de los efectos positivos de tales acciones. Cuanto más comprendamos que el resultado de determinada práctica es la felicidad, tanto más seremos capaces de regocijarnos en ella.

En su *Guía*, Shantideva menciona tres esferas de acción que son dignas de regocijo: aquellas implícitas en el logro de un estado superior de renacimiento, sea como un dios o como un ser humano; la plena liberación del sufrimiento; y el estado plenamente iluminado de un buda.

El resultado inicial de esta actividad virtuosa —alcanzar la felicidad en un estado futuro de existencia— se conoce como el resultado *temporal* de la práctica espiritual. El resultado *último* de estas prácticas se conoce como la bondad definitiva, y comprende el logro de la auto-liberación (cuando el practicante se preocupa particularmente por su propio bienestar) y el logro de la iluminación (cuando la preocupación principal del practicante es el bienestar de los demás). Estos tres estados de logro están caracterizados por niveles crecientes de felicidad y tranquilidad mental, de modo que son dignos de nuestro regocijo.

*[1] Gustosamente me regocijo de la virtud que alivia el sufrimiento de todos los estados de infortunio, y que establece en la felicidad a quienes sufren*

[1] Shantideva da inicio a esta sección regocijándose de las causas y efectos virtuosos de los estados afortunados de existencia. Las causas para nacer en uno de estos estados —como hombre o como un dios— incluyen las prácticas de moralidad, generosidad y oración inmaculada.

Al actuar con desprendimiento, mantener pura nuestra disciplina moral, practicar la paciencia, hacer las oraciones apropiadas y demás, podemos evitar los tres reinos inferiores de existencia y lograr un renacimiento superior. Además, si nos regocijamos por quienes están efectuando estas prácticas puras, estaremos creando la causa de un mayor beneficio y mérito propios.

Cuenta la historia que el rey Prasenajit invitó a Buddha Shakyamuni y a su séquito a un gran festín en palacio. A las puertas del mismo se encontraba un mendigo que se regocijó de la generosidad del rey pero se entristeció al pensar que, debido a su pobreza, él no tenía ocasión de efectuar una acción virtuosa similar. Cuando terminó el banquete, Buddha, que conocía las mentes de todos los presentes, hizo la dedicación de méritos usual, ¡pero no la hizo en nombre de quien efectuaba el agasajo, sino del mendigo! Sorprendido, el rey preguntó a Buddha sus motivos y él le respondió, «En esta ocasión, el mendigo ha actuado con mayor virtud que tu. La virtud de tus ofrendas se ha manchado con pensamientos mundanos tales como tu reputación, el orgullo y demás. El regocijo virtuoso del mendigo no estaba contaminado por esas impurezas. Por ese motivo le he dedicado los méritos a él.»

[2] En seguida, Shantideva se regocija de las enseñanzas que conducen a todos los seres sintientes desde el dolor y los sufrimientos de samsara hasta el alivio y la paz de la liberación.

*[2] Me regocijo en la acumulación de virtud que es causa del Despertar (de los Arhats); me regocijo en la definitiva liberación de todos los seres corpóreos de las miserias de la existencia cíclica.*

Hay muchos senderos que conducen al logro de la liberación, pero todos están contenidos en **LOS TRES ENTRENAMIENTOS SUPERIORES: disciplina moral, concentración y sabiduría.**

La disciplina moral ordinaria —el abandono de las diez acciones no-virtuosas<sup>35</sup>— puede conducir a un renacimiento humano o como un dios, pero no basta por sí sola para conseguir la liberación. Para alcanzar la liberación se requiere la disciplina moral de la renuncia; la renuncia a todo el samsara.

Cuando la disciplina moral se une al pensamiento de renuncia, adquiere el título de “*disciplina moral superior*”. Asimismo, al tener la renuncia como base, las prácticas de concentración unipuntualizada y de percepción de la verdadera naturaleza de la realidad se convierten en entrenamientos de “*concentración superior*” y “*sabiduría superior*”. Cuando se completan estos tres entrenamientos superiores, el practicante alcanza la liberación definitiva.

Después de regocijarse de las causas que conducen al logro de un renacimiento superior y a la liberación, Shantideva se refiere a aquellas acciones que conducen a la iluminación plena de la budeidad:

*[3] Me regocijo en el Despertar de los budas y también en los niveles espirituales de sus hijos.*

*[4] Con alegría me regocijo en el océano de virtud emanado del desarrollo de la Mente del Despertar que desea la felicidad de todos los seres, así como en los actos que les proporcionan beneficio.*

[3—4] Shantideva se regocija de la gran iluminación de los budas y de su causa: los diez niveles espirituales del sendero virtuoso de los bodhisattvas. Además, se regocija con alegría de la virtud obtenida mediante el desarrollo de bodhichitta: la mente del bodhisattva que desea la felicidad de todos los seres y los beneficia según la capacidad y disposición de cada uno.

Obtendremos grandes beneficios si nos regocijamos de las virtudes de otros y rezamos con fervor para poder practicarlas nosotros mismos. Al reconocer la incomparable ayuda que los bodhisattvas brindan a los seres sintientes, al regocijarnos de su mérito y orar con fervor para lograr ser como ellos, es indudable que llegaremos a serlo. Tal es el resultado natural del poder de nuestro regocijo, de nuestras oraciones y de la ley de las acciones y sus efectos.

¿Cuáles son las causas y efectos virtuosos de la gran iluminación? Conforme se indicó anteriormente, la causa principal es la preciosa mente bodhichitta. Quien ha desarrollado esta mente obtiene el título de bodhisattva y entra en el primero de los cinco senderos bodhisattva.

### **Los cinco senderos bodhisattva:**

#### **1º El sendero de la acumulación.**

Empleando el poder de la concentración unipuntualizada, el bodhisattva medita sobre el punto de vista profundo de la vacuidad. Y cuando logra una visión superior con respecto a la vacuidad, alcanza el segundo sendero bodhisattva.

#### **2º el sendero de la preparación.**

Entonces, mantiene esta meditación en la vacuidad **hasta que logra una realización directa**. Debido al poder de este glorioso logro, se convierte en **un bodhisattva superior y alcanza el tercer sendero,**

**3º el sendero de la visión.**

Al alcanzar este tercer sendero, **entra en el primero de los diez niveles o planos espirituales de un bodhisattva superior.** En este estadio se abandonan todos los aspectos *intelectualmente formados* del aferramiento al “yo”. Sin embargo, el bodhisattva superior todavía tiene que abandonar el autoaferramiento innato, del cual hay nueve niveles que van desde el más grande entre los grandes hasta el más pequeño de los pequeños.

A través de la constante familiaridad de su mente con la meditación en la vacuidad, el bodhisattva superior abandona estas formas innatas de autoaferramiento —desde la más burda hasta la más sutil— y avanza por los varios niveles del cuarto sendero:

**4º el sendero de la meditación.**

Al alcanzar el octavo nivel espiritual del cuarto sendero, el bodhisattva superior ha abandonado todas las formas de engaño. Sin embargo, todavía permanecen las huellas de tales engaños —las obstrucciones al saber— y éstas se remueven mediante una continua meditación en la vacuidad, que se prolonga a lo largo del octavo, noveno y décimo niveles espirituales. Por último, se remueve hasta la más ínfima traza de las huellas del engaño. Entonces el bodhisattva superior entra en el quinto sendero:

**5º el estado de iluminación plena y perfecta.**

En el quinto sendero, el bodhisattva superior finalmente alcanza su objetivo y **se convierte en un buda.**

Resulta útil familiarizarnos incluso con este breve esquema del sendero de los bodhisattvas, porque así podremos entender y regocijarnos mejor de las causas y efectos de su práctica. Cuanto más clara sea nuestra comprensión del sendero de los seres superiores, mayor capacidad tendremos para regocijarnos de cada uno de sus niveles. Así sembramos las semillas para poder viajar nosotros mismos a lo largo de esos niveles, hasta lograr la iluminación plena de la budeidad.

### Rogar a los budas que hagan girar la rueda del dharma (49)

Luego, Shantideva hace la siguiente plegaria:

*[5] Juntando mis manos suplico a los budas de todas las direcciones que enciendan la lámpara del Dharma para aquellos ofuscados por la penumbra del sufrimiento.*

[5] Uniendo las palmas de sus manos con devoción, Shantideva ruega a todos los budas que residen en todas las direcciones que escuchen su plegaria y por favor enciendan la lámpara del dharma para beneficio de todos los seres sintientes que sufren constantemente, sumidos en el oscuro pesar de la ignorancia.

**Rogar a los budas que hagan girar la rueda del dharma o como dice Shantideva, “que enciendan la lámpara del dharma”, es una práctica muy importante. Si la efectuamos a lo largo de nuestra vida y en el momento de la muerte, sembrará poderosas semillas en nuestra conciencia para que conozcamos en el futuro a un ser iluminado y recibamos de él las enseñanzas.** Incluso si no llegamos a conocer a un buda, sin duda podremos conocer a un maestro mahayana que nos enseñe el sendero hasta la iluminación.

Aunque hayamos abandonado los puntos de vista equivocados del pasado, sus huellas son tan fuertes que pueden interferir continuamente con nuestra práctica. Puede que aceptemos las enseñanzas hasta cierto grado, pero que en nuestro interior continuemos albergando serias dudas sobre la existencia de vidas pasadas y futuras, sobre los reinos inferiores de existencia e incluso sobre la certeza de la budeidad.

Es posible que al tratar de meditar en temas tales como las cuatro verdades, los doce eslabones de relación dependiente o la visión profunda de la realidad, nuestra mente se ofusque y entorpezca. ¿Quién puede disipar tal ofuscación? Solo el guía espiritual que enciende la lámpara del dharma puede remover esa oscuridad de nuestra mente. Por ende, debemos rogar a los budas y a todos los guías espirituales que enciendan la lámpara del dharma para beneficio de los seres sintientes que, como nosotros, siguen vagando en la oscuridad de la ignorancia.

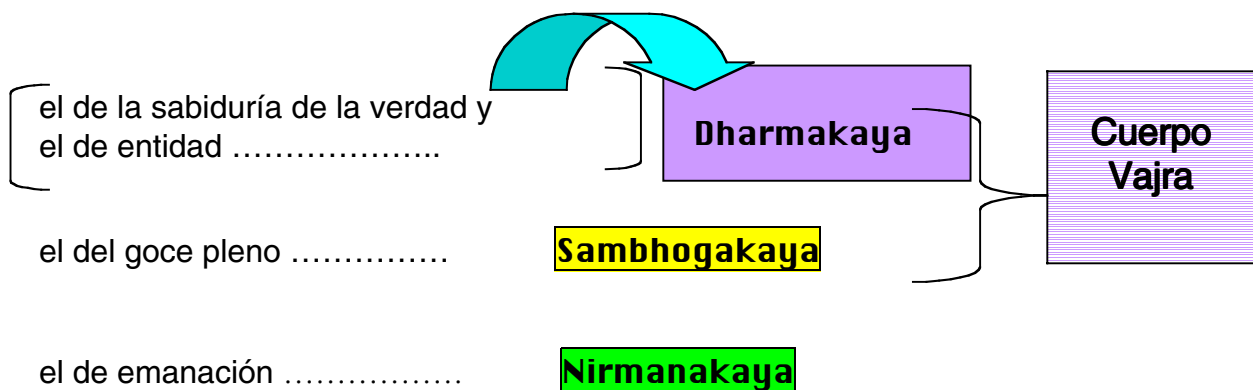
## Rogar a los budas que no desaparezcan (50)

[6] “Uniendo las palmas de mis manos con devoción, ruego a los budas que desean ir más allá y entrar en parinirvana, que permanezcan durante incontables eones, para beneficio de todos los seres sintientes confundidos, y que no dejen al mundo sumido en las tinieblas.”

El cuerpo de un buda no muere, porque ha sido liberado del círculo de nacimiento y muerte. Siendo así, ¿por qué, entonces, es necesario rogar a los seres iluminados que no se vayan? Para entenderlo, hemos de saber algo sobre los cuatro cuerpos de un buda.

**Cuando todos los engaños y sus huellas han sido erradicados de nuestra mente y todas las cualidades positivas han sido desarrolladas por completo, se alcanza el estado plenamente purificado de la budeidad. En ese momento se obtienen los llamados cuatro “cuerpos” de un buda.**

### Los cuatro cuerpos de un buda.



El cuerpo de sabiduría de la verdad y el cuerpo de entidad son, respectivamente, la mente omnisciente y la vacuidad de la mente omnisciente de un buda. Se conocen conjuntamente como el cuerpo de la verdad, o **dharmakaya**. Este dharmakaya, lo mismo que el cuerpo de forma completamente purificada o cuerpo del goce pleno (**sambhogakaya**), son indestructibles. De manera que se conocen colectivamente como **el cuerpo vajra**.<sup>36</sup> El dharmakaya puede ser percibido únicamente por otros budas, en tanto que el sambhogakaya puede ser percibido por los budas y por los bodhisattvas superiores.

Los budas manifiestan sus diversos cuerpos de emanación (**nirmanakaya**) para beneficiar a todos los seres sintientes ordinarios. Dado que tales cuerpos existen solo para beneficiar a los demás, son capaces de asumir una gran variedad de formas. Para beneficiar a los hombres y mujeres, por ejemplo, un buda puede manifestarse con una forma humana, mientras que puede aparecer como un dios, un animal e incluso como un objeto inanimado si eso resulta beneficioso. Un buda puede aparecer con cualquier forma si con eso beneficia la mente de un determinado ser sintiente.

Es el cuerpo de emanación (nirmanakaya) —que se ve como si no fuese distinto al nuestro— el que parece morir cuando un buda se va. Puesto que esa es la única forma con la cual somos capaces de relacionarnos en la actualidad, es una práctica de suma importancia rogar a los budas que no se vayan y que permanezcan con nosotros durante incontables eones, hasta que todos los seres sintientes hayamos alcanzado la iluminación.

#### *La dedicación (51)*

La dedicación es la oración que se hace al terminar una práctica específica, para dirigir la energía positiva de esa práctica hacia un resultado específico. La energía positiva acumulada, el mérito, es como un caballo que, mediante nuestra dedicación, nos llevará en cualquier dirección que escojamos.

Si el mérito de una acción virtuosa es dedicado al logro de un nacimiento humano o como un dios, entonces esa acción será causa de un renacimiento en tales reinos. Asimismo, si hacemos la dedicación para alcanzar la liberación, la iluminación, el desarrollo de bodhichitta o la realización de la vacuidad, el mérito madurará según sea dirigido. En este capítulo, el mérito generado por medio de la primera de las seis ramas de la práctica es dedicado **en beneficio de todos los seres sintientes**.

**Cuando se practica en la tradición mahayana, debe siempre dedicarse el mérito recolectado para generar la preciosa mente bodhichitta.** Tal es el propósito de la oración repetida en dos oportunidades anteriores<sup>37</sup>, mediante la cual manifestamos nuestra esperanza de que bodhichitta se desarrolle, que jamás disminuya y más bien aumente en abundancia.

Hay cosas importantes que debemos recordar antes y después de cualquier acción virtuosa. Si deseamos que la acción sea pura y eficaz, tenemos que asegurarnos de que nuestra motivación inicial sea incontaminada y correcta. Luego, cuando la acción se cumple, debemos dedicar el mérito generado para el logro del objetivo deseado.

Antes de una meditación o un retiro, nuestra motivación debe ser, cuando menos, la renuncia. Así nos cercioramos de no estar utilizando nuestras prácticas con propósitos mundanos. Y para terminar la sesión debemos dedicar cualquier virtud acumulada al logro de la iluminación en beneficio de todos los seres.

Sin una motivación pura, nuestra meditación no será una práctica pura de dharma; y sin la dedicación apropiada, el objeto de nuestra meditación no se conseguirá.

Si desarrollamos un deseo sincero de alcanzar bodhichitta y dirigimos nuestra motivación y nuestra dedicación de manera consecuente, incluso una acción tan sencilla como ofrendar flores o incienso a la imagen visualizada de un buda obtendrá grandes resultados y nos conducirá a un rápido desarrollo de la preciosa mente bodhichitta. Debido al poder de nuestras oraciones y a las bendiciones de los budas, seremos capaces de desarrollar bodhichitta, lograr la concentración unipuntualizada y alcanzar una realización de la profunda visión de la vacuidad.

Si no dedicamos los méritos de nuestras acciones virtuosas, pueden surgir muchos impedimentos. La virtud que no se dedica es como una puerta que se deja abierta, y la ira es el ladrón que se filtra y nos roba todo el mérito que hemos creado. Pero si el mérito de una acción virtuosa es dedicado de manera correcta para nuestra consecución de bodhichitta, no habrá ira futura capaz de destruirlo. Por ende, **es de suma importancia que concluyamos todas nuestras acciones, en especial nuestras prácticas espirituales, con una dedicación completa y sincera.**

En la *Guía* de Shantideva se mencionan los siguientes cuatro tipos de dedicación:

- 52 *Dedicación general*
- 53 *Dedicación para los enfermos*
- 54 *Dedicación para aliviar el hambre y la sed*
- 55 *Dedicación para conceder sus deseos a los seres sintientes*

*Dedicación general (52)*

[7] *Por los méritos recolectados con las postraciones, ofrendas, dedicaciones y otras virtudes practicadas, que el sufrimiento de todos los seres sintientes sea erradicado*

*Dedicación para los enfermos (53)*

*[8] Pueda yo convertirme en doctor, medicina y enfermera/o de todos los seres sintientes del universo, hasta que sanen plenamente y sin excepción.*

[7—8] Debemos orar para ser capaces de responder a las necesidades de todos aquellos que padecen enfermedades. Por el poder de tales oraciones y en virtud de su concentración superior, los bodhisattvas avanzados son capaces de materializar medicinas verdaderas para ser administradas a quienes se encuentran enfermos. Aunque estos poderes están hoy fuera de nuestro alcance, hemos de dedicar nuestro mérito para poder beneficiar a los demás al máximo posible.

Para que nuestras oraciones sean profundas y eficaces, primero hemos de pensar en los sufrimientos y miserias que experimentan quienes se encuentran enfermos. Meditemos en quienes se encuentran hospitalizados, en los que están moribundos y solitarios, sin un amigo que los cuide, y en aquellos cuyas lágrimas hemos visto y cuyo llanto hemos escuchado. Generemos compasión hacia estos seres que sufren y oremos para lograr convertirnos en doctor, en medicina y enfermera/o de cuantos están enfermos.

*Dedicación para aliviar el hambre y la sed (54)*

*[9] Pueda una lluvia de alimento y bebida disipar los sufrimientos del hambre y la sed. En el eón de la hambruna severa, pueda yo convertirme en alimento y bebida para todos.*

[9] Al dedicar nuestros méritos de esta manera, estamos creando la causa para convertirnos en futuros benefactores de todos los seres vivientes. El hambre y la sed que hoy afligen al mundo son pequeñas en comparación con las que se experimentarán en una era futura. Durante esa época, surgirá una hambruna severa que afectará a todos los seres sintientes del universo.

Después de ese eón desafortunado, seguirá una era de armas, una época de guerra y muerte continuas. Al finalizar el eón de la matanza, nuestro sistema mundial será enteramente consumido por el fuego, hasta quedar vacío.

Renacer como un ser humano durante el eón de la hambruna severa será como renacer en el reino inferior de los espíritus hambrientos. Y los seres humanos que nazcan durante las eras de destrucción posteriores se sentirán como si estuviesen en un reino infernal. De manera que, debemos orar como Shantideva, para poder ayudar tanto a los seres que sufren en el presente como a quienes padecerán sufrimientos aún mayores en el futuro.

*Dedicación para poder satisfacer los deseos de los seres sintientes (55)*

Una madre llena de amor y compasión hacia sus hijos reza continuamente por su bienestar, éxito y prosperidad. Sintiendo gran amor y compasión hacia todos los seres sintientes, hemos de rezar para convertirnos en lo que otros necesitan:

*[10] Pueda yo convertirme en inagotable tesoro para quienes son pobres y desvalidos. Pueda yo convertirme, según las necesidades de los seres sintientes, en aquello que desean, y que esté siempre a su alcance.*

Con esto concluyen las primeras cuatro de las cinco prácticas preparatorias para acumular méritos. Lo que resta es entrenar nuestra mente en la extensa práctica del desprendimiento generoso.

*Entrenar la mente en la generosidad (56)*

Shantideva declara:

*[11] “Sin sentimiento de pérdida entregaré mi cuerpo, posesiones y las virtudes del pasado, presente y futuro, en beneficio de todos los seres sintientes.”*

Hacer una declaración tan audaz está por encima de nuestra capacidad actual; sin embargo, mediante el entrenamiento de nuestra mente en los medios apropiados, seremos realmente capaces de actuar con semejante generosidad y desprendimiento en el futuro.

Si logramos destruir el apego hacia nuestro propio cuerpo y nuestras posesiones meditando en sus inconvenientes y su falta de esencia, y si pensamos de manera profunda en los muchos beneficios que surgirán como resultado de nuestra generosidad hacia los demás, eventualmente seremos capaces de emular los actos de los bodhisattvas. Cuando podamos lograrlo, ocurrirá según dice Shantideva:

*[12] Al renunciar a todo, se trasciende el sufrimiento y mi mente realizará el estado que no conoce sufrimiento. Es preferible que ahora entregue todo a los seres sintientes, tal como lo haré en el momento de la muerte.*

Es importante que entrenemos nuestra mente de manera correcta e inmediata en el pensamiento de entregar nuestro cuerpo y nuestras posesiones, porque, como señala Shantideva, a la hora de la muerte tendremos que renunciar a todo cuanto poseemos. Si, al enfrentar ese difícil trance, nos aferramos de

manera posesiva a nuestro cuerpo y riquezas, entonces experimentaremos un gran tormento interno y sembraremos las semillas de un renacimiento inferior. Por lo tanto, es sabio familiarizarnos con el pensamiento de obsequiar a los demás todo lo que nos pertenece, antes de que llegue el momento cuando todo nos será arrebatado. La manera más eficaz de concederle significación a nuestro cuerpo y posesiones es entregándolos voluntariamente a los demás.

¿Cuál es el significado de entregar nuestro cuerpo a los demás? Algunos seres superiores que han entrenado sus mentes para vencer el apego y el amor propio y además han meditado en la gran compasión y en la profunda visión de la vacuidad, son capaces, si fuera necesario, de entregar sus cuerpos sin dificultad y obsequiarlos a los demás. Ellos no experimentan sentimiento alguno de pérdida como resultado de esta práctica, y son capaces de concebir su cuerpo como un objeto insignificante.

No es probable que en el presente seamos capaces de practicar de esa misma manera. Mientras estemos gobernados por el amor propio, resulta más perjudicial que benéfico sacrificar algo tan preciado como nuestro cuerpo. Por lo demás, sería un error renunciar a este precioso vehículo humano a menos que hubiese una gran necesidad y propósito. No obstante, sigue siendo importante practicar el regocijo por las acciones de aquellos bodhisattvas que sí son capaces de entregar sus cuerpos y posesiones, y orar para que algún día logremos hacer lo mismo.

En los últimos capítulos del *“Sutra de la perfección de la sabiduría”* (sánscrito *Prajnaparamitasutra*), Buddha Shakyamuni relata la siguiente historia de un bodhisattva que perfeccionó la práctica de dar sin egoísmo como parte de su sendero espiritual. **38**

Sadaprarudita era un practicante sincero que, tal como un hombre sediento busca el agua, buscaba por doquier un maestro que pudiese explicarle la profunda visión de la vacuidad. **39** Cierta día, escuchó que una voz proveniente del cielo le ordenaba dirigirse hacia el oriente, hacia donde vivía un gran maestro, el bodhisattva Dharmodgata, el guru capaz de enseñarle. Sadaprarudita sintió una profunda alegría al pensar que podría, por fin, recibir las enseñanzas. Anhelaba llevar una ofrenda de oro y plata al bodhisattva Dharmodgata, como muestra de su sinceridad y devoción, Sin embargo, era demasiado pobre para poder comprar siquiera el más pequeño regalo. En esos momentos tuvo una idea. «La única cosa de valor que poseo es mi cuerpo. Lo venderé, y con el dinero que perciba, podré comprar ofrendas para mi maestro.»

Sadaprarudita se dirigió de inmediato hacia un poblado cercano. Al llegar, se plantó en media calle y dijo: «¿Quién quiere comprar mi cuerpo? Lo venderé a cualquiera que lo deseé.» Sin embargo, a pesar de sus gritos desesperados,

nadie aceptó la oferta. Sintióse desolado porque no le quedaba modo alguno de reunir el dinero necesario para comprar el regalo de su maestro, se sentó y comenzó a llorar.

Desde su morada en los reinos celestiales, el gran Señor Indra, jefe de todos los dioses, vio lo que estaba sucediendo y decidió probar al joven bodhisattva. Transformándose en un brahmán de alta casta, Indra se apareció ante Sadaprarudita y le preguntó por qué lloraba. Cuando el bodhisattva le explicó su apuro y el motivo por el cual necesitaba el dinero, el brahmán dijo, «Por lo general no necesito ni carne ni sangre humanas; Sin embargo, hoy debo efectuar un sacrificio especial y requiero ingredientes inusuales. Así que, gustosamente pagaré por tu carne.» Sadaprarudita se sintió extasiado de alegría porque al fin había encontrado quien comprara su cuerpo. Entonces comenzó a cortar la carne de su muslo derecho y levantando una gran piedra, estaba a punto de quebrar los huesos de su pierna.

La hija de un mercader que habitaba en una casa vecina presencié la inusual escena que se desarrollaba afuera. Muy alarmada, corrió y le preguntó al bodhisattva por qué motivo se mutilaba de manera tan espantosa. Sadaprarudita le explicó tranquilamente que estaba vendiendo su carne para poder obsequiarle ofrendas al maestro Dharmodgata y recibir sus sabias enseñanzas. «¿Qué grandes beneficios te proporcionarán tales enseñanzas para que te maltrates de esta manera?», preguntó la joven. El bodhisattva le respondió que mediante la meditación en las enseñanzas de la vacuidad, uno logra alcanzar la plena iluminación de la budeidad.

La hija del mercader inquirió entonces sobre la budeidad y el joven bodhisattva le explicó todas las cualidades excelentes de un ser plenamente iluminado. Cuando se enteró de esas cualidades tan sobresalientes, la joven mujer desarrolló una profunda fe en las tres joyas: Buda, Dharma y Sangha. Ella suplicó a Sadaprarudita que no se maltratase más y declaró: «Mi padre es muy rico y yo te proporcionaré todo el dinero que necesitas para hacer una ofrenda digna del gran maestro Dharmodgata.»

Al constatar que el bodhisattva deseaba sacrificarse, y después de escuchar su conversación con la hija del mercader, el gran dios Indra comprendió el grado y profundidad de la gran compasión de Sadaprarudita. De inmediato asumió su forma original y proclamó: «Todos los budas del pasado alcanzaron su iluminación mediante la misma mente y esfuerzo grandiosos que tú posees ahora. Es en verdad maravilloso que estés dispuesto a sacrificar tu cuerpo en nombre del dharma. Por favor, dime si hay algo en el universo entero que yo pueda obsequiarte.» Sadaprarudita respondió: «La única cosa que necesito es el sendero que conduce a la iluminación.» Al oír la respuesta, Indra tuvo que admitir: «Yo puedo darte cualquier cosa del universo, pero solo un ser iluminado tiene la

habilidad de concederte tu deseo.» Entonces, el bodhisattva hizo la siguiente plegaria: «Si entrego mi cuerpo sin engaños en nombre del dharma, que pueda yo, por el poder de esta ofrenda pura, recuperar por completo mi salud.» Al concluir esta plegaria, su cuerpo sanó instantáneamente.

La hija del mercader llevó al bodhisattva hasta su casa y rogó a su padre que obsequiase oro y plata a Sadaprarudita para utilizarlos como ofrenda a su maestro. Cuando el mercader escuchó el relato de su hija, también sintió una gran devoción y obsequió al bodhisattva quinientas carretas llenas de oro, plata y manjares deleitables. Entonces, el bodhisattva Sadaprarudita y la hija del mercader, acompañados de quinientas siervas, partieron en busca del maestro Dharmodgata. Después de que alcanzaron su destino y presentaron sus ofrendas, Dharmodgata les enseñó toda la perfección de la sabiduría. Al escuchar estas enseñanzas, Sadaprarudita logró una comprensión directa de la profunda visión de la vacuidad.

Luego, Dharmodgata entró en meditación unipuntualizada y permaneció así durante siete años, en tanto que Sadaprarudita esperó para recibir más enseñanzas. Durante todo ese tiempo, no pensó en alimentos ni bebida. Más bien aguardó con gran paciencia, preocupado solo por recibir más instrucción.

Cuando Dharmodgata finalmente emergió de su meditación, Sadaprarudita le pidió ulteriores enseñanzas sobre la vacuidad y comenzó a preparar un amplio campo de ofrendas apropiadas. Sin embargo, al tratar de preparar ese campo en forma adecuada, encontró innumerables obstáculos; había polvo por doquier y no había agua para remojarlo. Sin desalentarse, el valiente bodhisattva cortó su propio cuerpo y con su sangre, mojó el polvo del suelo mientras la hija del mercader y las quinientas siervas seguían su ejemplo. Su sangre se transformó de inmediato en agua perfumada de sándalo y apareció Indra, ofreciendo gran cantidad de flores celestiales que el bodhisattva esparció sobre el suelo. Sadaprarudita construyó un enorme trono, fabricó un bellissimo toldo y decoró el lugar con muchas joyas, objetos religiosos y ornamentos preciosos.

Al siguiente día, Dharmodgata brindó enseñanzas sobre la perfección de la sabiduría a muchos miles de personas. La tierra tembló, llovió flores del cielo y ocurrieron muchos otros milagros. La hija del mercader y las quinientas siervas meditaron profundamente en la vacuidad y, como resultado, alcanzaron altos estados en el sendero bodhisattva. Sadaprarudita mismo alcanzó el octavo de los diez planos bodhisattva y, de repente, voló al cielo para ver a su maestro. Cuando le preguntó a Dharmodgata la razón por la cual habían acaecido todos esos milagros, el maestro respondió que constituían una señal auspiciosa del gran beneficio recibido ese día. Gracias a la solicitud de Sadaprarudita y a las enseñanzas de Dharmodgata, muchos miles de personas lograron la visión correcta de la vacuidad y desarrollaron la preciosa mente bodhichitta.

Esta historia ilustra el poder que tiene un bodhisattva de alto nivel para entregar su cuerpo a los demás sin ninguna dificultad. Como dice Shantideva:

[13] *“Al haber entregado mi cuerpo para complacer a todos los seres vivientes, no importa lo que escojan hacer con él. He entregado mi cuerpo a otros para que hagan con él según les plazca.*

[14] *Si quieren, dejadlos que jueguen con él, lo ridiculicen, lo golpeen e incluso lo maten. Después de haber entregado mi cuerpo a otros, ¿qué sentido tiene seguir apreciándolo?”*

Buddha Shakyamuni dijo que al lograr una realización de la vacuidad (que todas las cosas carecen de existencia propia verdadera e independiente), no es muy difícil entregar nuestro cuerpo y resulta aún más fácil entregar nuestras posesiones. De manera que, Shantideva agrega:

[15] *Entrego mi cuerpo a los seres sintientes, sin causar problemas o daño a ninguno, únicamente para practicar la virtud. Que al encontrarme con alguien, el encuentro le resulte significativo.*

[16] *Si en aquellos que me encuentren surge un pensamiento de fe o de enfado, que tal pensamiento se convierta, indistintamente, en causa que colme eternamente sus deseos.*

Es difícil que miremos a un enemigo del mismo modo que miramos a un amigo. Si alguien nos causa un daño, nuestra ira surge; si alguien nos alaba, nos llenamos de placer. Pero un bodhisattva no se conmueve ni con el halago ni con el abuso. Si un ser dotado de una mentalidad tan elevada se sentara entre dos personas—una que lo corta con un cuchillo y la otra que unge su cuerpo con perfumes— el bodhisattva los miraría a ambos con idéntico amor y compasión.

Shantideva prosigue con su plegaria para poder beneficiar a los demás, de la siguiente manera:

[17] *Puedan aquellos que me critican o me causan daño, y quienes insultándome se mojan, lograr la buena fortuna del más pleno Despertar.*

[18] *Que durante todas mis vidas pueda yo ser el protector de los desvalidos. Pueda yo convertirme en guía de los viajeros; en barca, buque y puente para quienes desean surcar las aguas.*

[19] *Pueda yo convertirme en isla de paz para los agobiados y en lámpara para aquellos que vagan en la oscuridad. Pueda yo convertirme en morada para los indigentes, en lecho para los extenuados y en siervo de quienes lo desean.*

[20] *Pueda yo convertirme en joya que concede los deseos; en vasija mágica, en mantras poderosos y medicina eficaz. Pueda yo convertirme en árbol que concede todos los deseos y en vaca de inagotable bonanza para el mundo.*

[21] *Tal como el espacio y los grandes elementos —tierra, agua y demás—, que pueda yo convertirme en fuente que sustenta la vida de infinitas criaturas.*

[22] *Y hasta que trasciendan el sufrimiento y alcancen la iluminación, que pueda yo ser fuente de vida también para todos los seres de los reinos de existencia que colman los confines del espacio.*

¿Por qué es preciso orar de esta manera?

**Si deseamos desarrollar la preciosa bodhichitta, debemos cultivar una intención benéfica hacia todos los seres sintientes. Podemos entrenarnos de esta manera si observamos con determinimiento la condición de los demás. Cada vez que veamos sufrir a un ser sintiente, debemos pensar: «¿Qué puedo hacer para disipar su dolor y procurarle felicidad?»** En todo momento debemos entrenar nuestras mentes con este pensamiento benéfico.

En la actualidad somos incapaces de brindar ayuda ilimitada a todos los seres del universo. Sin embargo, al dedicar nuestras virtudes en beneficio de los demás, conforme se aconseja arriba, estaremos sembrando las semillas para alcanzar esta meta altruista en el futuro. Si dedicamos nuestros méritos, si oramos a un guía espiritual en nombre de quienes no cuentan con tal guía o rezamos para poder convertirnos en benefactores de los pobres, no hay duda de que estos deseos se concederán en el futuro.

En esta ocasión hemos renacido como seres humanos y en consecuencia, tenemos la preciosa oportunidad de pensar, analizar y entrenar nuestra mente. Si nos ocupamos tan solo de nuestros habituales pensamientos de amor propio, entonces seremos como animales. Incluso los pájaros y los insectos van de aquí para allá en busca de felicidad y alivio para sus sufrimientos.

Si deseamos conseguir que nuestra humanidad sea útil, debemos procurar elevar nuestra vista por encima de tales preocupaciones egoístas. Las enseñanzas de Shantideva sobre el entrenamiento de la mente son un método poderoso para lograr una visión tan elevada.

*Aceptar plenamente la bodhichitta (57)*

En el capítulo primero se explica el método para desarrollar bodhichitta mediante la instrucción en *las seis causas y un efecto* y también se explican los ocho preceptos de la mente que aspira.<sup>40</sup> Cuando hayamos preparado y desarrollado nuestra mente de modo que logremos practicar las seis perfecciones que conducen a la iluminación, entonces estaremos listos para tomar los votos del bodhisattva.

El propósito de tomar tales votos es lograr la meta del bodhisattva. ¿Y cuál es esa meta? Alcanzar la iluminación en beneficio de todas las madres seres sintientes. No basta con pensar y desear el logro de la budeidad en beneficio de los demás; debemos tomar los votos apropiados y emprender las prácticas necesarias.

Cuando entendamos los compromisos que conlleva la toma de los votos bodhisattva y sintamos que somos capaces de respetarlos, habrá llegado el momento de dedicarse al oficio de bodhisattva. Esto significa la plena aceptación de la mente bodhichitta.

La ceremonia para tomar los votos bodhisattva puede delinearse de la siguiente manera. Si dichos votos se recibirán de un guía espiritual, primero debemos efectuar ofrendas abundantes y bellas y preparar el sitio en donde se concederán los votos. Cuando llegue el guía espiritual, debemos ofrendar la oración de las siete ramas<sup>41</sup> enumerando las siete prácticas preliminares antes explicadas, y luego recitar los versos de la ofrenda de mandala,<sup>42</sup> ofreciendo todas las cosas preciosas y únicas del universo para lograr el desarrollo de nuestra bodhichitta. Después de hacer todos estos preparativos, pedimos al guía espiritual que nos conceda los votos bodhisattva.

Comenzamos con la siguiente plegaria: **“¡O preceptor, por favor escúchame!”** (Si la ceremonia se efectúa en presencia de budas y bodhisattvas visualizados, debe iniciarse de la siguiente manera: **“¡O budas y bodhisattvas, por favor escuchadme!”**)

*“Tal como los Sugatas (budas) del pasado generaron la preciosa bodhichitta y luego practicaron conforme a los preceptos bodhisattva, también yo generaré bodhichitta y seguiré sus preceptos para beneficiar a todo ser viviente.” [23-24]*

Estos versos deben recitarse tres veces. Al efectuar la última repetición, se recibe la ordenación bodhisattva.

¿Qué implican estos versos? Todos los budas del pasado alcanzaron su estado excelso porque se adiestraron en las prácticas del bodhisattva. Motivados por su deseo de ayudar a todos los seres sintientes, ellos engendraron la preciosa bodhichitta, recibieron los votos bodhisattva y siguieron un sendero gradual de práctica que incluía las seis perfecciones y otras acciones benéficas. Puesto que nosotros también deseamos iluminarnos plenamente en beneficio de los demás, hacemos votos de seguir esta práctica gradual exactamente como lo hicieron los seres supremos.

Hacemos estas promesas a nuestro guía espiritual o a la asamblea de budas y bodhisattvas visualizada. El guía de quien recibimos estos votos debe ser un maestro plenamente calificado. Tiene que haber recibido los votos bodhisattva y debe poseer la capacidad para explicar cada uno de ellos en forma individual. Debe tener la capacidad requerida para conceder los votos a otros, además de brindar una explicación hábil de todas las prácticas concernientes a las seis perfecciones.

Por nuestra parte, si hemos desarrollado con anterioridad la mente bodhichitta que aspira, al recibir los votos bodhisattva nos adentramos en la mente bodhichitta que se implica. Surge, entonces, la necesidad específica de abstenerse de las dieciocho transgresiones raíz y las cuarenta y seis transgresiones secundarias. (En la práctica, sin embargo, no tienen límite los preceptos éticos y morales que un bodhisattva adopta con alegría al dedicarse con altruismo al beneficio de los demás.)

Después de tomar estos sesenta y cuatro votos en presencia de nuestro maestro, es posible retomarlos con frecuencia y por cuenta propia, en presencia de los budas y bodhisattvas visualizados. Si quebrantamos alguno de nuestros votos, se puede retomar en una ceremonia similar. Al efectuar estas ceremonias y dedicar nuestra mente a las prácticas de un bodhisattva, estamos aceptando o asumiendo plenamente la preciosa mente bodhichitta.

#### *Actividades concluyentes (58)*

Hasta ahora, Shantideva ha descrito las diferentes prácticas preparatorias que son útiles para acumular méritos, así como la ceremonia para aceptar plenamente bodhichitta. Las actividades que sellan y concretan nuestra plena

aceptación de la mente de la iluminación pueden dividirse en tres secciones, como sigue:

- 59 *Meditando en la felicidad de lograr nuestros deseos*
- 60 *Meditando en la felicidad de beneficiar a los demás y concederles sus deseos*
- 64 *Exhortando a los demás a que mediten en la felicidad*

*Meditando en la felicidad de lograr nuestros deseos (59)*

Una vez que hayamos desarrollado la preciosa bodhichitta, debemos comprender cuan afortunados somos y regocijarnos de manera consecuente.

*[25] Quienes han aprehendido con discernimiento y lucidez una Mente del Despertar deben, para incrementarla ulteriormente, alabarla de la siguiente manera:*

[25] Para aumentar todas las cualidades relacionadas con la bodhichitta, debemos colmarnos de elogios y propósito, inspirándonos con alegría.

*[26] “Hoy mi vida ha rendido frutos; al haber obtenido esta existencia humana, he nacido en el linaje de Buddha y me he convertido en uno de sus Hijos (bodhisattva).*

*[27] En adelante, todos mis actos serán dignos de mi nuevo linaje y nada haré que pueda contaminar o manchar esta noble e inmaculada estirpe.”*

[26—27] Debemos pensar cuan privilegiados somos al haber tomado los votos bodhisattva y cómo semejante acción ha concedido gran significación a nuestro renacimiento humano, haciéndolo verdaderamente fructífero. Pensando de esta manera, nos invadirá una profunda felicidad.

Conforme hemos estudiado el dharma mahayana, meditado y desarrollado bodhichitta, hemos descubierto cualidades vitales que no es común poseer. La bodhichitta tan preciosa no es fácil de encontrar en este mundo. Aunque los eruditos pueden estudiar con afán y obtener doctorados y otros títulos avanzados, tales calificaciones no pueden en lo más mínimo compararse con la preciosa mente bodhichitta. De manera que, la persona que desarrolla esta preciosa mente tiene grandes motivos de regocijo y felicidad.

*[28] Del mismo modo que un ciego descubre una joya en una montículo de basura, asimismo, por especial coincidencia, ha nacido en mí la Mente del Despertar.*

[28] Es raro encontrar una preciosa joya en una montaña de basura, y todavía más raro que un ciego descubra tal joya. ¡Si un ciego tuviera semejante suerte, cuan feliz se sentiría! Asimismo, es sumamente raro encontrar una persona interesada en tratar siquiera de desarrollar bodhichitta, y es incluso más raro encontrar a uno que ha desarrollado la mente de la iluminación. ¡Si lográramos desarrollar esa mente tan preciosa, cuan felices y dichosos seríamos! No existe en esta vida una cualidad superior al desarrollo de la mente bodhichitta que se implica.

Al preguntarle a un geshe kadampa, gran maestro del pasado: «¿Qué es mejor, obtener poderes milagrosos y desarrollar la clarividencia para tener visiones de la propia deidad personal, o desarrollar la mente bodhichitta?» Él respondió que bodhichitta es una mente miles de veces más grande que cualquier otro logro o poder. ¿Por qué? En muchas de nuestras vidas previas hemos desarrollado poderes milagrosos e incluso hemos sido capaces de volar. Durante el primer eón de esta era mundial, todos los seres poseían clarividencia y cuerpos de la naturaleza de la luz y, no obstante, ¿adónde quedó la esencia de esos poderes? ¿qué beneficio nos han proporcionado?

Todo cambia y, sin embargo, seguimos atascados en el círculo de existencia cíclica, experimentando continuos sufrimientos e insatisfacción. Si hubiésemos desarrollado con anterioridad el pensamiento bodhichitta y nos hubiésemos involucrado en sus prácticas, tal vez ya habríamos alcanzado la iluminación de la budeidad y estaríamos libres de los problemas del samsara.

Desarrollar bodhichitta es incluso más importante que tener visiones de una deidad personal y emprender las prácticas tántricas pertinentes. Al meditar en nuestro sistema psíquico, en nuestras energías y fluidos vitales, podemos desarrollar el calor psíquico interno y ser capaces hasta de levitar en el espacio. Pero, sin bodhichitta, todo eso es insignificante.

Si hemos logrado el desarrollo de bodhichitta y hemos adquirido una comprensión de la vacuidad, las prácticas tántricas pueden ser muy útiles para incrementar nuestras realizaciones. Pero, si carecemos de este fundamento precioso, seremos por completo incapaces de practicar el sendero tántrico.

En la actualidad, muchas personas se sienten atraídas por el tantra porque creen que les proporcionará un camino corto hacia la iluminación, o cuando menos los dotará de poderes mágicos. Esas personas no comprenden cuán importantes son los fundamentos de renuncia, bodhichitta y vacuidad para este sendero superior.

Si practicamos el tantra solo para obtener beneficios en esta vida, esperando alcanzar notoriedad o poderes especiales, estaremos sembrando las semillas de nuestro futuro sufrimiento infernal. Cualquiera que practique de ese modo será como la persona confundida que usa una preciosa madera de sándalo para avivar una hoguera.

Para citar otros ejemplos, el practicante que tiene una motivación tan pobre es como quien utiliza billetes para prender su cigarrillo, o un Rolls Royce para cargar boñiga. Bodhichitta es indispensable si deseamos practicar el tantra de manera significativa.

*Meditando en la felicidad de beneficiar a los demás y concederles sus deseos (60)*

Esta sección se refiere a la meditación sobre la dicha de poder efectuar las siguientes tres actividades:

- 61 *Ser capaz de aliviar a los demás de su sufrimiento*
- 62 *Ser capaz de eliminar las dos obstrucciones*
- 63 *Ser capaz de conferir grandes beneficios y felicidad a los demás*

*Ser capaz de aliviar a los demás de su sufrimiento (61)*

Cuando se ha desarrollado bodhichitta, se tiene la habilidad de ayudar a otros seres de innumerables maneras. En esta sección, Shantideva analiza cinco de esos beneficios, comparando la preciosa bodhichitta con la ambrosía, con un inagotable tesoro, con medicina, con un frondoso árbol celestial y con un puente.

*[29] Bodhichitta es la suprema ambrosía que subyuga la soberanía de la muerte; el tesoro inagotable que elimina la pobreza del mundo.*

[29] Primero, toda bodhichitta es como la suprema ambrosía que puede vencer el gran poder de la muerte. Incluso destruye el sufrimiento de la muerte y conduce a todos los seres sintientes al estado eterno e incomparable de la más plena budeidad. Además, bodhichitta es como un inagotable tesoro que elimina la pobreza de todos los seres sintientes y satisface todos sus deseos.

¿Cómo pueden los budas y bodhisattvas —esos seres supremos que poseen la mente bodhichitta— eliminar la pobreza? Al procurarnos inagotables enseñanzas de dharma y regalos materiales, son capaces de satisfacer en forma temporal tanto nuestras necesidades espirituales como las físicas. Más aun, al conducirnos hasta el eterno estado de felicidad e iluminación plena, pueden liberarnos ulteriormente de toda pobreza. En este sentido, el bodhisattva es como un inacabable tesoro.

Si bodhichitta tiene semejante poder, ¿por qué, entonces, tantos seres de este y otros reinos continúan experimentando pobreza y demás? La razón es que el poder de los bodhisattvas es como un anzuelo de hierro y para poder ser pescados y extraídos del sufrimiento, tenemos que engancharnos a ese anzuelo mediante el anillo de nuestra fe. **4 3**

Si no centramos nuestra mente en las tres joyas, no habrá manera de que los bodhisattvas puedan ayudarnos. Las causas de nuestra liberación aún no se han completado. Si permanecemos pasivos en espera de que la salvación nos llegue desde afuera, sin hacer nada por desarrollar nuestra mente, seguiremos experimentando los mismos sufrimientos de siempre.

*[30] Es la suprema medicina que pone fin a la enfermedad del mundo; es el árbol que cobija a todos los seres que vagan sin descanso por el sendero de la existencia condicionada*

Retomando la analogía de Shantideva, [30] bodhichitta es como una suprema medicina capaz de calmar la enfermedad mental y física de todos los seres sintientes. Cuando tomamos la medicina bodhichitta, empezamos a curarnos en forma gradual de todas las enfermedades mentales y corporales. Al tener su mente siempre llena de la medicina bodhichitta, un bodhisattva es inmune ante el sufrimiento.

De la misma manera que un árbol frondoso brinda su frescor a un viajero cansado, bodhichitta procura sombra y descanso al exhausto ser sintiente que vaga por los caminos de la existencia cíclica.

*[31] Es el puente universal que conduce a la liberación de los estados de renacimiento desafortunados; es lunado amanecer de la mente, que disipa el tormento de los conceptos perturbados.*

[31a] Por último, bodhichitta es como un puente universal que conduce a todos los seres desde el sufrimiento de los reinos inferiores a la felicidad de los reinos superiores y finalmente hasta la budeidad.

*Ser capaz de eliminar las dos obstrucciones (62)*

Según se mencionó con anterioridad,<sup>44</sup> hay **dos grupos de obstrucciones que afectan la mente: las obstrucciones a la liberación y las obstrucciones al conocimiento**. Bodhichitta tiene el poder de eliminar ambos grupos de obstrucciones y [31b] es como una luna que disipa el insoponible sufrimiento de los seres sintientes, causado por los engaños. De esta manera elimina las obstrucciones a la liberación.

*[32] Es el grandioso sol que finalmente disipa la nebulosa ignorancia del mundo; surge como esencia de mantequilla al batir la leche del Dharma*

Además, [32] Bodhichitta es como el sol que alumbra la oscuridad de las huellas de ignorancia, removiendo así las obstrucciones al conocimiento.

Si logramos la preciosa motivación bodhichitta y desarrollamos las dos alas —método y sabiduría— seremos capaces de superar todos los obstáculos y alcanzar la suprema ciudadela de la iluminación. Bodhichitta es como una mano que sostiene el hacha de la sabiduría: al empuñar la realización de la vacuidad, somos capaces de cortar la raíz de las huellas del aferramiento al “yo” y alcanzar la más completa omnisciencia.

*Ser capaz de conferir grandes beneficios y felicidad a los demás (63)*

*[33] Para todos los huéspedes que viajan por el sendero de la existencia cíclica y desean experimentar los prodigios de la felicidad, Bodhichitta los saciará de dicha y los colocará en el supremo gozo.*

[33] Bodhichitta es una anfitriona que invita a los seres sintientes como huéspedes al banquete de un renacimiento superior, la liberación y el insuperable deleite de la iluminación. Debido al poder de bodhichitta, un bodhisattva conduce a otros a estados de felicidad y satisfacción. Todas las criaturas vivientes

vagan por el desierto del samsara, perdidas y sedientas de felicidad. ¿Quién puede sacarlas de esta aridez? El que posee la preciosa mente bodhichitta.

*Exhortando a los demás a meditar en la felicidad (64)*

Shantideva resume de la siguiente manera la tercera y última actividad subsecuente a la plena aceptación de bodhichitta:

[34] *“En presencia de los protectores, hoy invito a todos los seres sintientes del mundo a participar del banquete de insuperable deleite temporal y último. ¡Que todos aquellos que atesoran el dharma —dioses, semidioses, nagas y humanos— se regocijen y llenen de alegría!”*

Hasta ahora, Shantideva ha dado amplias explicaciones sobre los diversos métodos del dharma; pero, ¿cómo ponerlos en práctica? Esto se logra a través de la meditación *analítica* y la de *emplazamiento* (colocación) en las enseñanzas que hemos recibido.

Primero debemos echar una mirada crítica a cada uno de los temas, procurando comprender su significado y relevancia para nuestras vidas. Juzgar, probar y tratar de comprender las enseñanzas de esta manera se conoce como **meditación analítica**.

Luego de completar esa práctica y llegar a una conclusión con respecto al objeto de meditación, entonces debemos colocar la mente sobre ése de manera unipuntualizada. Esto se conoce como **meditación emplazada** (colocada) o **formal**.

→ Si creemos que meditar es sentarse con la mente en blanco, jamás recibiremos beneficio alguno, no importa cuan prolongada sea nuestra meditación.

El objeto de meditación puede ser un aspecto particular de las enseñanzas —por ejemplo, los beneficios de bodhichitta— o la forma de una deidad personal, e incluso nuestra propia respiración. Cualquiera que sea el objeto escogido, hemos de examinarlo en profundidad para formarnos una imagen clara de él. Por ejemplo, para desarrollar la concentración unipuntual podemos meditar en la figura visualizada de un Buddha, eligiendo esa figura porque representa toda la sabiduría y los métodos del sendero.

Para empezar, podemos seleccionar una pintura o estatua que represente con claridad dicha figura. Debemos examinar la imagen con minuciosidad, escudriñándola desde la coronilla de su cabeza hasta los pies y nuevamente hasta la

coronilla. Al hacer esto, nos formamos un vago concepto del cuerpo de un buda, que entonces se convierte en el objeto que visualizaremos durante nuestra meditación. Cuando nos sentamos quietamente y procuramos ver la imagen con el ojo de la mente, sosteniendo el objeto con atención y corroborando alertamente, estamos involucrados en una meditación colocada o de emplazamiento.

Todo este proceso es como emprender un viaje. Si deseamos ir a cierto lugar en particular, debemos antes conocer la ruta apropiada. ¡De lo contrario, podríamos terminar en cualquier otro sitio! Así mismo, si queremos efectuar una meditación colocada y permanecer enfocados en un objeto de manera unipuntualizada, primero tenemos que adquirir, mediante la meditación analítica, un amplio conocimiento del objeto seleccionado. De lo contrario, nuestros esfuerzos se desperdiciarán y surgirán muchas faltas.

Insistir sobre este punto jamás será excesivo: tratar de meditar en la nada es un grave error. Si tenemos un objeto apropiado de meditación, existe la posibilidad de que logremos progresar a lo largo de las nueve etapas del desarrollo mental hasta alcanzar la concentración unipuntualizada en la permanencia apacible.<sup>45</sup> Sin un objeto apropiado de meditación, poco habrá que mostrar incluso después de meditar mil años.

Todo lo que se ha explicado hasta ahora en este comentario y lo que sigue, puede ser objeto de meditación. En el texto de Shantideva no hay ni una sola enseñanza que no esté destinada a tal efecto. Por ende, es en extremo importante aprender el arte de meditar correctamente y poder aplicarlo a nuestra vida diaria.

Con esto concluye *“La plena aceptación de bodhichitta”*, el tercer capítulo del texto *“De contemplación significativa”*, el comentario de *“Una guía de las normas de vida del Bodhisattva”*, de Shantideva.