

**Lo-Rig**  
**Mente y Cognición**



**Programa Básico**  
***Centro Nagarjuna Valencia***  
***Abril/2016 - septiembre/2017***

## **Introducción**

Hoy empezamos el segundo ciclo del Programa Básico que es una oportunidad para comprender profundamente lo estudiado. Los textos que conforman el Programa Básico son los mas importantes. Este programa de estudios fue ideado por Lama Yeshe para que los occidentales conocieran profundamente el budismo.

Lama Zopa Rimpoché se reunió con algunos Gueshes para decidir los textos que debían incluir este programa y consideraron que debían ser un texto de Lam rim mediano, sobre el comportamiento de los bodisatvas el texto de *Bodhisatvacharyavatara* de Shantideva, el texto de Lo jong adiestramiento mental *La rueda de las armas afiladas* que es una herramienta para saber enfrentarnos a los problema.

Son textos muy beneficiosos incluso para esta vida, que nos indican qué practicas hacer. Aún en el caso de que no los entendamos bien, gracias a escucharlos dejamos huellas muy positivas en nuestra mente. Ojalá que esto lo recordéis bien.

Si estos textos los ponemos en práctica empezaremos a recorrer el camino y los logros van a surgir en nuestro continuo mental y salir del samsara.

Si logramos completar los cinco años de estudio del Programa Básico los beneficios son enormes, pero incluso si no podemos ser tan constantes obtenemos beneficios igualmente. El objetivo de todo este estudio es ser mejores personas, que podamos entender con claridad cuales son las acciones virtuosas que nos hacen buenas personas, y cuales las acciones negativas, si esto lo tenemos claro actuamos en esa dirección. Por tanto, debemos involucrarnos en la medida en que podamos y cada vez que tengamos oportunidad en acciones buenas y evitar las acciones negativas.

En relación a las enseñanzas deberíamos sentirnos insatisfechos y querer conocerlas mas y mas, al igual que seguir haciendo ofrecimientos. La generosidad tiene que ser algo con lo que no nos sintamos satisfechos pensando “ayer le di al mendigo así que hoy no le doy”, sino que si tenemos la capacidad debemos hacerlo. Sentirnos insatisfechos con la virtud nos lleva a hacer mas actos de generosidad.

Es lógico, si queremos comportarnos bien en cualquier oportunidad que tengamos y si queremos evitar acciones incorrectas en todo momento en primer lugar hace falta saber cual es cual y sus características, desarrollar este conocimiento es únicamente a través del estudio.

## **Introducción a Lo Rig**

Hoy comenzamos con el texto Lo Rig que en castellano es la mente y sus conocedores. La manera tradicional de explicar estos textos es que el Lama lo va leyendo y explicando, cuando se trata de filosofía se dan los término y luego su definición, luego sus divisiones y cada una de las clasificaciones.

Como este texto se ha dado en Valencia en tres ocasiones vamos a comenzar de forma distinta para que se entienda y se lleven una idea general de lo que estamos hablando y

las clases posteriores seguiremos con la explicación tradicional. Os explicaré gráficamente con un esquema el texto.

Vamos a hablar de un tema que existe en nuestro propio continuo mental. La mayoría de las cosas de las que vamos a hablar existen en nosotros mismos pero no las vemos de manera directa.

### **Que es la conciencia**

Este tema habla de la mente o la conciencia ¿donde encontramos la conciencia? ¿una columna tiene conciencia? no, ¿porque no tiene conciencia?. Estamos hablando de algo que todos conocemos pero ahora toca interiorizarlo.

¿Como describiríamos la conciencia? lo que es claro y conoce (Paloma). Me has dado su definición. Algunas personas incluso filósofos de otras tradiciones no budistas dicen que cuando una persona toca las hojas o pétalos de ciertos arboles o plantas estas se cierran, esto demuestra que tienen conciencia, en cambio para la filosofía budista no hay conciencia en las plantas, ni en el medio ambiente.

Entonces, ¿que hace falta para que haya conciencia en un ser? otras personas justifican que las plantas tengan conciencia en que hay plantas que cuando se le quitan las hojas le sale un líquido rojo, dicen que si sangra tienen conciencia.

Por lo tanto, encontramos en filosofías no budistas diferentes explicaciones que justifican que en las plantas hay conciencia, pero en ellas no hay conciencia. Los científicos al hacer experimentos pueden manipularlas para que se mueva pero el que una planta tenga movimiento no significa que tenga conciencia.

Indica que hay conciencia cuando por ej. nuestro cuerpo toca algo frío tiene la sensación de frío al igual que con el calor. También si tenemos sensaciones placenteras o desagradables. La existencia de sensaciones es un signo de que hay una conciencia. Pero la conciencia no es el cuerpo aunque está vinculada a ella, cuando morimos la conciencia continua y el cuerpo se queda como una piedra.

En una ocasión alguien me dijo que los tomates tenían conciencia porque eran iguales que el pez. Si una persona puede llegar a una afirmación así es porque todavía no ha profundizado en el análisis de la mente, porque en la medida en que investigas en profundidad puedes distinguir entre lo que es mente y lo que no lo es y esto es de beneficio tanto para budistas como para no budistas, porque el objetivo es ser buenas personas y el que seamos buenos o no depende de nuestra mente. Por lo tanto, hay que conocer como trabaja la mente y así entre mas claro lo tengamos podremos trabajar mejor con nuestra mente y hacerla buena.

Si nuestra conciencia abarca el cuerpo, entonces ¿nuestro cabello tiene conciencia? nuestro cuerpo no es conciencia pero nuestra conciencia está abarcando todo nuestro cuerpo. ¿El cabello es cuerpo o no es cuerpo? si, es forma (Jose).

Y cumple con la característica de conciencia? no, (Jose). Entonces ¿no es abarcado por la conciencia? esta abarcado pero no es conciencia (Jose).

El cuerpo no es conciencia, tampoco el pelo es conciencia, pero la conciencia abarca nuestro cuerpo. ¿Si nos cortan el pelo sentimos algo? la conciencia abarca nuestro cuerpo, pero solo abarca la raíz del cabello y no todo el cabello, por eso cuando nos cortan el pelo no sentimos nada. Lo mismo sucede con las uñas porque no tenemos conciencia en la punta de las uñas pero si en su raíz.

Por lo tanto, la conciencia no abarca a estas partes, porque en lo que abarca la conciencia hay sensación de placer o de dolor. Tanto los seres como los Budas poseen conciencia.

### **Distinguimos entre:**

- **Mente** (Tib. “LO”)
- **Conocedor**
- **Conciencia**

**MENTE  
CONOCEDOR  
CONCIENCIA  
  
SINÓNIMOS**

Estos tres son sinónimos. Diferentes términos pero se refieren a lo mismo, si es mente es algo que conoce, si es conocedor es conciencia y si es conciencia conoce y es mente. Así que si os pregunto ¿conciencia es mente? no os lo tenéis que pensar la respuesta es si.

### **Divisiones de la Mente (LO, conocedor, conciencia):**

1. Mente (Tib. “SEM”)
2. Factores mentales

Estos dos son opuestos, si es mente no es un factor mental y si es un factor mental no es mente, son cosas totalmente distintas.

### **Divisiones de Mente (SEM)**

1. Aspectos de conciencia visual
2. Aspecto de conciencia auditivo
3. Aspecto de conciencia olfativo
4. Aspecto de conciencia gustativo
5. Aspecto de conciencia táctil
6. Aspecto de conciencia mental

**MENTE (SEM)  
MENTE PRINCIPAL  
ASPECTO DE CONCIENCIA  
  
SINÓNIMOS**

Son distintos términos pero es la misma mente (SEM).

Mente (SEM), mente principal y aspectos de conciencia son sinónimos. Se clasifica en seis por ser seis las funciones que realiza.

Van en este orden de acuerdo a la distancia a la que aprehendemos (percibimos) el objeto. Es decir, con el aspecto de conciencia visual percibimos a mayor distancia que con el aspecto de conciencia auditivo y con este se percibe a mas distancia que con el aspecto de conciencia olfativo, y así con el resto. Una persona corriente los tiene en este orden pero alguien con clarividencia los tendría diferente.

En el momento de la muerte cuando el cuerpo se separa de la conciencia, en este mismo orden se van deteriorando las conciencias. Se degenera (pierden fuerza o poder) primero la vista, luego el oído, luego la conciencia olfativa, le sigue la conciencia gustativa y luego la táctil.

¿El objeto que aprehendemos con el oído también lo podemos aprehender con la vista? nosotros no (Paloma). Por lo tanto, el aspecto de conciencia visual solo puede aprehender forma (figura) y colores, el aspecto de conciencia auditiva solo puede percibir sonidos, el aspecto de conciencia olfativa solo puede percibir olores, el aspecto de conciencia gustativa únicamente puede percibir sabores y el aspecto de conciencia táctil únicamente puede percibir sensaciones táctiles. Por tanto cada uno de los aspectos de conciencia tiene un objeto concreto que es capaz de percibir.

Sin embargo hay una excepción en el *Sutra del recuerdo y el olvido* donde se explica que las serpientes son capaces de escuchar y en un comentario de Sakya Pandita se dice que las hormigas son capaces de mirar a lo lejos aunque no tienen ojos, por medio de un poder sensorial que tienen muy desarrollado.

Nosotros somos capaces de recordar nuestra casa ¿quien la está recordando? el aspecto de conciencia visual lo aprehendió y la experiencia de frío o de calor la tiene el aspecto de conciencia táctil. Paloma: Es la conciencia mental.

Los primeros cinco aspectos de conciencia son presentes, significa que desde el aspecto de conciencia visual hasta el táctil perciben de manera directa, es decir, en el momento, en el presente, cuando la conciencia entra en contacto con el objeto. Pero en el caso del recuerdo se trata del aspecto de conciencia mental. Por lo tanto, los aspectos de conciencia de los sentidos conocen o perciben directamente, y como el recuerdo es conceptual lo realiza la conciencia mental.

### **Aspecto de conciencia visual**

¿Hablar de aspectos de conciencia visual y conciencia visual es lo mismo? si (Paloma). Aspecto de conciencia visual es mente (SEM) y conciencia visual es un factor mental.

Aspecto de conciencia visual (Tib. *mik ki nampar shepa*) es necesariamente y únicamente mente (SEM). Pero conciencia visual (Tib. *mik she*) puede ser tanto mente como factor mental.

Kike: ¿Como puede ser factor mental la conciencia visual?

Guesela: La mente (SEM) es como el rey y siempre va acompañado de sus 5 ministros (los factores mentales), así se describe en los sutras. Esto nos lleva a entender porque la mente y los factores mentales tienen 5 similitudes.

### **Aspecto de conciencia mental**

Lo podemos encontrar en los tres tiempos (pasado, presente y futuro) mientras que los cinco aspectos de conciencia de los sentidos solo en el presente. Este aspecto de conciencia aprehende (percibe) cualquier objeto por eso se dice que aprehende todos los fenómenos incluso los que no son fenómenos por ej. si tenemos una tela amarilla en

frente de nosotros una vez percibida si cerramos los ojos estamos aprehendido el color amarillo a nivel mental, es un concepto que está percibiendo el aspecto de conciencia mental. También cuando entramos por la puerta y miramos la imagen preciosa del Buda shakiamuni cuando luego la recordamos, ese recuerdo es conceptual. Si lo estamos recordando lo estamos percibiendo con el aspecto de conciencia mental.

### **Factores mentales**

1. Omnipresentes
2. Determinantes
3. Virtuosos
4. Engaños raíz
5. Engaños secundarios
6. Variables

### **Factores mentales omnipresentes (5)**

Donde va la mente siempre la acompañan. Todos los factores mentales acompañan la mente pero los omnipresentes siempre la acompañan. Donde quiera que hayan factores mentales hay mente (SEM) y donde quiera que hay mente (SEM) hay factores mentales, son opuestos pero donde esta uno esta el otro.

Toda mente tiene necesariamente que ir acompañada de sus criados mas cercanos que son los factores mentales omnipresentes. Desde el contexto del sutra no hay mente que no este acompañada por ellos.

### **Determinantes (5)**

Le dan fuerza a las acciones porque dependiendo de estos factores mentales una acción virtuosa o negativa tiene mas fuerza o menos por ej. considerar importante la sabiduría que comprende la vacuidad sería un factor mental determinante o el fuerte aferramiento a la colección transitoria. Dentro de este encontramos sabiduría. Cuando algunas personas matan con un fuerte deseo de hacerlo lo que les da esta fuerza son los factores mentales determinantes.

### **Virtuosos (11)**

Como la fe, además de los factores mentales omnipresentes y los determinantes que le dan fuerza (devoción) dando lugar a los 11 factores mentales. Su naturaleza es virtuosa.

### **Engaños raíz (6)**

Como el apego. Junto al apego están los factores mentales omnipresentes y si tiene fuerza también los determinantes haciendo un total de 11 factores mentales. Su naturaleza es negativa.

Los factores mentales omnipresentes, determinantes y variables pueden ser virtuosos o no virtuosos.

### **Variables (4)**

Son como alguien que a veces está a favor de unos y otra en favor de otros, es fácil que cambie.

## **5 similitudes entre Mente (SEM) y los Factores Mentales**

1. Similitud en la base
2. Similitud en el objeto observable
3. Similitud en los aspectos
4. Similitud en el tiempo
5. Similitud en la sustancia

### **Similitud en la base**

Se refiere a que tienen la misma condición potenciadora.

### **Similitud en el objeto observable**

Tienen el mismo objeto de observación.

### **Similitud en el tiempo**

Se generan, permanecen y desaparecen al mismo tiempo.

### **Similitud en la sustancia**

Tanto la mente (SEM) como los factores mentales experimentan la misma sensación o experimentan lo mismo. Con palabras más sencillas, en una sola mente no hay dos sensaciones sino que si hay sensación es porque hay mente y si hay una mente solo hay una sensación.

Tenemos casi todas las mentes (SEM) y los factores mentales pero la mente más virtuosa que es la bodichita no la tenemos sino algo similar, ni la mente de la omnisciencia, ni los logros de los caminos, que son factores mentales. Pero así como lo muy bueno no está tampoco está lo muy malo.

De los 10 engaños raíz ¿cuántos son el objeto de abandono en el camino de la visión? Son cuatro: seguir una ética o ascetismo erróneo, la visión errónea, creer que mi visión extrema es la mejor y la duda.

Estas cuatro están presentes en nuestro continuo mental desde que nacemos pero ahora tratamos de hacer algo para eliminarlos y una manera de hacerlo es a través de los factores mentales.

### **Preguntas:**

- Joaquín ¿dime la diferencia entre conocedor y conciencia?

Son lo mismo.

- ¿Cuál es la diferencia entre SEM y los factores mentales?

Son opuestos.

- ¿Cuántos criados tiene la mente?

Mínimo cinco.

Guesela: máximo once, porque pueden ser 5 omnipresentes, mas 5 determinantes, mas la fe por ejemplo.

## **Acumulación de Méritos**

Cualquier actividad en la que nos involucremos, aunque directamente no veamos su resultado, debemos tener confianza en que el resultado vendrá. Pensando en su resultado decidiremos si nos involucramos en ella o no. Debemos prestar atención al resultado de quedarnos en casa viendo televisión en vez de venir aquí, y en el resultado de asistir a estas enseñanzas. Es bueno que reflexionemos sobre esto para que valoremos estar aquí.

El resultado que obtenemos al asistir a estas enseñanzas es de acuerdo al tipo de acción que realizamos, hasta ahora hemos hecho:

- Tres postraciones, que trae como resultado obtener las cualidades del cuerpo, palabra y mente de un Buda.
- Meditación, por intentar cerrar las puertas de nuestros sentidos y enfocar nuestra mente en algo virtuoso obtenemos el resultado virtuoso de esa acción. Aunque el resultado de esta acción depende de cada uno de nosotros porque si solo nos sentamos en silencio con los ojos cerrados y nada más, no habrá más que ese resultado.
- Recitamos el Sutra del corazón, este texto tiene un significado muy profundo por eso es tan sagrado y virtuoso. Acumulamos méritos (virtud) con solo sostenerlo en nuestras manos, muchos méritos por escribirlo, muchos méritos cuando le hacemos ofrecimientos, muchos méritos al recitarlo y más méritos si cada vez que recitamos “no hay..” recordamos que se refiere a que está vacío de existencia inherente. Estos méritos son inimaginables e inconcebibles y no son solo palabras bonitas sino que el mismo Buda lo dijo.
- Tomamos refugio, el Buda dijo que por tomar refugio acumulamos tantos méritos que el espacio no es suficiente para abarcarlos. También dijo que si pudiéramos transformar en líquido todos los méritos acumulados por esta acción, no habrían recipientes suficientes para llenarlos. Dependiendo de la mentalidad con la que hicimos esta acción nos va a traer mayor o menor beneficio, porque si recitamos por recitar al igual que un perro no sacaremos mucho de esta acción. Debemos hacer que el pensamiento acompañe la recitación.

Como tomamos refugio en tibetano algunas personas pueden encontrar difícil pensar en su significado pero lo pueden recitar en castellano. Estamos tomando refugio último, desde ahora hasta que alcance el estado de Buda en el Buda, el Dharma y la Sangha. Además, como tomamos refugio hasta alcanzar la budeidad es un refugio mahayana.

La segunda parte de la toma de refugio es la generación de la mente de la bodichita. Para generar la auténtica mente de la bodichita debemos realizar un trabajo previo, pero podemos fabricarla y así crear las causas para que rápidamente la auténtica mente de la bodichita se genera en nuestra mente.

Escuchamos estas enseñanzas para el beneficio de los seres. Por lo tanto, generamos dos intenciones:



- Que sea para el beneficio de los seres.
- La determinación de convertirnos en un Buda para obtener todas las cualidades necesarias para poder beneficiar a los demás.

Si os dais cuenta en 15 minutos, siempre que lo hayáis hecho apropiadamente, habéis acumulado una basta cantidad de méritos. Hemos intentado generar la mente de la bodichita y los beneficios de esta mente son grandes e inimaginables pero de forma sintetizada sería que algo tan ordinario como este cuerpo que tenemos se transforma en algo extraordinario que nos lleva a convertirnos en un Buda.

Así que sabiendo hacer las cosas podemos acumular bastos méritos. Acumular mas o menos méritos depende de la persona. Desde el momento en que nos preparamos para venir a clase estamos acumulando méritos y la aspiración que tengamos va a influir en la cantidad de méritos que acumulemos.

¿Que son los méritos? Las guerras, los problemas económicos y sociales que hay en el mundo y los problemas a nivel personal son por la falta de méritos. Es decir, no hemos creado suficientes acciones virtuosas que son las que crean méritos. Entre mas méritos tengamos mas condiciones favorables experimentaremos. Estar bien y felices es consecuencia de tener méritos, en cambio las guerras, los conflictos, etc., son el resultado de acciones sin méritos.

Por lo tanto, si queremos encontrarnos con situaciones agradables debemos acumular méritos que son lo opuesto a las acciones negativas, por eso necesitamos acumular méritos.

### **Escuchar las Enseñanzas con la Actitud Correcta**

Evitando las tres faltas del recipiente y cultivando las 6 actitudes<sup>1</sup>. Un verso dice “escuchar las enseñanzas te enseña a comportarte bien, evitar la negatividad y te indica como practicar”.

Por tanto, escuchar enseñanzas trae muchos beneficios, siempre que escuchemos de la manera adecuada. Algunas personas dicen “llevo muchos años escuchando las enseñanzas y estoy igual que al principio” quiere decir que no están escuchando las enseñanzas de manera adecuada, porque de lo contrario ya se habría producido un cambio o transformación y estaríamos acercándonos a la liberación y avanzando en el camino.

Todos estos beneficios de escuchar enseñanzas los obtenemos siempre que no nos enfademos, porque si nos enfadamos con fuerza eliminamos este resultado favorable.

### **Repaso de la Clase Anterior**

¿Como se relaciona conciencia y conocedor? Son sinónimos (Gala). ¿Que compañero falta? la mente.

---

<sup>1</sup> En PABONGKA RIMPOCHÉ, Kyabye, “La liberación en la palma de tu mano”, Ediciones Dharma, Alicante, 2006, p. 75 ss. “Las tres faltas del recipiente son: ser como un recipiente boca abajo, sucio o agujereado. Las seis actitudes son: somos como un paciente, el Dharma es la medicina, el maestro es un hábil doctor, la diligencia en la práctica curará la enfermedad, el maestro es tan sublime como el Tatagata, desear que las enseñanzas duren mucho tiempo.”

Quiero resaltar la importancia de estudiar Lo.rig. Es muy importante para practicar las enseñanzas conocer los engaños con la finalidad de no involucrarnos con ellos y conocer los aspectos positivos de nuestra mente para relacionarnos con estos. Todos queremos ser felices y para ello debemos crear sus causas, a través de este estudio podemos comprender que las acciones buenas de nuestra mente tienen más fuerza que las realizadas con el cuerpo.

Lo.rig es una presentación de la mente, nos describe cómo es nuestra mente, tanto sus aspectos positivos como negativos, es una herramienta para que podamos trabajar con nuestra mente.

¿Cuál es la historia que suelo contar que muestra la fuerza que tiene nuestra mente respecto de nuestras acciones? Si por ej. llega una persona que nos cae mal nos molestamos, nuestra mente se incomoda y generamos pensamientos negativos. Si circunvalamos la estupa mientras recitamos mantras estamos haciendo algo virtuoso, pero si en ese momento vemos alguien que no nos cae bien y tenemos pensamientos críticos hacia esa persona, entonces nuestra mente no es virtuosa.

La mente es la que determina, en cambio si tenemos una mente virtuosa todo lo que hacemos con nuestro cuerpo y palabra automáticamente se vuelve virtuoso. De ahí la fuerza que tiene la mente respecto del cuerpo.

Por eso es importante el estudio de la mente. En el texto de *Adiestramiento mental en siete puntos* se menciona que la mente determina lo que la palabra y el cuerpo hacen, por eso debemos hacer que nuestra mente sea virtuosa y así lo que hagamos físicamente o con la palabra se convierte en virtuoso.

### **Continuación del Comentario**

En la clase anterior nos faltaron dos temas para tener una visión global de Lo.rig. Al comienzo de la clase mencioné la mente (LO), conocedor y conciencia. Estos tres se clasificaron en mente (SEM) y factores mentales.

#### **Divisiones de la Mente (Lo):**

1. En dos: tiene seis divisiones.
2. En tres
3. En siete

La clase anterior a mente (LO) la dividimos en mente (SEM) y factores mentales. Esta división viene al final pero se mencionó primero para que tuviéramos una idea general.

#### **SEIS DIVISIONES DE LA DIVISIÓN EN DOS DE LA MENTE (LO)**

1. Conocedor válido (ideal) y no válido (no ideal)
2. Conceptual y no conceptual
3. Conciencia equivocada y no equivocada
4. Conciencia mental y sensorial
5. Mente que se aplica en la eliminación, mente que se aplica colectivamente
6. Mente (SEM) y factores mentales

**Concedor válido (ideal) y no válido (no ideal)**

Concedor válido se refiere a una mente verdadera y no válido a una mente que puede cambiar de opinión en cualquier momento. Esta definición puede ser debatible.

En tibetano se dice “esa persona es ideal o válida” en el sentido de que te puedes fiar de ella, que está diciendo la verdad. Podemos utilizar la connotación tibetana.

**Conceptual y no conceptual**

Conciencia no conceptual serían las 5 conciencias sensoriales y la conciencia conceptual sería la conciencia mental.

Espero que quede muy clara esta definición y cuando les diga no conceptual pensemos en alguna de las conciencias sensoriales. Si alguien te dice que las cinco conciencias sensoriales pueden ser conceptuales, no dudes que no son conceptuales.

Esta afirmación ¿no os genera dudas?

Paloma: Si, que la conciencia mental también puede ser no conceptual.

Guesela: Si, la conciencia mental puede ser de ambos tipos, conceptual y no conceptual.

Jose: Por lo que dice la escuela vaibásica? (Jose).

Esta duda se trató cuando dimos el texto de *Abhidharmakosha*, cuando hablamos de los constituyentes se dijo que podían ser 18 o 62 y los clasificamos en 8 o 21.

Una clasificación de los constituyentes era en conceptual y analítico. Conceptual si el objeto lo aprehendía en general (como un todo) y analítico si lo aprehendía a través de un análisis detallado. Los sentidos pueden percibir de manera general aunque luego no lo recordemos, es decir, hay un concepto en los sentidos. Se le llama conceptual pero no en el sentido que estamos hablando ahora.

La palabra *concepto* si vais a los dos últimos factores mentales conceptual y analítico que es el mismo término que en el *Abhidharmakosha* pero este no se refiere al conceptual que ahora estamos hablando. En el *Abhidharmakosha* quiere decir que aprehende el objeto en general pero no en detalle por eso no es capaz de recordarlo, al igual que la mente inatenta percibe el objeto, pero como no le ha prestado atención no es capaz de recordarlo, a esto se refiere con conceptual. Es decir, aunque aparezca la palabra conceptual en el *Abidharmakosa*, no es el mismo sentido de *conceptual* que estamos utilizando ahora.

Esto lo digo para recordar estos términos del texto de *Abidharmakosa* y para entender que el contexto es distinto. En el *Abhidharmakosha* se dice que la conciencia visual es *visión*, mientras que la palabra *visión* en general se refiere a las *visiones erróneas*. En nuestro contexto *visión* no se refiere a la conciencia sensorial sino a la visión equivocada de la realidad y esta relacionada con la conciencia mental.

**Conciencia mental y sensorial**

Sería la conciencia mental y las 5 conciencias sensoriales.

**Mente que se aplica en la eliminación y mente que se aplica colectivamente**

Una de ellas sería conceptual y otra no conceptual. Se les llama así por la manera en que la mente aprehende el objeto, por eliminación o colectivamente. Si lo aprehende por eliminación sería conceptual y si lo aprehende colectivamente sería no conceptual.

### **DIVISIÓN EN TRES DE LA MENTE (LO)**

1. Conceptual
2. No conceptual equivocada
3. No conceptual no equivocada.

### **DIVISIÓN EN SIETE DE LA MENTE (LO)**

1. Conocedor directo
2. Conocedor inferencial
3. Conocedor subsiguiente
4. Conciencia que supone correctamente
5. Mente inatenta
6. Conciencia errónea
7. Conciencia que duda

#### **Mente inatenta**

Es una conciencia a la que aparece un objeto sin ser validado.

#### **Conciencia que duda**

Es bueno dudar porque gracias a ello hacemos preguntas y así obtenemos respuesta, aprendiendo de la respuesta.

Aprenderos bien esta división en siete porque la preguntaré.

**Ser buenas personas**

Donde quiera que estemos encontramos dificultades, pero no debemos preocuparnos, ni deprimirnos porque esta actitud no nos ayuda sino que empeora la situación. Tener en cuenta que el poder de la oración es otra forma de ayudar al bienestar común. Principalmente debemos observar nuestras acciones de cuerpo, palabra y mente para que sean virtuosas. Si actuamos así poco a poco seremos buenas personas. Debemos evitar enfadarnos, si lo hacemos por lo menos que sea con menor intensidad y duración y hacer lo mismo con el resto de emociones negativas. Tratar de ser mejores personas es algo que da sentido a nuestra vida humana. Debemos tratar de generar buenos pensamientos hacia los demás y buscar lo mejor en ellos.

Cada vez que tengáis tiempo libre utilizarlo para hacer oraciones, recitar mantras, leer un libro de dharma, etc., es decir, para hacer acciones virtuosas, así damos sentido a nuestra vida humana.

Los problemas son una oportunidad y nos pueden inspirar a seguir creando virtud. Todas las situaciones desagradables surgen por no haber tenido paciencia, por no haber sido bondadosos, por no haber cultivado acciones correctas. La vida humana que tenemos es nuestra oportunidad para hacer algo al respecto y ser lo mas cuidadosos posibles con nuestro comportamiento. Si cuidamos nuestro comportamiento estamos creando las causas para el bienestar de nuestra vida futura.

No podemos fiarnos de la edad porque ser joven no es garantía de que vamos a vivir mas tiempo, nunca se sabe cuando vamos a dejar esta vida. Así que mientras tengamos esta vida humana tratad de ser lo mas meticulosos posibles en el modo de comportarnos asegurando que nuestro comportamiento sea bondadoso y correcto.

Es esencial que en nuestra vida seamos lo mas meticulosos posibles porque cuando nos pasan situaciones desagradables es fácil decir que sucede por no portarnos bien, y decirlo es sencillo pero no es suficiente sino que tenemos que aplicarlo en nuestras vidas.

Os voy a poner un ejemplo que nos ayuda a comprenderlo: cuando hay reuniones entre varios países sobre el control del armamento fuera se manifiesta gente joven que piensa que lo que deciden está en contradicción a lo que hacen. Nosotros no debemos ser así, dar consejos coherentes que no van de acuerdo a nuestra manera de actuar porque nuestra mente esta llena de engaños por ej. si nos enfadamos fácilmente trabajar en ello, no basta con decir que es malo sino reflexionar en sus desventajas. Haced esto mismo con el resto de conductas negativas. Nuestra mente debe ir de acuerdo con las palabras, ambos deben ser virtuosos.

**Continuación del comentario**

Este tema de Lo.rig es para conocer la realidad ahora del objeto. El objetivo es comprender los fenómenos para entender las dos verdades y así tener una comprensión profunda del dharma, de lo contrario podemos creer que la liberación no existe o que no es posible alcanzarla.

En Lo.rig estudiamos la mente (LO) que se refiere a poseer el objeto, por eso se llama poseedor de objeto. Se refiere a la manera en que percibe o aprehende el objeto. Para ello primero debemos comprender que es el objeto.

Se omitirá la parte del texto raíz que se refiere al debate.

## Objeto

- Definición de objeto
- Divisiones de objeto

**Definición:** Es aquello conocido por una mente.

¿Que sería un ejemplo de objeto? una mesa o una casa, etc., (Jose). ¿Hay algo distinto a lo que has dicho? si (Jose). ¿Objeto es lo mismo que..? cosa funcional (Jose). Contesta bien. Objeto puede ser tanto cosa funcional como no funcional, puede ser permanente o impermanente (Jose).

## Sinónimos de objeto

- objeto de conocimiento
- base establecida
- objeto que observa un conocedor válido
- existente

**OBJETO DE CONOCIMIENTO  
BASE ESTABLECIDA  
OBJETO QUE OBSERVA UN CONOCEDOR VÁLIDO  
EXISTENTE  
SINONIMOS**

Si tenéis esto claro podéis dar distintos ejemplos de objeto.

## Divisiones de objeto

- Objeto aparente
- Objeto determinado
- Objeto de aplicación

## Objeto aparente

Es el objeto percibido por una mente. Todo lo que es base establecida es necesariamente objeto aparente. Esto es así porque todo lo que es cosa funcional es necesariamente objeto aparente de un perceptor directo y todo lo que es permanente es necesariamente objeto aparente de una conciencia conceptual. Por lo tanto, puede haber objeto aparente de la conciencia conceptual y de la conciencia no conceptual.

La razón que lo sostiene es porque objeto aparente de percepción directa, objeto percibido directamente y cosa funcional son sinónimos. Esta razón es compartida o tienen la misma visión la escuelas sautantrica, chitamatra y svatántrica. Entonces, si es objeto funcional necesariamente es objeto aparente de percepción directa.

Objeto aparente conceptual, el objeto percibido conceptual y permanente son sinónimos.

Objeto de aplicación directa y objeto cuyo modo de aprehender es directo son sinónimos.

## Objeto de aplicación

Hablemos de como aprehende una conciencia visual, el objeto de aplicación directa de una conciencia visual. Quiere decir que una mente (LO) ha conocido su objeto.

En este caso el modo de aprehender de esa mente es por la conciencia visual, lo que ha conseguido esa mente es el objeto de aplicación. Como es una conciencia visual sería objeto de aplicación directo. Significa que la mente lo ha comprendido o entendido, esa es la clave.

Guesela: ¿Esta claro?.

Jose: ¿esta conciencia visual tendría un objeto aparente aparte del de aplicación?

Guesela: si. Pero no es suficiente, la forma en que aprehende la conciencia visual el objeto (forma), el objeto cuyo modo es aprehendido ¿como lo podemos relacionar con objeto de aplicación? ¿que diferencia o similitudes hay? ¿como se relacionan el objeto cuyo modo de aprehender y el objeto de aplicación?

Paloma: ¿con objeto cuyo modo de aprehender a que se refiere?

Guesela: Les he preguntado el significado de objeto cuyo modo de aprehender para saber como se relaciona con objeto de aplicación.

Jose: sería que la mente lo comprende o entiende en el objeto de aplicación.

Guesela: ¿Entonces?

Objeto de aplicación es sinónimo de objeto cuyo modo de aprehender. Significa que el objeto de aplicación es cuando la mente lo comprende, en cambio en el objeto aparente la mente no comprende el objeto.

Nuestra mente puede conocer de manera conceptual o no conceptual. Si es un modo de aprehender directo es no conceptual, por eso cuando hablamos de objeto cuyo modo de aprehender es directo se refiere al objeto cuya mente lo entiende de manera directa. El propósito es ponerle otro nombre para que se pueda entender.

Ya hemos hablado de lo no conceptual y hemos dicho que es objeto de aplicación directo que es lo mismo que objeto cuyo modo de aprehender es directo.

Ahora pasamos a la mente que conoce a través del concepto. En este caso objeto de aplicación conceptual, objeto cuyo modo de aprehender es conceptual y objeto determinado son sinónimos. Se trata de un objeto comprendido a nivel conceptual.

### **Objeto Determinado**

En esta definición hemos incluido los objetos determinados que son objetos que la mente comprende a nivel conceptual, por lo tanto es sinónimo de objeto de aplicación conceptual y de objeto cuyo modo de aprehender es conceptual.

De forma mas sencilla, si hablamos de un objeto directo sería objeto aparente directo, objeto de aplicación directo y objeto cuyo modo de aprehender es directo. Si hablamos de un objeto conceptual, sería objeto aparente conceptual, objeto de aplicación conceptual, objeto cuyo modo de aprehender es conceptual y objeto determinado.

El texto dice:

*Si es base establecida es necesariamente el objeto del modo de percepción de ambos, de una conciencia conceptual o de una conciencia no conceptual.*

Quiere decir que las bases establecidas son objeto de la conciencia conceptual y de la conciencia no conceptual. Una base establecida puede ser un objeto cuyo modo de aprehender es a nivel conceptual o no conceptual.

En el texto viene una refutación [Karen: hay que hacer una diferencia entre conceptual y conciencia que percibe conceptual (conceptual percibido así), son cosas distintas]. *Conceptual percibido así* puede ser algo existente o algo no existente, mientras que *conceptual* necesariamente tiene que ser existente.

**Objeto conceptual:** Se refiere a algo existente, que va en armonía con la mente ya que hay mentes erróneas y correctas. Tiene que ser necesariamente algo correcto o de acuerdo con la realidad, por tanto tiene que ser existente.

**Objeto conceptual percibido así:** Puede ser una mente errónea o una mente correcta. Como puede ser cualquiera de las dos mentes decimos que puede ser de algo existente o algo no existente.

En el texto raíz utilizan el ejemplo de los cuernos del conejo pero voy a hablar de la identidad del "yo" que sería un objeto conceptual percibido así y no un objeto conceptual.

¿Que diferencia hay entre un objeto conceptual y un objeto conceptual percibido así? Que exista o que no exista (Paloma). Si es no existente es conceptual percibido así necesariamente (Jose). No estoy contento con la respuesta de existente o no existente, la respuesta que debéis dar es de acuerdo a lo que estamos estudiando que es el objeto.

La respuesta sería, si es objeto conceptual necesariamente es objeto, pero si es objeto conceptual percibido así no necesariamente es objeto. La respuesta de existente o no existente aplicarlo a objeto.

¿Cual es la distinción entre conceptual y conceptual percibido así? En el conceptual sería que el objeto que se percibe existe y en el conceptual percibido así el objeto que se percibe no existe (Yari).

Guesela: Has cometido un error grave, el problema es lo percibido porque si dices que es percibido es estar hablando de objeto aparente y estamos hablando no de objeto percibido sino de objeto comprendido. No sería válida tu afirmación si lo dices como percibido porque estaríamos hablando de un objeto percibido y eso lo tienen todas las conciencias.

Hay algo que deben tener claro, si decimos objeto conceptual necesariamente es objeto pero si es objeto conceptual percibido así no necesariamente es objeto.

La distinción de que el conceptual existe y el conceptual percibido así no existe tampoco es válida, porque podríamos poner el ejemplo de una vasija conceptual percibida así y es correcto y es existente.

**Pregunta:**

¿Había entendido que el percibido así podía ser una mente errónea o una mente correcta, en cambio el conceptual es una mente correcta, estoy equivocada?



Es correcto, refiriéndonos a cosas concretas si hablamos de una vasija conceptual percibido así es correcto porque existe, por eso es adecuado. Si decimos conceptual percibido así identidad de persona es correcto porque no existe. Entonces, conceptual percibido así lo podemos aplicar a algo que va de acuerdo o en contra de la realidad, algo que puede ser correcto o falso, algo que existe o que no existe, por eso podemos hablar de conceptual percibido así la identidad de persona. Pero si hablamos de objeto conceptual tiene que ser algo que vaya de acuerdo con la realidad, algo correcto o existente, por lo tanto, si es objeto conceptual necesariamente tiene que ser objeto.

¿Cual es la distinción entre percibido y aprehendido?

Hay una distinción muy grande porque cuando decimos comprendido quiere decir que tu mente lo aprehende o lo entiende, si decimos percibido no, por ej. percibes en un objeto la forma, la impermanencia, la identidad y demás, pero lo que comprendes es únicamente forma. Comprender es entender mientras que percibir es que aparece pero no lo entiendes.

¿Antes cuando Yarictza ha dicho percibido decía que debía ponerse la palabra comprendido?

Karen: Porque la pregunta fue en relación a conceptual.

Guesela: En su afirmación no hay error, el error estuvo en que no fue la respuesta a lo que el Lama preguntó.

Si lo resumo, objeto aparente es lo que percibes, esto lo tienen todas las conciencias incluso las conciencias erróneas, en cambio objeto de aplicación u objeto cuyo modo de aprehender se refiere al objeto de una mente correcta, de acuerdo con la realidad.

**28 Abril 2016****Introducción**

Comenzamos recitando el mantra del Buda de la medicina por las personas enfermas para que se pacifiquen los problemas de todos los seres y se encuentren bien. Que bueno empezar así la clase porque estamos acumulando mérito y las personas por las que pedimos como son la condición también se están beneficiando. Esto es algo que todos entendemos no como Lo rig.

Para muchos Lo rig es muy complejo y no lo entienden, incluso se preguntan para que estudiarlo. Pero en el momento en que entendemos el objeto, el sujeto y la mente, comprendemos su importancia y lo necesario que es.

Una chica vino a clases ininterrumpidamente durante 5 o 6 años, era muy lista, incluso sacó buena nota en el examen de *Bodisatvacharyavatara*. A continuación de este texto se explicó Lo rig y entró en conflicto con la parte de los sentidos y la conciencia y cómo los poderes sensoriales no aprehenden los objetos. Ella decía “me da igual quien aprehende el objeto, para que estudiamos estas cosas”. Como no entendió el tema no vio las enormes cualidades que tiene su estudio. Cuando no entendemos su significado no apreciamos su contenido y nos desanimamos. La moraleja de esta historia es que veamos cualidades en este texto y lo apreciemos así no será difícil su estudio.

Estamos hablando de cosas que tenemos y que están funcionando constantemente pero que no sabemos explicar cómo funcionan. Como nuestra explicación de como aprehende el objeto la mente no se basa en un análisis profundo es contradictoria y se derrumba con facilidad.

Si es algo que tenemos es importante entender en profundidad qué es un objeto, qué es un sujeto, cómo aprehendemos o percibimos el objeto. El desarrollo de este conocimiento es la base para que podamos actuar de forma correcta y desarrollar nuestra mente.

**Desarrollar el buen corazón**

Estamos en una clase de dharma, significa que el objetivo es desarrollar un buen corazón. Un buen corazón no se desarrolla de forma inmediata y requiere esfuerzo, especialmente de atención a nuestra mente descontrolada.

Cada vez que estudiéis Lo rig acompañarlo de la recitación del mantra de om mani peme hum porque el estudio que estamos haciendo es para conocer nuestra mente y poder trabajar con ella. Recitar este mantra nos ayuda a tener una mente tranquila y estable que favorece el desarrollo espiritual.

Aunque este tema no lo entendamos muy bien, hacer un esfuerzo por estudiarlo va a hacer que poco a poco lo comprendamos. La comprensión de este tema es para darle sentido a este precioso renacimiento con libertades y dones que es el propósito del dharma. La finalidad es tener cada vez mas claro que debo conseguir o lograr y que es lo

que ya no necesito y me tengo que quitar. Entre mas desarrollemos conocimiento mas claro tendremos esto.

### Continuamos con el comentario

El objeto aparente de una mente es todo lo que aparece ante ella. En otras palabras, todo lo que percibe nuestra mente es objeto aparente u objeto percibido porque son sinónimos. Objeto percibido es lo que estas percibiendo y el objeto aparente es lo que aparece ante ti por lo tanto es lo que percibes, por eso son sinónimo.

Según la escuela Prasanguika *si es mente conoce el objeto aparente* pero la escuela Sautántrica que estamos viendo no lo plantea así. Esto aparece en el texto de *Bodisatvacharyavatara* y en postulados.

Con palabras sencillas, desde el punto de vista de la escuela Sautantrica si es mente necesita un objeto aparente pero no necesariamente lo comprende. Por lo tanto, según esta escuela el objeto aparente no se entiende.

En cambio, el objeto de aplicación o el objeto cuyo modo de aprehender entienden el objeto.

Kike: ¿Entonces para la escuela Prasanguika el objeto de aplicación que es lo que entiende no existe o son sinónimos el aparente y el de aplicación?

Guesela: No, porque aunque para la Prasanguika el objeto aparente se entiende no es lo mismo que el objeto de aplicación, porque se puede entender el objeto pero ser una conciencia errónea.

Tiene que quedar muy claro que el objeto aparente directo, el objeto percibido directo y cosa funcional son sinónimos. El objeto aparente conceptual, objeto percibido conceptual y permanente son sinónimos.

Entonces, no es posible que una vasija sea un objeto aparente conceptual porque para que sea un objeto aparente conceptual tiene que ser permanente.

**OBJETO APARENTE DIRECTO  
OBJETO PERCIBIDO DIRECTAMENTE  
COSA FUNCIONAL**

**SINÓNIMOS**

**OBJETO APARENTE CONCEPTUAL  
OBJETO PERCIBIDO CONCEPTUAL  
PERMANENTE**

**SINÓNIMOS**

Guesela: ¿el espacio no compuesto es un objeto aparente directo?

Yarictza: creo que no.

Guesela: Nada de creo sino con total seguridad ¿Porque?

Yarictza: porque es permanente.

Guesela: Si estos tres sinónimos los tenemos claros lo podemos afirmar con total certeza, sin dudar.

Otra cosa que tiene que quedar clara es que si es objeto conceptual tiene que ser existente y si es existente es objeto. En cambio, el objeto conceptual percibido así no necesariamente existe, por eso no es necesariamente objeto.

Guesela: ¿Denme un ejemplo de objeto conceptual percibido así no existente?

Kike: los cuernos del conejo.

Guesela: Es correcto, también pueden dar como ejemplo de un objeto conceptual percibido así no existente las flores en el cielo o el yo verdaderamente existente.

En el texto a continuación vienen puntos a debatir que no los vamos a comentar pero la idea general ya la hemos explicado.

<b>OBJETO CONCEPTUAL</b>	→	<b>NECESARIAMENTE ES OBJETO</b>
<b>OBJETO PERCIBIDO ASÍ</b>	→	<b>NO NECESARIAMENTE ES OBJETO</b>

### **Poseedor de objeto (sujeto)**

- Definición
- Divisiones

**Definición:** Es la cosa funcional que posee su objeto respectivo.

En esta definición en vez de “respectivo” se podría decir “de cualquier tipo” porque poseedor de objeto también se refiere a persona, mente y sonido expresivo [significa que nos lleva a entender algo].

### **Divisiones:**

- Persona
- Mente
- Sonido expresivo

**Persona:** Es un ser imputado dependiendo de cualquiera de sus cinco agregados.<sup>2</sup> Persona es sinónimo de identidad, yo y ser. Que quede muy claro que es dependiendo de cualquiera de sus cinco agregados.

La palabra *identidad* normalmente la utilizamos para ausencia de identidad para distinguir lo que existe de lo que no existe de eso, por eso es sinónimo de persona.

Nicole: ¿cuando decimos que el objeto percibido directo, el objeto aparente directo es cosa funcional significa que no es permanente?

Guesela: Cosa funcional significa que es impermanente. Para esta escuela cosa funcional es impermanente. ¿Para la escuela Vaibásica si es cosa funcional necesariamente es impermanente?

Jose: creo que no (Jose).

<sup>2</sup> Nota del traductor: Lo hemos estudiado en postulados.

Guesela: Dame un ejemplo porque la definición de cosa funcional es aquello que lleva a cabo una función.

Jose: Los fenómenos que el resto de escuelas consideran permanentes para esta escuela [Vaibásica] serían impermanentes. Por lo tanto, cualquier fenómeno permanente sería cosa funcional porque realiza una función por ej. el espacio no compuesto o las partículas indivisibles.

Guesela: ¿El espacio no compuesto es permanente o impermanente?

David: Para la Vaibásica sería impermanente.

Guesela: Para la escuela Vaibásica el espacio no compuesto es cosa funcional pero no es impermanente porque nunca cambia, por lo tanto es un fenómeno permanente.

Carlo: Para la vaibásica es funcional.

Guesela: Pero ¿cual es la función que lleva a cabo el espacio no compuesto para que sea cosa funcional?

Paloma: La ausencia de contacto que permite el desplazamiento.

Guesela: No sería la respuesta adecuada porque eso es espacio como elemento de la naturaleza y es impermanente pero el espacio no compuesto es algo permanente.

Paloma: ausencia de obstrucción.

Guesela: Esto lo estudiamos en el Abidharmakosa. Para la escuela Vaibásica el objeto funcional puede ser permanente e impermanente. Lo permanente es cosa funcional porque puede realizar la función de ser conocido por una conciencia.

El espacio no compuesto para la escuela Vaibásica es cosa funcional y permanente porque para esta escuela no son lo mismo [cosa funcional y permanente].

Guesela: Para el resto de escuelas a partir de la Sautantrica cosa funcional es aquello que realiza la función de producir un resultado. En cambio para la escuela Vaibásica la función de los fenómenos impermanentes es producir un resultado mientras que la función de los fenómenos permanentes es ser aprehendidos por una mente.

La ilustración de persona es un ser que posee la base de alguno de los tres reinos. En este punto deberíamos repasar lo que dice cada una de las escuelas sobre persona pero os lo dejo como deberes.

**Mente:** De la división en siete de la mente ¿cuántas existen en nosotros en este momento y cuáles no?

Gonzalo: todas.

Guesela: ¿Tienes conciencia que duda acerca del karma?

Gonzalo: no.

Guesela: La conciencia que duda es por ej. dudar respecto al karma. En este momento tenemos conciencia directa porque estamos viendo muchas cosas. ¿Tenemos conciencia inferencial en este momento?

Paloma: ahora mismo sobre lo que escucho no.

Guesela: Tal vez ahora mismo la conciencia inferencial no esté presente, pero sí cuando reflexionas a través de un razonamiento lógico para sustentar una afirmación y tener certeza sobre ello, por ej. para hacer una puja de incienso necesitamos cerillas pero si en ese momento vemos que hay humo saliendo de un lugar pensamos que ya no hace falta llevar las cerillas porque hay fuego. Es un conocimiento inferencial porque aunque no has visto el fuego por lógica sabes que si hay humo es que hay fuego.

Guesela: ¿Tenéis un conocedor subsiguiente?

Kike: si, porque lo que vemos ya lo he visto y seguimos viéndolo.

Guesela: ¿Has venido en tren o en coche?

Kike: En coche.

Guesela: Conocer tu coche o recordar tu casa sería un conocedor subsiguiente.

Kike: ¿Lo tenemos ahora?

Guesela: si, porque te acuerdas de tu coche.

Guesela: Tenemos una mente inatenta cuando no recordamos algo que por ej. hemos escuchado. Supongamos que escuchamos música mientras caminamos por la calle y aunque pasa gente frente a nosotros no podemos recordarlos.

Guesela: ¿Tenemos una mente que supone correctamente?

Jose: si, por ej. en este momento Guesela está hablando pero no me da tiempo a validar lo que esta diciendo, esto es una mente que supone correctamente.

Guesela: Hace un momento dijimos que la mente que duda es una duda específica como dudar respecto al karma pero en realidad esta duda es un factor mental. Por tanto la mente que duda de la división en siete de la mente se refiere a dudas en general. ¿Tenemos en este momento una conciencia errónea?

Kike: Si, porque vemos las cosas existiendo inherentemente.

Guesela: Pero tu lo percibes existiendo verdaderamente [es una apariencia o percepción] pero no lo aprehendes así.

David: Un ejemplo de conciencia errónea sería la que esta equivocada respecto a su objeto de implicación.

Guesela: Sería el apego, el enfado, la ignorancia, el aferramiento a la colección transitoria, etc.

Ahora daremos la definición de cada una de las divisiones en siete de la mente y sus divisiones.

## **Mente (LO)**

- Definición
- Divisiones

**Definición de mente [conciencia]:** Es un conocedor.

**Definición de [estado de] conciencia:** Lo que es claro y conoce.

Mente, conocedor y conciencia son sinónimos y hablamos de mente (LO) que hemos definido como un conocedor.

Karen: Este es un juego de palabras en tibetano porque lo que define a mente (LO) es rigpa.

Guesela: ¿Si es mente (LO) necesariamente es rigpa?

Kike: Si.

Guesela: ¿Marigpa es rigpa?

Kike: no.

Guesela: ¿Entonces no es mente (LO)?

Gonzalo: Es una mente errónea.

Guesela: si, correcto. Pero ¿marigpa es mente?

Kike: si.

Guesela: Entonces marigpa es rigpa (conocedor).

Guesela: En tibetano la definición de mente (LO) es rigpa que hemos traducido como conocedor. En tibetano coloquial la palabra rigpa indica si lo entiendes o no lo entiendes pero rigpa como definición de mente (LO) se refiere a que percibe su objeto aparente.

Lo que percibe el objeto aparente es rigpa y es mente. Por lo tanto, Marigpa que es ignorancia es mente, aunque parezca que es contrario a conocedor.

Paloma: Respecto a la pregunta de si es mente (LO) necesariamente tiene que ser conocedor ¿cual es la respuesta?

Karen: la definición de mente (LO) es conocedor. Pero a lo que quería llegar Guesela era que si marigpa es ignorancia es mente.

Guesela: Conocedor se refiere a que se aplica a su propio objeto aparente y se refiere a rigpa.

Estudiante: rigpa y mente (LO), los dos.

Guesela: Si, porque a fin de cuentas conocedor, mente y conciencia son lo mismo. Aunque pongamos la palabra conocedor no necesariamente indica que sabe o que entiende su objeto. En este contexto conocedor se refiere a que se aplica en su objeto aparente pero no quiere decir que entiende el objeto.

Kike: ¿entonces rigpa abarca a marigpa?

Guesela: claro, entonces ignorancia [marigpa] es conocedor. Si es conocedor no necesariamente es ignorancia, pero ignorancia es conocedor.

Estudiante: entonces un conocedor también puede ser ignorante.

Guesela: si, un conocedor puede ser ignorante pero no necesariamente, pero la ignorancia necesariamente es conocedor.

Yarictza: de la clase anterior hemos recordado que el conocedor cuando se aplica en su conocimiento es objeto de aplicación, ahora decimos que este conocedor aunque se aplica en su objeto no necesariamente entiende su objeto ¿entonces?

Guesela: El que posea el objeto no implica que conoce el objeto. Conocedor que es lo mismo que mente y conciencia perciben el objeto aparente pero no necesariamente tienen que conocerlo.

También hay que distinguir lo que dice la Prasanguika porque para esta escuela conoce su objeto aparente que significa que entiende su propio objeto aparente. Esta es la realidad pero estamos con el punto de vista de la sautántrica. Para la sautántrica el conocedor se aplica en su objeto aparente pero no necesariamente lo entiende.

Por ej. en la gompa hay muchas personas pero no sabes cuantas hay, por lo tanto, no lo has comprendido pero lo has percibido.

Karen: dije aplicar pero no es lo mismo que objeto de aplicación porque objeto de aplicación si entiende. La palabra “aplicar” la podemos cambiar a “percibir”.

David: Hablamos de conciencia equivocada y errónea en relación al objeto aparente y de implicación. Una conciencia errónea está equivocada respecto a lo que se implica y la equivocada está equivocada respecto del objeto aparente.

Guesela: Es verdad que hay una diferencia muy grande entre las conciencias equivocadas y erróneas que se trata mas adelante. No estoy seguro de que las conciencias sean erróneas debido al objeto de aplicación porque probablemente el objeto de aplicación no es objeto de estas conciencias, sino que el modo de aplicarse es lo que lleva a las conciencias erróneas.

La mente errónea aprehende el objeto percibido así, de una manera errónea, en cambio las conciencias equivocadas no son erróneas necesariamente.

Es normal que no se entienda la conciencia errónea y equivocada porque la conciencia errónea es una conciencia totalmente falsa como la conciencia que cree que no existen las vidas futuras. Mientras que la conciencia equivocada es todo lo que es conceptual por ej. alguien recuerda su coche y tiene una imagen conceptual [genérica] de su coche pero es equivocada. Es mente subsiguiente y equivocada porque esa imagen es algo parecido a lo que es en realidad, por ej. la percepción directa que tenemos de la columna no es equivocada pero cuando tenemos su imagen a nivel conceptual es algo muy parecido a lo que en realidad es, por eso es equivocada.

Jose: ¿Cual es la diferencia entre un objeto conceptual y un objeto conceptual percibido así existente?

Guesela: por ejemplo tu porque todo objeto conceptual es existente.

Paloma: ¿Entonces no hay ninguna diferencia?



Guesela: Si es objeto conceptual necesariamente es objeto y si es objeto conceptual percibido así no necesariamente es objeto.

Jose: La duda está en que objeto conceptual percibido así puede ser existente y no existente. En el ejemplo de no existente está la existencia inherente del yo pero ¿que diferencia el objeto conceptual percibido así del conceptual?. Nos falta el ejemplo de conceptual percibido así existente.

Guesela: Mas claro, objeto conceptual percibido así no existente es el yo inherentemente existente y objeto conceptual percibido así existente es nosotros.

Kike: Entonces ¿todo lo que es objeto conceptual es objeto conceptual percibido así?

Guesela: Si, si es objeto conceptual necesariamente es objeto conceptual percibido así, pero si es objeto conceptual percibido así no necesariamente es objeto conceptual porque para que sea objeto conceptual tiene que ser objeto, en otras palabras existente.

ESCUELA	DEFINICIÓN DE PERSONA
VAIBASICA	La mera colección de los 5 agregados es una ilustración de persona.
SAUTANTRICA	<b>Los seguidores de las escrituras definen a persona como una ilustración del continuo de los agregados.</b> Para los <u>seguidores del razonamiento</u> lo que ilustra persona es la consciencia mental.
CHITAMATRA	<b>-Seguidores de las escrituras. Conciencia base de todo ilustra persona.</b> <u>-Seguidores del razonamiento.</u> Conciencia mental es ilustración de persona.
MADHYAMIKA SVATANTRICA	- <u>Existente imputado</u> : Se refiere al conjunto de agregados sobre el que se imputa persona. <b>- Existente sustancial: persona es ilustración de consciencia mental.</b>
MADHYAMIKA PRASANGUIKA	Persona es el "yo" meramente imputado dependiente de su base de imputación que son los cinco agregados.

**5 Mayo 2016****Introducción**

El siete de mayo empieza sakadawa. Son unos días que se reconocen como muy propicio por eso desde hace mucho tiempo en la India que es el cuarto mes del calendario tibetano es muy sagrado. Es muy sagrado y especial porque en los 15 días el Buda llevó a cabo tres acciones divinas, la primera nacer, mostrar el estado iluminado de un Buda y dejar esta vida y pasar mas allá del paranirvana. Es lo mismo que hacemos en nuestra vida, nacemos, trabajamos y morimos. Se conoce como el mes de los 100.000 porque recitar durante esta época un mantra de om mani peme hum equivale a haber recitado 100.000 veces. Esto también lo podemos escuchar de grandes maestros. Algunos se podrían preguntar ¿como es esto posible? es un fenómeno muy oculto que no está a nuestro fácil entendimiento pero si grandes seres lo mencionan algo de verdad tendrá.

Os voy a poner una analogía para que valoremos esta época, muchos ya lo habéis escuchado. Si por ejemplo alguien que se dedica a los negocios de normal lo que vende saca una ganancia de un euro pero si hay una época del año en que cualquier cosa que vende su ganancia es de 100 euros por cada producto, la persona va a estar trabajando arduamente para sacar el máximo dinero posible. Esto a fin de cuentas es dinero y esta dentro del samsara, es efímero y no nos podemos fiar de el, ahora hablamos que una acción virtuosa se multiplica, quiere decir que estamos ganando una enorme cantidad de méritos. Si estamos aquí es porque estamos interesado en el budismo y hacerlo bien, pero necesitamos tener condiciones favorables para seguir creando virtud por eso necesitamos aprovechar esta época para que cualquier acción virtuosa que hagamos se multiplique. Es inimaginable la cantidad de virtud y mérito que podemos sacar en esta época de sakadawa.

Esta analogía es muy clara, es un época en que lo que hacemos se multiplica, si además lo acompañamos de una buena motivación, que lo hacemos para convertirnos en un Buda entonces los méritos son inimaginables. Todos queremos estar bien, actuar bien, que lo que estamos haciendo sea provechoso es ahora en sakadawa cuando mas provecho podemos sacar de actuar de manera correcta y acumular virtud.

Durante estos 15 días el centro ha organizado una gran variedad de actividades que nos incita a asistir, de verdad son muy buenas oportunidades que tenemos para acumular inconmensurable mérito, aprovecharla. Se va a liberar animales, prácticas, recitación de mantras, preceptos, nungñe, el comedor de maitreya. Ojalá asistáis porque es para que acumuléis virtud. Por ejemplo liberar animales, todos queremos estar bien físicamente y tener una vida larga, con esta práctica favorecemos tener una vida larga porque el acto de colaborar para que se compren animales para que no mueran es algo maravilloso, muy virtuoso, realmente has salvado vidas, les has ayudado a no morir en esas circunstancias. Esto me recuerda cuantas asociaciones protectoras de animales hay? no es fácil protegerlos y mantenerlos vivos en buenas condiciones, es digno de admirar el trabajo

que hacen, si podemos colaborar con esas asociaciones es muy beneficioso. También el comedor de maitreya donde se recolecta comida para darlo a otras asociaciones, a veces cuando estamos recolectando los alimentos podemos pensar ya tienen mucho, no les hace falta, no se trata de justificarnos de no dar, hay que aprender a dar y querer dar no con tacañería, no sintiendo molestia a la hora de dar pensando que estamos dando demasiado o que no les hace falta, estos pensamientos no les favorece. Si no podemos dar por lo menos regocijarnos de que hayan personas tan generosas. La generosidad es una práctica muy sencilla en la que también debemos adiestrarnos.

Queremos seguir el vehículo mahayana, hay una estrofa que dice “no regocijarse en la virtud es el ladrón de las virtudes, así como el que te hace daño es tu maestro” el que te roba la virtud es no alegrarte por la virtud de otros. Algo como por ejemplo de las actividades que se han mencionado el liberar animales, no es un trabajo sencillo recolectar el dinero luego comprar los animales luego hacer muchas recitaciones a los animales, luego llevarlos a un lugar apropiado para que tengan probabilidades para sobrevivir. Es decir, hay mucho trabajo que si quisiéramos hacerlo costaría mas. Recolectar alimento, hacer publicidad, dejar el espacio, organizar la comida, el contacto con las asociaciones. A veces pensamos que no requiere de mucho trabajo. Insisto si ves que se está moviendo algo virtuoso no menospreciarlo, si lo comento es porque veo estas actitudes, la falta de regocijo. Recuerden que la generosidad es dar sin tacañería porque si la hay no lo estamos convirtiendo en algo virtuoso. Alegrense por lo virtuoso que otros hacen, del trabajo que están llevando a cabo.

En general todos los que estáis aquí sois muy buenos pero no hay que ponernos límites en lo bueno que seamos hasta que no consigamos la budeidad. Estas instrucciones os las estoy dando mucho cuidado para vosotros, ahora en esta época tratad de hacer algo especial de lo que normalmente hacemos p.e si solemos levantarnos un poco mas tarde en esta época haces un esfuerzo de levantarte mas temprano, habitualmente no hacéis postraciones pero en esta época sí. Hago prácticas que no hago normalmente hago. Tratad de hacerlo así, organizaros vuestro día para que en esta época hagáis algo extra porque es una época extremadamente beneficiosa, una oportunidad muy grande así que aprovechadlo lo mas que podáis.

También es una época hay que ser mas meticulosos en no cometer negatividad, es verdad que todavía nos cuesta y seguimos cayendo en errores. Porque así como cualquier acción virtuosa se multiplica por cien mil cualquier acción negativa se multiplica también. Ojalá lo aprovechéis y estas palabras las tengamos en cuenta estos días, de todas formas uno mismo es quien escoge hacerlo o no, pero recuerden que los resultados de una acción virtuosa y negatividades se multiplica mucho. No podemos pretender no cometer ningún solo error porque estamos muy sumergidos en samsara pero vamos a ser mas cuidadosos a la hora de actuar para evitar caer en negatividad.

### **Continuamos con el texto**

Guesela: ¿Cual la definición de mente (LO)?

Dani: mente es conocedor.

Guesela: ¿Cual es la definición de conciencia?

Gonzalo: conocedor, mente y conciencia son lo mismo y es aquello que conoce.

Guesela: ¿Cual es la definición de conciencia?

Gonzalo: Es aquello que posee un objeto de conocimiento.

Karen: No, ese es el poseedor de objeto.

Kike: lo que es claro y conoce.

Guesela: La definición de mente es conocedor y de conciencia es aquello que es claro y conoce. ¿En cuanto se divide la mente (LO)?

Kike: En dos, en tres y en siete.

Guesela: Ya hemos visto las definiciones y ahora vamos a ver la división. ¿Cual es la división que se presenta primero?

Gonzalo: mente y factores mentales.

Guesela: La primera división de mente es válida y no válida.

### **División de la mente en dos**

- Mente Válida
- Mente no válida

**Mente Válida:** Para que la mente sea válida debe cumplir con tres características:

- Nueva
- Infalible
- Conocedor

La mente válida es un conocedor nuevo e infalible.

En sánscrito válido es *tramana* y la etimología de “*Trama*” es lo principal que para el resto de escuelas menos para la Prasanguika significa nuevo. La sílaba “*na*” significa *lograr*. Por lo tanto es algo que se consigue y que es nuevo.

Para la escuela Prasanguika es mas importante que sea infalible por eso la mente válida tiene solo dos características: es un conocedor infalible.

**Nuevo:** Esta característica elimina la posibilidad de que la mente subsiguiente sea válida porque no es nueva. La mente subsiguiente es el segundo momento de la mente y aunque cumple con las otras dos características como falta una no sería conciencia válida. Pero para la escuela Prasanguika sería válida porque esta escuela no acepta la característica de nuevo.

**Infalible:** Esta característica elimina la posibilidad de que sea una mente que supone correctamente. La mente que supone correctamente fácilmente puede cambiar de opinión por eso es mas inestable por ej. pensar que el budismo es interesante sin un fundamento se corre el riesgo de que si alguien nos dice que es mentira le creamos.

La mente que supone correctamente puede ser nueva, conocedora pero como no es infalible no es válida.

En estos dos casos como no cumplen las tres características no es una mente válida.

**Conocedor:** En el comentario se dice que debe ser conocedor de lo contrario sería el poder físico de los sentidos, ¿el poder físico de los sentidos cumple con las otras dos características?

Jose: Si cumple con las otras dos.

David: no es conocedor.

Guesela: ¿pero es infalible y nuevo?

Paloma: creo que no. El poder sensorial es nuevo e infalible? no lo sé

Kike: para la Prasanguika no es infalible

Guesela: Ahora estamos hablando de la definición y descartando las mentes que no son válidas por que no cumplen con las tres características.

David: Puede ser equivocado porque si mueves una bola de fuego parece que sea un círculo pero no lo es.

Guesela: ¿Porque algunas personas ciegas pueden recuperar la vista y otras no? Este tema lo hemos mencionado en el texto de *Abidharmakosa*.

Yarictza: Porque en un caso se ha dañado la conciencia y en el otro solo el órgano de los sentido.

Guesela: Por un lado está el poder visual y por el otro la conciencia visual, si el defecto está en el poder visual si se arregla el defecto puede recuperar la vista, pero si el problema está en la conciencia visual aunque el poder visual esté bien no puede volver a ver.

Esto indica que el poder visual no es infalible porque para ello tiene que entender su objeto. Es decir, el poder de los sentidos físicos no cumple con las otras dos características porque no es conocedor, ni infalible. Si el poder de los sentidos aprehendiera objetos los defectos a nivel físico no se podrían arreglar, por eso no es infalible. Si fuera infalible entonces el oído que es un poder sensorial tendría que ver y oler pero no lo hace.

Los poseedores de objeto solo son tres: persona, mente y sonido expresivo y no el poder de los sentidos, por eso no cumple con la característica de infalible. Si el poder de los sentidos pudiera aprehender objetos sería un poseedores de objetos.

Esto se menciona para refutar una idea equivocada de la escuela Vaibásica que sostiene que los poderes de los sentidos son válidos y refuerza la idea de que para ser válido tiene que ser conocedor.

### **Divisiones de la mente válida**

- Mente válida directa

- Mente válida inferencia

En el texto raíz antes de explicar lo que es la mente válida directa explican lo que es una mente directa [conocedor directo].

**Conocedor directo:** Es un conocedor libre de conceptos y no equivocado.

**Mente válida directa:** Es un conocedor nuevo e infalible, libre de conceptos y no equivocado.

### **Divisiones de la mente directa**

- Mente directa de los sentidos
- Mental
- Autoconocedor
- Yógico

### **Mente directa de los sentidos**

- Definición
- Divisiones

**Definición:** La que es producida dependiendo del poder de los sentidos físicos que es su propia condición potenciadora no común. Es un conocedor libre de conceptualización y no equivocado.

Tenemos cinco conciencias sensoriales: la conciencia visual, auditiva, olfativa, gustativa y táctil y todo lo que perciben que no sea equivocado es una mente directa.

Paloma: ¿Puede dar un ejemplo?

Guesela: Ahora mismo tenemos muchas mentes directas sensoriales porque estamos viendo muchas personas, oliendo incienso, tenemos la conciencia táctil de si la ropa es cálida, etc. Estas conciencias sensoriales están percibiendo de forma no equivocada por lo tanto es un conocimiento directo de los sentidos.

Además, no estamos hablando de algo que no exista en nosotros lo que pasa es que no lo conocemos.

Kike: Hemos hablado de conocedor directo y válido directo. Decimos que un conocedor directo no está equivocado y luego decir que es válido e infalible es lo mismo.

Guesela: No equivocado no significa infalible porque si escuchas y entiendes lo que se ha dicho es infalible, pero si escuchas y no entiendes es inatenta y la inatenta es falible.

Kike: Pero si desde el primer momento es percepción directa y decimos que no está equivocada entonces debería ser infalible.

Guesela: No es lo mismo no equivocado con infalible por lo tanto no puedes sustituir uno por otro, por ej. si estas absorto viendo una forma muy bonita y alguien te habla no comprendes lo que te dice. Escuchar la voz es una conciencia no equivocada pero no entender su significado es una mente falible.

Gonzalo: En el caso de la directa sensorial subsiguiente ¿sería no equivocada pero no sería válida porque no es nueva?

Guesela: La mente directa subsiguiente no es equivocada y en este caso infalible. Pero lo digo con precaución porque la mente subsiguiente puede ser de dos tipos directa y conceptual, si es directa es no equivocada pero si es conceptual es equivocada pero infalible.

Gonzalo: Lo decía en referencia a que no es nueva la subsiguiente.

Guesela: no es nueva pero es infalible.

### **Divisiones de la mente directa sensorial**

- Mente directa sensorial valida
- Mente directa sensorial subsiguiente
- Mente directa sensorial inatenta

**Mente directa sensorial valida:** El primer momento de percepción directa sensorial que percibe forma o el primer momento de escuchar la voz de alguien.

**Mente directa sensorial subsiguiente:** El segundo momento de una mente directa sensorial que percibe forma o de escuchar la voz de alguien.

**Mente directa sensorial inatenta:** Es una mente directa sensorial que percibe forma en el continuo mental de una persona cuya mente está atraída especialmente por un sonido agradable o no comprender lo que se ha escuchado.

### **<sup>3</sup>División en cinco de la mente directa sensorial**

1. Mente directa sensorial que perciben forma
2. Mente directa sensorial que perciben sonido
3. Mente directa sensorial que perciben olor
4. Mente directa sensorial que perciben sabor
5. Mente directa sensorial que perciben objeto tangible

En el texto raíz mencionan una definición por que dicen *el resto los puedes sacar tu mismo*. Es decir a la definición dada antes se añade el poder sensorial en particular.

### **Preguntas:**

Kike: Creo que no hemos llegado a los perceptores directos ¿que diferencia hay entre conocedor directo sensorial y perceptor directo sensorial?

Karen: He sustituido la palabra perceptor por conocedor.

Kike: En los apuntes del curso pasado ahora entramos en perceptores.

Karen: Porque en el libro de Nerea utiliza la palabra perceptor.

---

<sup>3</sup> Lati RIMPOCHE, “¿que es la mente? explicación del budismo tibetano”, Ediciones Dharma, Alicante, 2006, p. 52: *Se define como perceptor directo sensorial que aprehende una forma como un conocedor no equivocado y no conceptual que es producido dependiendo de su propia condición facultativa no común, la facultad sensorial del ojo y de una condición del objeto observado, una forma.*

Kike: ¿Son sinónimos?

Karen: Hay un problema de traducción, le ponen *perceptor* porque para otra escuela no es conocedor. En este contexto se le puede llamar conocedor directo pero en otro contexto no es correcto y va a ser perceptor. Para no liarla he puesto mente directa porque a fin de cuentas es una división de la mente. Pero mente directa, perceptor directo, conocedor directo es la misma palabra en tibetano que es *gotsum*.

Paloma: No he entendido de que forma los poderes sensoriales son infalibles y son nuevos.

Guesela: La definición de válido incluye la característica de conocedor para excluir los poderes sensoriales. El poder sensorial no cumple con ninguna de las tres características de la mente válida pero se menciona para refutar otra escuela filosófica que afirma que el poder sensorial es válido.

El poder sensorial no es conocedor ni infalible porque para ser infalible debe aprehender su objeto y el poder sensorial no lo hace. Pero no estamos diciendo que el poder sensorial sea falible, no es falible ni infalible porque no aprehende su objeto por ej. una vasija es igual que sea falible o infalible porque no aprehende objetos.

Paloma: Tampoco es nuevo.

Guesela: El poder sensorial es objeto y no poseedor de objeto.

Las palabras válido e infalible se pueden utilizar de forma cotidiana por ej. es infalible la ley del karma porque si haces algo virtuoso es vas a obtener felicidad y si cometes negatividades vas a experimentar sufrimiento. Por lo tanto, hay muchas maneras en que podemos utilizar esta palabra. Pero en este contexto infalible se refiere a que está conociendo su objeto de lo contrario sería falible.

También la palabra válido se utiliza de forma cotidiana por ej. es válido lo que dijo esa persona o no es válido ese comportamiento. Pero en este contexto válido se refiere a algo que es conocedor, nuevo e infalible.

David: ¿Según esto la parte del cerebro por ej. visual sería un poder sensorial y la conciencia sensorial no sería parte del cerebro sino inmaterial?

Guesela: Es correcto, porque el poder sensorial es algo físico mientras que la conciencia sensorial es algo inmaterial. Por eso decimos que si hay un problema a nivel de poder visual [a nivel del cerebro] si se opera puede recuperar la visión, pero si el problema está a nivel de la conciencia aunque el cerebro esté bien no se recupera la visión. Esta explicación no está en ningún texto sino que es mi forma de explicar la diferencia entre el poder sensorial y la conciencia sensorial.

Aunque en la ciencia describan las funciones del cerebro en filosofía budista se señala la parte específica del cerebro que tiene que ver con la visión como su propia condición potenciadora no común.

Paloma: ¿No entiendo de que forma una conciencia se daña si es inmaterial?



Guesela: Porque una conciencia puede perder su capacidad aunque sea algo inmaterial por ej. las personas que no pueden andar y sus piernas están bien es porque la conciencia física que manipula las piernas está afectada. Cuando alguien pierde sensibilidad en las piernas es porque la conciencia táctil está afectada.

Estudiante: Esto sería físico y lo que Paloma preguntó es la parte mental.

Guesela: Cada vez que nuestras piernas tiene una sensación como de calor o frío no es a nivel físico sino de la conciencia. Está funcionando el aspecto de conciencia.

Estudiante: Pero la sensación vendría a través de lo físico.

Guesela: Cuando la conciencia está afectada no tenemos sensación de frío ni de calor. Es verdad que hay una base física pero la conciencia es la que siente y no el cuerpo. La conciencia táctil está abarcando todo nuestro cuerpo, si no tuviéramos conciencia táctil no tendríamos sensación agradable o desagradable.

**12 Mayo 2016****Introducción**

Todos los jueves mientras estemos en sakadawa vamos a comenzar recitando tres veces las alabanzas a Tara. Por un lado porque todos los centros de la FPMT quieren ofrecer su recitación a Lama Zopa Rimpoché e invitarlo a que venga al centro. También porque en las mañanas se están reuniendo para recitar las alabanzas a Tara y es una buena oportunidad para acumular méritos. Además, esta recitación es nuestro grano de arena para el bienestar del mundo, porque muchos seres están pasando por situaciones muy desagradables.

Cuando recitemos las alabanzas a Tara no pensemos solo en nuestros problemas sino también en las personas que están viviendo situaciones como la nuestra o incluso peores. Lo importante es enfocarnos no solo en nosotros.

Os enfatizo mucho que el estudio es muy importante, pero también hacen falta estas oraciones para que podamos entender lo que estamos estudiando. Realizar estas oraciones no significa quitarle tiempo al estudio sino acumular los méritos que nos ayudan a comprender lo que estamos estudiando.

Si algunas personas tienen dificultades para recitarla pensar que lo que se está recitando es algo muy especial, algo muy sagrado porque con ellas estamos alabando diferentes aspectos de las Taras. Es el poder de la oración al que debemos tenerle fe.

(recitamos las alabanzas a Tara)

Estamos en sakadawa así que aprovechemos para hacer acciones virtuosas y observar nuestra mente para asegurarnos que nuestros pensamientos sean bondadosos y si en nuestra mente no hay nada bondadoso generarlos. Si cometemos errores estar atentos para reconocerlos y arrepentirnos, esto es importantísimo.

Estamos estudiando budismo para tener mayor control sobre nuestra mente, sobre nuestra palabra y sobre nuestras acciones físicas para poder realizar acciones virtuosas y no dejar pasar la más pequeña acción virtuosa, ni la más pequeña negatividad. Nuestro propósito es conocer mejor nuestra mente e identificar la mente negativa y la virtuosa para estar más atentos y tener más control de nuestras acciones.

En realidad en todo momento de nuestra vida debemos estar atentos de nuestra mente y asegurarnos que hacemos acciones virtuosas, especialmente en estos días. Hacerlo es para nuestro beneficio y no lo tomen como un regaño o llamada de atención porque no lo es, solo es un recordatorio.

**Continuamos con el texto**

La clase anterior vimos la mente directa sensorial, su división en tres y en cinco y sus definiciones.

**División en cinco de una mente directa sensorial**

1. Mente directa sensorial que percibe forma
2. Mente directa sensorial que percibe sonido
3. Mente directa sensorial que percibe olor
4. Mente directa sensorial que percibe sabor
5. Mente directa sensorial que percibe objeto tangible

Lo que distingue las mentes directas sensoriales es su propia condición potenciadora y su propia condición de objeto observado.

**Definición:** Es un conocedor libre de conceptos y no equivocado que es generado dependiendo de su propia condición potenciadora no común que es el poder de la vista y de su condición de objeto que es forma.

Por lo tanto, aquí no estamos hablando de nuevo, ni de infalible.

Texto raíz:

*lo que es generado dependiendo de su propia condición potenciadora no común, el poder del sentido del ojo, y su condición de objeto observado, una forma, es un conocedor que está libre de conceptualización y no está equivocado.*

Esta definición tiene dos puntos importantes que nos llevan a entender el resto: su propia condición potenciadora no común y su propia condición de objeto observado. Al decir "propia" indica que no lo comparte con otro.

¿Cual es la definición de una mente directa sensorial que percibe sonido?.

Jose: es un conocedor no conceptual e inequívoco que surge debido a su propia condición potenciadora no común que es el poder del oído mas su objeto particular que es el sonido.

Guesela: Es correcto. Cada una de las conciencias directas sensoriales tienen su propia condición potenciadora (órgano sensorial) que para una mente directa sensorial auditiva es el poder auditivo y su propia condición de objeto observado sería el sonido.

La conciencia directa sensorial que percibe olor tiene su propia condición potenciadora no común que es el poder olfativo y su propio objeto observado que es el olor. Esto mismo se aplica al resto de conciencias directas sensoriales.

Guesela: Dime la definición de una mente directa sensorial táctil.

Yarictza: Es una conciencia no conceptual, no equivocada, que surge gracias al poder sensorial del tacto junto con el objeto táctil.

Guesela: Tienes que decir el poder táctil que es su propia condición potenciadora no común y la condición de objeto táctil, estas son las dos partes.

La propia condición potenciadora de la conciencia directa sensorial que percibe forma es el poder visual, de la que percibe sonido es el poder auditivo, de la que percibe olor es el poder olfativo, de la que percibe sabor es el poder gustativo y la que percibe objetos táctiles es el poder táctil.

También cada uno de estos poderes tiene su propio objeto que percibe que es forma, sonido, olor, sabor y objeto del tacto. Esta es la clave para distinguir estas cinco mentes directas de los sentidos.

Cada una de las mentes directas sensoriales pueden ser: válida, subsiguiente e inatenta.

### **Mente directa mental**

- Definición
- Divisiones

**Definición:** Es un conocedor de otro no equivocado y libre de conceptos que es producido dependiendo del fenómeno que es su propia condición de objeto observado y del poder mental que es su propia condición potenciadora no común.

Texto raíz:

*Lo que es generado dependiendo de un poder de los sentidos mental que es su propia condición potenciadora no común y es una consciencia que es un conocedor de otro que está libre de conceptualización y no está equivocado.*

Su propia condición potenciadora no común es el poder mental ¿que es el poder mental?. Si nos acordamos de los 18 constituyentes es fácil de explicar.

Jose: Después de una consciencia sensorial viene el poder mental.

Guesela: No, cuando hablamos de los constituyentes nos referimos a lo dependido y de lo que depende porque las 6 conciencias dependen de los 6 poderes sensoriales. Teniendo en cuenta esto ¿como se podría explicar el poder mental?.

Kike: El poder mental abarca todos los fenómenos pero no conceptualiza. Sería la mente que no conceptualiza.

Guesela: No tiene que ver con eso. Así como la mente directa sensorial depende de su propia condición potenciadora de poder visual, etc., la consciencia directa mental tiene su propia condición potenciadora que es el poder mental.

Para que la consciencia directa mental pueda percibir necesita de su propia condición potenciadora que es el poder mental. El poder mental es cualquiera de las conciencias sensoriales.<sup>4</sup>

En otras palabras, así como lo que da lugar a la percepción de la consciencia directa sensorial es el poder sensorial, el poder mental [aspectos de consciencia] es la condición potenciadora que da lugar a la percepción de la consciencia directa mental. Aspectos de consciencia es consciencia y por lo tanto es mente.

Kike: Así como ubicamos el poder de la vista en el órgano del ojo ¿donde ubicaríamos el poder mental?

Guesela: Los aspectos de la consciencia están abarcando todo y no hay un lugar físico al cual apuntar por ej. si en el pie se clava una espina duele, si hay dolor es porque el aspecto de consciencia táctil abarca el cuerpo.

---

<sup>4</sup> Ver Lati RIMPOCHE, "¿que es la mente? explicación del budismo tibetano", Ediciones Dharma, Alicante, 2006, p. 53.

El dolor lo experimentamos a nivel del aspecto de conciencia táctil y la condición que potenció la sensación de dolor fue el poder sensorial del tacto y la espina que es el objeto. Lo que de manera inmediata da lugar a la sensación de dolor es el poder sensorial del tacto que permite que perciba el objeto.

Respecto a la parte mental un recuerdo bueno o malo es posterior a otra conciencia. Una conciencia previa que es el poder mental da lugar al aspecto de conciencia mental. Así como el poder sensorial del tacto da lugar al dolor, la conciencia previa que da lugar al recuerdo es el poder mental.

Yarictza: Antes habíamos dicho que el poder mental es cualquiera de las conciencias directas sensoriales que favorece la percepción mental y ahora creo entender que es el momento previo de conciencia ¿entonces?.

Guesela: Para que surja el aspecto de conciencia mental se necesita lo que ya se creó que es el aspecto de conciencia sensorial, por eso es el momento previo de conciencia sensorial.

Para que se de el aspecto de conciencia sensorial antes debe estar el poder sensorial de acuerdo a cada una de las conciencias por ej. el poder de la vista da lugar a la conciencia visual. A nivel mental el poder mental [cualquier aspecto de conciencia] debe ser previo a la conciencia mental que puede ser conciencia sensorial o conciencia mental.

Por lo tanto, el poder mental puede ser cualquiera de los seis tipos de conciencia previas al aspecto de conciencia mental.

Carlos: ¿sería poder mental el continuo mental?

Guesela: no, el continuo mental no es poder mental porque el continuo es conciencia, es mente y no cabe como descripción de poder mental como lo estamos viendo. Además, ¿cuando hablas de continuo mental desde que punto de vista lo haces? ¿te refieres al propio continuo mental o a poder controlar tu continuo mental?.

Carlos: me refiero al concepto de mente sin principio ni final.

Guesela: no sería, porque esto indica continuidad. Si hablas de continuidad se puede tomar desde diferentes puntos de vista, de hecho todos los fenómenos compuestos tienen continuidad desde tiempo sin principio. También describimos como continuo mental donde dejamos las huellas que no son aspectos de conciencia.

Gonzalo: Cuando nos pinchamos el pie con una espina ¿que da la sensación de dolor, la conciencia sensorial o la conciencia mental?

Guesela: Si te clavamos una espina la sensación de dolor no es por los aspectos de conciencia que son mente principal sino que es un factor mental, pero los dos van juntos. El aspecto de conciencia es la condición que potencia la sensación de dolor.

Pero no solamente la sensación va con los aspectos de conciencia sino también los factores mentales omnipresentes por eso decimos que en total son 6: los 5 factores mentales omnipresentes y el aspecto de conciencia.

Kike: La conciencia directa visual percibe forma y la conciencia directa mental qué aprehende sobre la forma?. ¿Otros aspectos como la vacuidad?

Guesela: Aprehende todos los fenómenos.

Kike: Pero la conciencia directa visual percibe de manera no conceptual el objeto ¿que plus le da el perceptor directo mental?

Guesela: El conocedor directo mental percibe todos los fenómenos pero el nuestro es diferente.

Kike: Si vemos una jarra el poder directo visual la percibe de manera no conceptual, como el perceptor directo mental también esta ¿que percibe el perceptor directo mental sobre jarra?

Guesela: En una mente convencional como la nuestra un perceptor directo mental dura muy poco, por lo tanto no comprende su objeto y es como una mente inatenta. También dura muy poco nuestro conocedor directo de los sentidos porque inmediatamente se vuelve a nivel de pensamiento y deja de ser directo.

Kike: Entonces el perceptor directo mental comprende el fenómeno que se le aparece.

Guesela: En una mente ordinaria como la nuestra el conocedor directo mental no comprende su objeto porque es muy poco el tiempo que dura por lo tanto es inatenta, pero una mente superior si comprenden el objeto.

Otra cuestión es que a nivel mental se percibe lo externo y lo interno. El conocedor directo mental es *conocedor de otro* indicando que percibe lo externo y el autoconocedor percibe lo interno.

### **Divisiones**

- Conocedor directo mental válido
- Conocedor directo mental subsiguiente
- Conocedor directo mental inatento

**Conocedor directo mental válido:** Por ejemplo el primer momento de clarividencia que conoce la mente de otro.

**Conocedor directo mental subsiguiente:** Por ejemplo el segundo momento de clarividencia que conoce la mente de otro.

**Conocedor directo mental inatento:** Por ejemplo un conocedor directo mental que percibe un sonido en el continuo de una persona mientras está absorta en una forma bella mental.

**19 Mayo 2016****La importancia del estudio**

Estamos estudiando la mente y sus conocedores con el objetivo de saber cómo nuestra mente conoce y todas las cosas que conoce que hasta ahora no conocíamos. Es como si tuviéramos una confusión producto de la ignorancia porque hay muchas cosas que no sabemos, pero cuando aprendemos algo nuevo es una ignorancia que ya no tenemos. Nuestra mente está llena de cosas que no conocemos, así que cuando estudiamos la ignorancia respecto de ese punto se desvanece, por eso el estudio es importante.

Ahora estamos en el contexto de un camino espiritual pero en general estudiar es una cualidad, porque entre más lo hacemos más conocimientos adquirimos y más capaces somos de desarrollarnos en distintos ámbitos, por ej. entre más estudios más oportunidades de trabajo tenemos, aunque es verdad que algunas personas tienen grandes estudios pero no consiguen trabajo porque depende de haber creado sus causas.

A nivel espiritual entre más estudiamos mejor podemos practicar, por eso es importante. Las enseñanzas que recibimos son para aplicarlas en nuestra vida. Entre más estudiamos las enseñanzas mejor las conocemos a un nivel más profundo, lo que nos lleva a practicar mejor.

Cuando nos reunimos lo digo constantemente, estamos aquí para dejar atrás acciones negativas y cultivar acciones virtuosas, esta debe ser la línea de vida a seguir. Estar aquí nos recuerda que debemos tratar de crear virtud y evitar las acciones negativas en todo momento y tener muy claro lo que hay que cultivar y abandonar.

Nuestro objetivo es ser buenas personas. Entre más estudio más herramientas tenemos para lograrlo. Somos mejores personas si no cometemos negatividad principalmente controlando nuestra mente. Por supuesto que cometemos negatividades con nuestra habla o acciones físicas pero principalmente debemos tratar que nuestra mente no esté generando pensamientos negativos.

También nos ayuda a ser buenas personas crear acciones virtuosas, pero nuestra mente debe ser buena a través de nuestros pensamientos haciendo que sean virtuosos. Aunque podemos hacer acciones virtuosas con nuestra palabra o cuerpo no debemos limitarnos a lo externo, porque si no le prestamos atención a la mente seríamos como una fruta que parece madura por fuera pero por dentro no lo es. Para que nuestra madurez no solo sea externa hace falta control sobre nuestra mente para asegurarnos que tenga pensamientos virtuosos.

Si tenemos una fruta muy bonita por fuera que parece madura y la partimos pero está verde por dentro ya no podemos comerla. De igual forma, aunque debemos prestar atención a nuestros actos externos debemos ser aún más cuidadosos con los pensamientos que generamos porque es lo que nos da la madurez que buscamos.

Debemos crear madurez interna continuamente especialmente estos dos días que nos quedan. Entiendo que es difícil porque nos acompañan nuestros viejos amigos de los engaños, pero debemos evitar dejarnos llevar por ellos tan fácilmente y tener mas dominio de nuestra mente.

Esto lo sabéis pero no está de mas recordarlo para que se reafirme. Además, es mi responsabilidad recordaros esto para que revisemos que tipo de frutas somos.

Es importante continuar creando virtud especialmente estos dos días que nos quedan porque nos vamos a beneficiar mucho.

## **Continuamos con el comentario**

### **Autoconocedor**

- Definición
- División

### **Definición**

Corta: Lo que tiene solo el aspecto de un perceptor.

Larga: Lo que tiene el aspecto de perceptor libre de conceptualización y no equivocado.

Hemos dado dos definiciones porque autoconocedor es lo mismo que hablar de aspecto de perceptor. Perceptor se refiere a una persona, a una conciencia o al que percibe.

### **División**

- Autoconocedor válido
- Autoconocedor subsiguiente
- Autoconocedor inatento

Guesela: ¿Todas las escuelas filosóficas aceptan el autoconocedor directo?

Yari: No todas, ni la Vaibásica ni la Prasanguika aceptan el autoconocedor.

Guesela: Es correcto, las escuelas Sautántrica, Chitamatra y Svatántrica aceptan el autoconocedor porque tenemos una conciencia que percibe de manera directa y otra a nivel conceptual y hace falta algo que conozca la conciencia que es el autoconocedor.

Esto no es correcto, no hace falta el autoconocedor como lo dice la escuela Prasanguika pero siempre que estudiamos una escuela filosófica intentamos entender su postura.

**Autoconocedor válido:** Por ej. el primer momento del autoconocedor que experimenta la conciencia visual.

**Autoconocedor subsiguiente:** Por ej. el segundo momento del autoconocedor que experimenta la conciencia visual.

**Autoconocedor inatento:** Por ej. el autoconocedor que experimenta que el gozo es una conciencia en el continuo de un samkia [sostenedor de escuela no budista].

Para ellos la conciencia es permanente y si lo perciben pero no lo entienden va en contra de su posición filosófica.



Otro ejemplo, es el autoconocedor que experimenta que el gozo es una conciencia en el continuo de un vaisesika. También el autoconocedor que experimenta que es válido inferencial en el continuo de un nihilista [Lokayata].

Para los nihilista solo lo que perciben de forma directa es válido pero en su conciencia también aprehenden cosas a nivel inferencial válidas. Un autoconocedor que experimenta que es válido inferencial en un nihilista no se da cuenta por eso es inatenta. Por lo tanto, es libre de conceptualización y no equivocado aunque cuando lo analiza y expone su postura filosófica dice lo contrario, de que no existe válido inferencial para esta escuela.

Lo mismo sucede con las otras dos subescuelas (samkia y vaisesika) que dicen que la conciencia es permanente, por lo tanto, que experimenten el gozo como conciencia va en contra de sus principios filosóficos pero así lo experimentan. El autoconocedor no se da cuenta que el gozo es conciencia por eso se llama mente inatenta.

### **Mente directa yóguica**

- Definición
- Divisiones

**Definición:** Es un conocedor supremo de otro en el continuo de un ser Aria, libre de conceptos y no equivocado que surge dependiendo de la estabilización meditativa que es la unión de calma mental y visión superior que es su propia condición potenciadora no común.

Guesela: Estabilización meditativa de la unión de calma mental y visión superior ¿a que se refiere?

Jose: A una sabiduría que empieza a encontrarse en el camino de preparación y mas arriba, camino de visión y meditación.

Guesela: la palabra sabiduría no aparece, de hecho se dice estabilización meditativa o concentración de la unión de calma mental y visión superior. Por lo tanto, no es sabiduría sino un estado de concentración.

Guesela: ¿A que se refiere con concentración de calma mental y visión superior?

Jose: Es la que permite analizar un objeto con perfecta calma mental y al mismo tiempo establecer un análisis de sus características y demás.

Guesela: La estabilización meditativa de la unión de calma mental y visión superior significa que hay calma mental y que mantiene su objeto. Cuando está la visión superior que es el análisis exhaustivo del objeto este no afecta la concentración unidireccional de la calma mental, este es el truco.

En la unión de calma mental y visión superior aunque analizas el objeto (visión superior) no afecta la calma mental sino que la hace mas estable y la calma mental no afecta la visión superior sino que la incrementa.

Cuando esto sucede acompañado de la flexibilidad física y mental se ha logrado un estado de concentración de unión entre la calma mental y la visión superior.

El estado de concentración de unión de calma mental y visión superior es compartido con otras filosofías pero como se menciona al ser Aria es una estabilización meditativa de unión de calma mental y visión superior exclusiva porque está enfocada en la ausencia de identidad de persona o vacuidad.

### Divisiones

- Conocedor directo yoguico válido
- Conocedor directo yoguico subsiguiente

No existe un conocedor directo yoguico inatento porque necesariamente entiende su objeto de comprensión.

Texto raíz:

*No hay mentes a la que un objeto aparezca pero no sea validado que sean perceptores directos yóguicos, porque lo que es un perceptor directo yóguico necesariamente valida su objeto de comprensión. Esto es porque Comentario sobre el "Compendio de cognición válida" (de Dignaga) de Dharmakirti dice: "Sólo con ver, los muy inteligentes<sup>5</sup> validan todos los aspectos".*

*Aunque existan conocedores subsiguientes que son perceptores directos yóguicos, el segundo momento y siguientes de una sabiduría suprema omnisciente no son conocedores subsiguientes, porque todo lo que es una sabiduría suprema omnisciente es necesariamente un conocedor válido. Esto es así porque Explicación del "Comentario (de Dharmakirti) sobre el 'Compendio de cognición válida' (de Dignaga)": Iluminación sin error del camino a la liberación de Gyeltsap dice: "No importa cuanto mire hacia dentro y piense en ello, no siento que una sabiduría suprema omnisciente no esté incluida en ser un conocedor nuevo" [en otras palabras, una sabiduría suprema omnisciente es necesariamente un conocedor nuevo].*

Se refiere a que si la mente omnisciente es válida necesariamente tiene que ser un conocedor nuevo.

Texto raíz:

*También eliminando la oscuridad de la mente con respecto a los tratados sobre cognición ideal de Kedrup Rimpoche dice: "Si [algo se convirtiera en un conocedor subsiguiente sólo porque [su objeto] sea percibido por una conocedor ideal anterior, resultaría que los momentos segundo y siguientes de una sabiduría suprema omnisciente serían conocedores subsiguientes. Existen muchos defectos similares que se indicarán abajo."*

La mente omnisciente necesariamente es válida, entonces el segundo y tercer momento de esta mente no puede ser subsiguiente.

Si el primer momento de una conciencia visual que percibe forma es válido y el segundo momento es subsiguiente ¿que pasa con la mente omnisciente que percibe forma?.

El primer momento de una conciencia visual que percibe forma es válido y el segundo momento es subsiguiente. Mientras que el primer momento de una mente omnisciente que percibe forma es válido y el segundo momento también ¿porque?

Jose: Para una mente omnisciente todos son momentos nuevos.

<sup>5</sup> Karen aclara que se refiere a un ser superior.

Guesela: Para la mente omnisciente que percibe forma todos los momentos son nuevos ¿quiere decir que el primer momento se volvió viejo y por eso el siguiente momento es nuevo?.

### **La mente omnisciente tiene cuatro características:**

1. No hay nada que no pueda conocer
2. Lo conoce todo
3. Conoce todos los aspectos
4. Conoce sin esfuerzo

Paloma: ¿Que diferencia hay entre la primera y segunda característica? parece lo mismo pero con dos expresiones diferentes.

Guesela: Son muy similares pero la diferencia es que conocerlo todo significa todos los fenómenos y conocer todos los aspectos se refiere a conocer las distintas características del objeto.

No hay nada que no pueda conocer: Se refiere a que conoce todo sin depender, por ej. cuando nuestra conciencia visual conoce forma, el primer momento de esa conciencia da lugar al segundo momento, por lo que el segundo momento se da en dependencia del primer momento y este a su vez da lugar al tercero pero la mente omnisciente es diferente.

La mente omnisciente para conocer no necesita depender del primer o segundo momento a diferencia de la mente convencional, por eso es un conocimiento válido.

Este tema va aparecer cuando hablemos de conocedor subsiguiente y así quedará mas claro.

### **Conocedor directo válido**

- Definición
- Divisiones

El conocedor directo está libre de conceptos y no es equivocado. El conocedor directo válido es además, infalible y nuevo.

**Definición:** Es el conocedor nuevo e infalible, libre de conceptos y no equivocado.

Guesela: ¿Que hemos añadido al conocedor directo válido?

Jose: Se ha añadido que es nuevo e infalible.

### **Divisiones**

1. Conocedor directo válido autoconocedor
2. Conocedor directo válido de los sentidos
3. Conocedor directo válido mental
4. Conocedor directo válido yoguico

**Conocedor directo válido autoconocedor:** Es un conocedor nuevo e infalible, libre de conceptos y no equivocado que únicamente percibe hacia dentro.

Guesela: ¿Para que sea autoconocedor directo válido hace falta que tenga todas estas características?

Jose: Claro que sí.

Guesela: ¿Porque se dijo en la definición que solamente percibe hacia dentro?

Jose: Porque en otras definiciones se decía lo contrario, que es un perceptor hacia fuera. En este caso es una conciencia que percibe hacia dentro lo que la misma conciencia percibe hacia fuera.

David: Hacia dentro sería autoconocedor y hacia fuera otro conocedor mental.

Guesela: ¿Buda Shakiamuni tiene autoconocedor?

David: Como es una mente omnisciente lo conoce todo.

Guesela: Buda shakiamuni que tiene una mente omnisciente es un caso especial porque un Buda conoce todos los fenómenos y tiene el autoconocedor que conoce todos los fenómenos.

Guesela: ¿El ojo qué percibe?

Jose: La forma.

Guesela: ¿Algo mas?

Jose: La forma para un ser ordinario y color.

Guesela: ¿Entonces la vacuidad no la puede percibir el ojo?

Jose: Un ser ordinario no.

Guesela: Una mente omnisciente tiene autoconocedor que también es un conocedor omnisciente y las personas ordinarias tiene cinco conciencias sensoriales que perciben un tipo de objeto, por ej. la conciencia visual solo puede percibir la esfera de forma, etc. Pero las cinco conciencias sensoriales de un Buda conocen todos los fenómenos, por lo tanto, no están limitadas ya que su mente es omnisciente. Este es un punto de debate y no aparece en ningún comentario.

Si la mente omnisciente lo conoce todo, no puede conocer solo una sola. En algún texto de debate aparece que la conciencia sensorial el Buda no es omnisciente pero en otro texto dice que si.

En la época del séptimo Dalai Lama había un gran erudito Shankia Drube Dorje que en los textos de debate dijo *es como una persona que tiene un ojo ciego y luego consigue ver*. Esta analogía muestra que al principio solo está limitado a una esfera de fenómeno pero que luego cuando alcanza la mente omnisciente logra ver todos los fenómenos. Da a entender que las diferentes conciencias incluyendo las sensoriales son omniscientes. Este es un gran erudito que no solo habló de estos temas sino también aparece en los comentarios del tantra de Yamantaka, Heruka y Guyasamaya.

**Preguntas:**

Yari: Cuando se definió al conocedor directo yoguico se dijo que es un conocedor supremo que conoce otro ¿a que se refiere con otro?

Guesela: Es un *conocedor supremo* porque no solo se le aparece el objeto sino que lo entiende, también indica que ya entró en el camino. Con otro se refiere a un conocimiento hacia fuera. El mismo término de *conocedor de otro* aparece exactamente igual en el conocedor directo mental.

Yari: ¿A que se refiere con que conoce hacia fuera o hacia dentro?

Guesela: El autoconocedor conoce la conciencia pero no se puede decir conciencia en general porque puede incluir la mente de otro, entonces se dice que ve hacia dentro porque conoce la propia conciencia.

Yari: ¿hacia fuera quiere decir que conoce la conciencia de los demás?

Guesela: Podemos decir que tanto el autoconocedor como el conocedor directo mental son conciencia mental. Se distinguen en que uno percibe hacia dentro y otro hacia fuera. El conocedor directo mental percibe lo que le viene de fuera y el autoconocedor está percibiendo cómo conoce lo de fuera. Por eso el que percibe hacia dentro se refiere a cómo experimenta la conciencia y el otro conoce lo que está viniendo del exterior.

## **Introducción**

No debemos restarle importancia al estudio de Lo rig (la mente y sus conocedores) pensando que no es muy importante y que podemos dejar de estudiarlo, esto no es correcto.

Es fácil que dudemos sobre si este tema nos ayuda a alcanzar el estado perfecto y omnisciente o pensar que como habla de algo que nuestra mente ya hace no hace falta estudiarlo. No es así, es muy importante que conozcamos este texto para conseguir el objetivo que estamos buscando.

Este texto es fundamental, por eso Darmakirti que es un gran erudito dedicó uno de sus principales libros al desarrollo de este tema. Lo rig está desarrollado en un texto de Darmakirti llamado *Comentario a la Cognición Válida* en su cuarto capítulo.

Este texto tiene un contenido extenso y desarrolla con detalle en el primer capítulo el razonamiento correcto en que se tiene que basar un conocedor inferencial válido. El segundo capítulo habla del conocedor directo y del conocedor directo válido.

Es decir, este tema es mucho mas extenso y profundo pero el texto que estamos estudiando ha tomado lo mas esencial para que podamos estudiarlo.

Incluso textos tántricos que se refieren a la lógica del tantra también mencionan la materia y la mente y siempre hacen referencia al texto de Comentario a la Cognición Valida. Por lo tanto no podemos restarle importancia a este tema.

## **Continuamos con el comentario**

Repaso de la clase anterior.

### **Conocedor directo válido**

**Definición:** Es un conocedor nuevo e infalible, libre de conceptos y no equivocado.

### **Divisiones**

1. Conocedor directo válido autoconocedor
2. Conocedor directo válido de los sentidos
3. Conocedor directo válido mental
4. Conocedor directo válido yoguico

### **Conocedor directo válido autoconocedor**

**Definición:** Es un conocedor nuevo e infalible, libre de conceptos y no equivocado dirigido hacia dentro y es solo un perceptor.

El orden de las divisiones del conocedor directo son: de los sentidos, mental, autoconocedor y yoguico que es el orden en que conocemos. Conocemos primero a través del conocedor directo sensorial, luego pasa al conocedor directo mental, luego al autoconocedor y por último al conocedor directo yóguico. Pero el orden de las divisiones del conocedor directo válido es diferente porque comienza con el autoconocedor.

**Conocedor directo válido de los sentidos**

- Definición
- Divisiones

**Definición:** Conocedor nuevo e infalible, libre de conceptos y no equivocado que surge dependiendo del poder de los sentidos físico que es la condición potenciadora no común.

**División**

1. Conocedor válido directo de los sentidos que percibe forma
2. Conocedor válido directo de los sentidos que percibe sonido
3. Conocedor válido directo de los sentidos que percibe olor
4. Conocedor válido directo de los sentidos que percibe sabor
5. Conocedor válido directo de los sentidos que percibe objeto del tacto

**Conocedor directo válido mental**

- Definición
- Divisiones

**Definición:** Conocedor nuevo e infalible, libre de conceptos y no equivocado que surge dependiendo del poder mental que es su propia condición potenciadora no común.

**Divisiones**

1. Conocedor válido directo mental que percibe forma
2. Conocedor válido directo mental que percibe sonido
3. Conocedor válido directo mental que percibe olor
4. Conocedor válido directo mental que percibe sabor
5. Conocedor válido directo mental que percibe objeto del tacto
6. Conocedor válido directo mental que percibe fenómenos

**Conocedor directo válido yoguico**

**Definición:** Conocedor supremo nuevo e infalible, libre de conceptos y no equivocado que conoce otro en el continuo de un ser superior, dependiendo de la estabilización meditativa que es la unión de calma mental y visión superior que es su condición potenciadora no común. Que conoce de un modo nuevo y directo la impermanencia sutil o la ausencia de identidad burda y sutil de persona.

**Divisiones**

1. Conocedor directo valido yoguico que logra directamente la impermanencia sutil
2. Conocedor directo valido yoguico que logra directamente la ausencia de identidad burda de persona
3. Conocedor directo valido yoguico que logra directamente la ausencia de identidad sutil de persona

Ya hemos visto los conocedores directos correctos ahora vamos a hablar de otro grupo que en el texto se les llama perceptor directo falso pero no es la manera apropiada de referirse a ellos porque no son perceptores directos. Su verdadero nombre es *los que*

aparecen como *perceptores directos* o *facésimil a perceptor directo* porque son pseudo-perceptores y no perceptores directos. Están equivocados porque hay una falta en ellos.

### Los que aparecen como perceptores directos

**Definición:** Es un conocedor equivocado respecto a su propio objeto aparente.

A los conocedores directos correctos les llamamos conocedores directos y son mente, de la misma manera los que aparecen como perceptores directos también son mente.

Si el conocedor directo es libre de conceptos y no equivocado, entonces el conocedor no equivocado es directo aunque no necesariamente válido.

El conocedor directo válido es un conocedor no equivocado y es válido pero no porque sea no equivocado -ya que los conocedores inferenciales son válidos pero equivocados-. En conclusión, si es conocedor no equivocado necesariamente es un conocedor directo.

**CONOCEDOR NO EQUIVOCADO = MENTE DIRECTA**

**CONOCEDOR EQUIVOCADO = EL QUE APARECE COMO CONOCEDOR DIRECTO**

Guesela: ¿La visión de la colección transitoria es mente directa, aparece como perceptor directo o no es ninguna de las dos?

Jose: Es conceptual percibido así o inexistente.

Guesela: Tu me estas contestando como objeto y la pregunta es como perceptor porque si dices que es objeto conceptual percibido así estás hablando del objeto que es la ausencia de identidad de persona pero estoy preguntando por el que percibe.

Jose: Ninguna de las dos.

Guesela: ¿Entonces no es conciencia equivocada?

Jose: Es conciencia pero errónea.

Guesela: Pero ¿es conciencia equivocada?

Jose: Si.

Guesela: Entonces es sinónimo de conciencia equivocada la mente que aparece como perceptor directo. Todo lo que es conceptual es equivocado, por lo tanto, es una mente que aparece como perceptor directo. Pero hay conceptos que son correctos pero al ser conceptual es equivocado.

Kike: Decimos que aparece como perceptor directo ¿es como decir que es un perceptor directo falso?

Karen: Pero su nombre mas adecuado es *el que aparece como perceptor directo*.

Gonzalo: Pero no lo es.

Guesela: Por eso es importante llamarlo como *el que aparece como un perceptor directo*. Porque significa que no lo es, que es diferente al perceptor directo. Si lo llamamos el que



aparece como perceptor directo nos permite distinguir entre lo que es perceptor directo de lo que no lo es.

Paloma: entonces ¿es perceptor conceptual?

Guesela: No, no es conceptual. Un conocedor directo es no equivocado y un conocedor equivocado es el que aparece como perceptor directo. Es decir, lo que no es directo.

La conciencia puede ser equivocada o no equivocada, no hay tercera opción. Si es una conciencia no equivocada es directa y si es una conciencia equivocada es una conciencia que aparece como perceptor directo. Por eso la conciencia equivocada es sinónimo de la conciencia que aparece como perceptor directo.

Kike: El problema es que la conciencia no equivocada puede ser falible entonces puede ser errónea.

Guesela: Después de haber hablado en clases anteriores de mente directa y vengas con esa pregunta. No lo voy a comentar mas, te lo voy a dejar como deberes. El conocedor directo lo dividimos en 4: directo sensorial, mental, autoconocedor y yoguico. El directo sensorial se dividía en 3, directo mental en 3, autoconocedor en 3 y el yoguico en 2, piénsalo.

### **Divisiones**

- 6 conceptuales que aparecen como perceptor directo
- 1 no conceptual que aparece como perceptor directo

### **6 conceptuales que aparecen como perceptor directo**

1. Conceptual equivocado
2. Conceptual convencional
3. Conceptual inferencial
4. Conceptual que surge de la inferencia
5. Conceptual de la memoria
6. Conceptual que desea

**Conceptual equivocado:** Por ej. un pensamiento el percibe el sonido como permanente. Es conceptual pero erróneo. Todo lo que es conceptual erróneo es conceptual equivocado.

**LO CONCEPTUAL ERRÓNEO ES CONCEPTUAL EQUIVOCADO**

**Conceptual convencional:** Por ej. un conocedor inferencial que comprende que el sonido es impermanente.

**Conceptual inferencial:** Por ej. un pensamiento que percibe el sonido como permanente.

Es una mente que comprende su objeto cuando es una comprensión válida, en este caso a nivel conceptual e inferencial de que el sonido es impermanente, esto es correcto.

Lo vamos a entender mejor cuando veamos el conocedor inferencial pero la idea es que todavía no llega a ser un conocedor válido de que el sonido es impermanente sino que es el punto previo de la mente que comprende la permanencia.

Para ser un conocedor inferencial no solo debe ser la idea correcta sino que esté basada en un razonamiento correcto. Mas adelante hablaremos de esto.

**Conceptual que surge de la inferencia:** es el segundo momento de un conocedor inferencial.

**Conceptual de la memoria:** Por ej. recordar algo que sucedió en el pasado bueno o malo.

**Conceptual que desea:** Por ej. el pensamiento que desea algo para el futuro que puede ser bueno o malo, como desear que pueda practicar adecuadamente o cosas mundanas.

### **1 no conceptual que aparece como perceptor directo**

#### **Divisiones**

1. Que aparece como perceptor directo en la conciencia mental
2. Que aparece como perceptor directo en la conciencia sensorial

**Que aparece como perceptor directo en la conciencia mental:** Son los ejemplos anteriores.

#### **Que aparece como perceptor directo en la conciencia sensorial**

#### **Divisiones**

1. La causa de equivocación está en la base
2. La causa de equivocación está en las circunstancias
3. La causa de equivocación está en el objeto
4. La causa de equivocación está en la condición inmediatamente precedente

**La causa de equivocación está en la base:** Por ej. cuando los ojos están deteriorados y ve dos lunas en lugar de una.

**La causa de equivocación está en las circunstancias:** Por ej. estar en un barco y la conciencia sensorial que surge hacen ver los árboles en movimiento pero no el que va en el barco.

**La causa de equivocación está en el objeto:** Por ej. si mueves rápidamente una antorcha la ves como si fuera un aro de luz.

**La causa de equivocación está en la condición inmediatamente precedente:** Por ej. cuando una persona se enfada con fuerza ve la tierra o las personas de color rojo.

Texto raíz

*Consciencia errónea no-conceptual, mente que aparece como perceptor directo no conceptual y consciencia que tiene una apariencia clara de un no-existente son sinónimos.*

**CONCIENCIA ERRÓNEA NO-CONCEPTUAL  
 MENTE QUE APARECE COMO PERCEPTOR DIRECTO NO CONCEPTUAL  
 CONCIENCIA QUE TIENE UNA APARIENCIA CLARA DE UN NO-EXISTENTE**

**SINÓNIMOS**

Guesela: ¿Conciencia errónea no conceptual es lo mismo que una mente que aparece como perceptor directo conceptual?.

David: No porque una es conceptual y la otra sensorial y por tanto directa.

Guesela: Conciencia errónea no conceptual es lo mismo que el que aparece como perceptor directo no conceptual pero es diferente al que aparece como perceptor directo conceptual.

La conciencia errónea conceptual no sinónimo de la mente que aparece como perceptor directo conceptual porque aunque la conciencia errónea conceptual necesariamente es una mente que aparece como perceptor directo conceptual, la mente que aparece como

**Conciencia errónea no conceptual = mente que aparece como perceptor directo no conceptual**

**Conciencia errónea conceptual ≠ mente que aparece como perceptor directo conceptual**

perceptor directo conceptual no necesariamente es una conciencia errónea conceptual por ej. el concepto de que el sonido es impermanente es una mente que aparece como perceptor directo conceptual pero no una conciencia errónea conceptual.

La mente que aparece como perceptor directo puede ser conceptual y no conceptual, si se compara con la conciencia errónea conceptual se agrupan en tres donde uno abarca al otro.

Si es conciencia errónea conceptual necesariamente es la mente que aparece como perceptor directo conceptual, pero si es una mente que aparece como perceptor directo conceptual no necesariamente es una conciencia errónea conceptual como el conocedor inferencial o el conocedor subsiguiente al inferencial.

Si miramos la división en siete de la mente podemos ver que muchos de ellos son conceptuales pero no conciencia errónea conceptual.

Yari: ¿Cual es la diferencia entre la conciencia no equivocada y errónea?

Guesela: De forma sencilla, una conciencia no equivocada es prácticamente perfecta y una conciencia equivocada es una conciencia que tiene errores. Pero una conciencia errónea está totalmente mal, tiene errores muy grandes como ver algo blanco de color rojo.

Por ej. cuando percibes un sonido de forma directa la conciencia auditiva lo percibe de forma no equivocada pero cuando lo que escuchas se vuelve conceptual tiene faltas [conciencia equivocada]. Pero si percibes que el sonido es permanente sería una conciencia totalmente falsa y por lo tanto, es una conciencia errónea.

Guesela: ¿El conocedor inferencial que conoce que el sonido es impermanente es una mente que aparece como perceptor directo conceptual?

Gonzalo: Si.

Guesela: Significa que es una conciencia errónea.

Gonzalo: No.

Guesela: ¿Porque?

Gonzalo: Porque la conciencia equivocada puede ser válida.

Guesela: El conocedor inferencial es válido, por lo tanto, no es erróneo, mientras que la conciencia errónea no es válida.

### **Preguntas:**

David: Confunde un poco que es directo y se introducen los conceptuales también. Cuando hablamos de directo normalmente es no conceptual pero en este caso dentro de los perceptores directos equivocados se incluyen los conceptuales y no conceptuales. Los no conceptuales los veo mas claros que los conceptuales en relación a que son directos.

Guesela: El problema está en que no son perceptores directos falsos por eso se insiste en que aparecen como perceptores directos. Precisamente estamos hablando de los que no son directos, al no ser directos también están los conceptuales.

Si decimos el que aparece como perceptor directo damos a entender que no es perceptor directo y si no es perceptor directo caben los conceptuales. Por un lado tenemos el directo que es perfecto y por otro al que no lo es.

Gabi: Hablamos de no conceptual que aparece como perceptor directo sensorial y lo dividimos en 4 con sus ejemplos ¿cual sería la diferencia entre la causa de la equivocación está en la circunstancia y cuando está en el objeto?

Guesela: No es una clasificación que se contradiga una a la otra sino para que tengamos una idea de como se dan las causas de la equivocación. Las circunstancias se refiere principalmente al lugar, si estas sentado en un tren y al lado hay otro tren en marcha tienes la visión de que eres tu quien te estas moviendo cuando es el otro tren, o de que los árboles se están moviendo. Cuando la equivocación está en el objeto es el objeto concreto el que está dando lugar a la visión equivocada, pero no hay una diferencia muy profunda.

**2 Junio 2016****Introducción**

Hoy es la última clase en Sakadawa. Durante este periodo hemos creado una increíble cantidad de acciones virtuosas y debemos alegrarnos por esto.

También pensar en el mundo que vivimos donde a veces parece que la vida no tiene mucho valor y así como se mata un insecto así de fácil se quita la vida a un ser humano. Por un lado están los lugares donde hay conflictos y por el otro lado los países poderosos que por miedo a que les pueda suceder lo mismo o que por motivos económicos vender armas o buscan protección teniendo relaciones con este tipo de países. Es decir, vivimos una situación muy difícil porque aunque vivimos en un país donde las cosas van bien tenemos miedo que los que crean estos conflictos vengan. No solo están los problemas a nivel social, sino los que vivimos a nivel personal y que a veces son difícil de sobrellevar.

A pesar de estas dificultades en esta época tan favorable hemos creado mucha virtud y hemos hecho que este precioso renacimiento humano por fin tuviera sentido.

Estamos viviendo tiempos difíciles como los países que están en guerra donde sus habitantes no puedes dormir por el temor de que les caiga una bomba. Incluso en los países donde no hay guerra también hay angustia por todas las personas que vienen a buscar refugio, no saben si acogerlos a todos o devolverlos a sus países con el riesgo de que se vayan enfadados y luego creen conflictos.

Tenemos problemas pero dentro de toda esta adversidad hemos podido hacer algo virtuoso, esto es lo que tenemos que mirar y alegrarnos por ello. Simplemente por recitar ahora el Sutra del Corazón hemos acumulado incontable cantidad de méritos. Debemos sentirnos contentos pero sin orgullo por haber creado virtud.

Comenzamos recitando las Alabanzas a Tara.

**Continuamos con el comentario**

Si relacionamos el conocedor válido con el no equivocado [directo] se dividen en 4.

**Relación entre el conocedor válido y el conocedor directo**

1. Algo que es conocedor válido y conocedor directo (ambos)
2. Algo que es conocedor válido (infalible) y no es conocedor directo (equivocado)
3. Algo que es conocedor no válido (falible) y sea un conocedor directo (no equivocado)
4. Algo que no es conocedor válido (falible) ni un conocedor directo (equivocado)

**Algo que es conocedor válido y conocedor directo:** El perceptor directo válido.

**Algo que es conocedor válido (infalible) y no es conocedor directo (equivocado):** La conciencia inferencial que es equivocada porque es conceptual y todo lo conceptual es equivocado.

**Algo que es conocedor no válido (falible) y sea un conocedor directo (no equivocado):** Una mente inatenta como no saber el número exacto de personas que hay en la gumpa. La mente inatenta está percibiendo directamente, por lo tanto, no es equivocada pero si falible.

**Algo que no es conocedor válido (falible) ni conocedor directo (equivocado):** Por ej. una columna.

Kike: El conocedor yoguico es al mismo tiempo no equivocado e infalible.

Guesela: En realidad el conocedor directo yóguico es directo e infalible. La cuestión es si es válido o no.

Kike: ¿El autoconocedor puede ser falible?

Guesela: Es infalible.

Kike: ¿Dentro de los conocedores directos hay alguno falible?

Guesela: La definición de conocedor directo es libre de concepto y no equivocado, al no ser conceptual es no equivocado. La mente inatenta sería falible pero el resto serían infalibles.

Kike: Entonces conocedor no equivocado [directo] es sinónimos de conocedor infalible [válido].

Guesela: Antes hemos relacionado el conocedor infalible con el no equivocado, por lo tanto son diferentes.

El conocedor válido puede ser de dos tipos: directo e inferencial. Ya hemos visto el conocedor válido directo así que ahora pasamos al conocedor válido inferencial.

### **Conocedor válido inferencial**

- Definición
- Divisiones

**Definición<sup>6</sup>:** Es un conocedor determinativo<sup>7</sup>, nuevo e infalible que es producido directamente dependiendo de una razón correcta que es su base.

Para este tema hace falta como base el texto de “ta-rig” que significa lógica y razonamiento, donde se explican los silogismos que se utilizan. Se explica cual es el sujeto, el predicado y la razón que sostiene al sujeto y predicado.

Lo mas importante de esta definición es que este conocimiento es producido directamente de una razón correcta y no de cualquier tipo de razón. Ejemplo de silogismo basado en una razón correcta: Estos agregados contaminados (sujeto) son impermanentes (predicado) porque son un producto (razón).

Se llega a este silogismo porque se conoce que los agregados contaminados son un producto y todo lo que es un producto es impermanente. Por lo tanto, se relaciona que si

<sup>6</sup> Otra definición en Lati RIMPOCHE, “¿que es la mente? explicación del budismo tibetano”, Ediciones Dharma, Alicante, 2006, p. 75: “ (...) es un conocedor determinante que, dependiendo de su base, un signo correcto, es nuevo e incontrovertible con respecto a su objeto de comprensión, un fenómeno oculto (...)”.

<sup>7</sup> Ibidem p. 75: “Es un conocedor determinante, es decir, es un estado de conciencia que tiene sentido de que “esto es tal y cual”, que no tiene los estados de conciencia sensoriales ni otros receptores directos, sino sólo el pensamiento”.

un producto es impermanente y los agregados contaminados son un productos entonces los agregados contaminados son impermanentes porque son un producto.

### División en 3

1. Conocedor válido inferencial por el poder del hecho
2. Conocedor válido inferencial por renombre
3. Conocedor válido inferencial por creencia

**Conocedor válido inferencial por el poder del hecho:** Este conocimiento está basado en una razón correcta, por ej. comprender que el sonido es impermanente porque es un producto.

**Conocedor válido inferencial por renombre:** Este conocimiento se basa en una razón correcta, por ej. comprender que es apropiado referirse a la luna utilizando el término “poseedor del conejo” porque existe entre los objetos del pensamiento.

**Conocedor válido inferencial por creencia<sup>8</sup>:** Este conocimiento está basado en un signo en el que se cree por medio del cual se comprende su objeto, por ej. por practicar la ética tenemos un buen renacimiento.

Texto raíz

*“es infalible con respecto al significado indicado por la razón [que lo justifica] de que es una escritura libre de las tres contradicciones.”*

*[Del texto de Lati Rimpoche: “Es incontrovertible con respecto al significado que éste indica porque es un pasaje que está libre de las tres contradicciones. El signo de convicción -la razón en la que se cree- es que el pasaje está libre de las tres contradicciones. Estar libre de ellas significa que el pasaje no está afectado por los tres conocedores iniciales: el conocedor inicial directo, el inferencia por el poder del hecho y la inferencia mediante la convicción. Estos tres son estados de conciencia que comprenden los tres tipos de objeto de comprensión: manifiesto, ligeramente oculto y muy oculto.”]*

Hay cosas que aunque utilicemos el razonamiento lógico no llegamos a comprender como el nivel detallado de la ley de causa y efecto o los agregados no contaminados del Bagavan. Por eso debemos basarnos en las escrituras que nos sirven de referencia.

Este tercer tipo de conocimiento se basa en una escritura libre de las tres contradicciones o libre de las tres manera de comprender que se refiere a los tres tipos de objetos que podemos llegar a comprender.

### Los tres tipos de objetos que podemos conocer

- Objeto evidente
- Objeto oculto
- Objeto muy oculto

**Objeto evidente:** Como la forma, el sonido, el olor, el sabor y los objetos de tacto que son los cinco objetos sensoriales. Si alguien dice que el sonido no existe, aunque seamos personas ordinarias sabemos que sí existe porque lo oímos, entonces contradice lo que

<sup>8</sup> Ibidem, pag. 76: “Un conocedor inferencial mediante la convicción es un conocedor determinante que, dependiendo de su base, un signo correcto de convicción, es incontrovertible respecto a su objeto de comprensión, un fenómeno muy oculto. Un ejemplo es el estado de conciencia inferencial que comprende que el pasaje de las escrituras, “Del dar, recursos; de la ética [una migración] feliz”, es incontrovertible con respecto al significado que éste indica.”

percibimos de manera válida y directa. Además, es un conocedor infalible porque comprendemos el objeto.

Por lo tanto, decir que los objetos sensoriales [objetos evidentes] existen no afecta a un conocedor directo válido.

**Objeto oculto:** Es aquel fenómeno como la impermanencia sutil y la vacuidad que para conocer utilizamos distintos razonamientos lógicos.

El análisis para conocer el objeto oculto es a través de un conocedor inferencial por el poder del hecho que se basa en una razón correcta. Por lo tanto, no afectan [no está en contradicción] al conocedor inferencial por el poder del hecho.

**Objetos muy ocultos:** Se conocen a través del conocedor inferencial por creencia porque únicamente a través de las escrituras podemos llegar a comprenderlos ya que están más allá de nuestro razonamiento. Por lo tanto, no está en contradicción con un conocedor inferencial por creencia.

Kike: ¿Cuales son las tres contradicciones?

Guesela: Así como para trabajar el oro primero lo calientas, luego lo cortas y luego lo pulas de la misma manera si no contradice el análisis del conocedor válido directo, del conocedor inferencial por el poder del hecho y del inferencial por creencia significa que existe.

El Buda dijo que sus enseñanzas las tratáramos como el oro y si veíamos que estaban bien las aceptáramos refiriéndose a estos tres tipos de conocimiento válidos. Si sus enseñanzas no contradicen los tres conocedores válidos entonces son correctas y si las contradice las dejamos a un lado. El Buda utilizó la analogía de quemar el oro en referencia al conocedor directo válido, de cortar el oro en referencia al inferencial por el poder del hecho y de pulir el oro en referencia al conocedor inferencial por creencia.

### **Conocedor válido inferencial por renombre<sup>9</sup>**

Texto raíz

*Un conocedor inferencial por renombre es necesariamente un conocedor inferencial por el poder del hecho. También todo lo que es un perceptor directo no es necesariamente un perceptor válido directo, porque el segundo momento de un perceptor directo de los sentidos que percibe una forma no es un conocedor válido. Esto resulta porque eso [es decir, el segundo momento de un perceptor directo de los sentidos que percibe una forma] y el segundo momento de un conocedor inferencial que comprende que el sonido es impermanente son conocedores subsiguientes; porque El Correcto de Dharmottara dice: "Los dos, el primer momento de un perceptor directo y el primer momento de un conocedor inferencial, son conocedores válidos, pero los momentos subsiguientes en sus*

<sup>9</sup> Idem, pag. 79: "Todos los estados de conciencia son producidos dependiendo de una base; en este tipo de inferencia la base es un signo de renombre. En otras palabras, opera sobre un objeto establecido por el poder de la reputación en el mundo. Si el ejemplo dado anteriormente se enuncia en forma de silogismo sería: "El sujeto, el poseedor del conejo -un nombre para la luna-, es conveniente para ser expresado con el término "luna" porque existe entre los objetos del pensamiento". Una afirmación similar puede efectuarse con respecto a cualquier cosa -"El sujeto, Juan, es adecuado para ser expresado con el término "luna" porque existe entre los objetos del pensamiento". En otras palabras, es adecuado dar a "Juan" cualquier nombre -luna, sol, o cualquier otro que se desee designarle-; de hecho, los niños tibetanos solían recibir nombres como Buda, Generosidad, Ética, Paciencia, Esfuerzo, Sabiduría, etc.."



*continuos, debido a que no son diferentes en establecimiento y existencia, han dejado de ser conocedores válidos".*

## **División en 2 del conocedor válido inferencial (terminológica)**

1. Conocedor válido inferencial por uno mismo
2. Conocedor válido inferencial por otro

**Conocedor válido inferencial por uno mismo:** Es lo mismo que el conocedor válido inferencial visto antes y es una inferencia.

**Conocedor válido inferencial por otro<sup>10</sup>:** Es lo mismo que enunciado que prueba lo correcto, por ej. una persona que piensa de que el sonido es permanente empieza a cuestionarse al respecto porque duda que lo sea. A través de utilizar la consecuencia de los silogismos, de un razonamiento lógico y de un enunciado que prueba lo correcto [razón] comprende que el sonido es impermanente.

Un razonamiento correcto es uno que lleva a la conclusión de que el sonido es impermanente. También se puede llegar a este conocimiento a través de la conclusión de otros razonamientos de que el sonido es impermanente. También a través del enunciado que prueba lo correcto de que "producto es impermanente como la vasija".

Además del enunciado que prueba lo correcto se requieren ciertas condiciones para cuestionamos si el sonido es o no permanente. Entonces, cuando vemos el enunciado de que "el producto es impermanente como la vasija" concluimos que el sonido es impermanente.

Guesela: ¿Cuales son los tres razonamientos que distinguen los consecuencialistas (Escuela Prasanguika) de los del razonamiento (Escuela Svatántrica)?

Jose: Algunas persona necesitan un razonamiento lógico inferencial como el que hemos visto, pero otras pueden saltarse esto y llegar a una razón a través de una consecuencia, serían dos mecanismos. Al final cuando obtengas una razón a través de la consecuencia debes llevarla al razonamiento lógico del silogismo.

Guesela: El silogismo correcto [enunciado que prueba correcto] está formado por tres: sujeto, predicado y la razón que lo sostiene, por ej. para comprender que el sonido es impermanente primero está el sujeto -el sonido-; luego el predicado que es la afirmación -es impermanente- y finalmente la razón que lo justifica -porque es un producto-. Si se dice que es un producto descarta todo lo que no sea impermanente.

---

<sup>10</sup> Idem, pag. 82: "La inferencia por otro se refiere a una afirmación hipotética que se propone antes de la exposición de la razón. Primero se expone una consecuencia, después una afirmación hipotética y luego una razón. (...) Con el fin de eliminar la visión errónea de, por ejemplo, un samkia que afirma que el sonido es permanente, se expondrá primero una consecuencia: (...) que el sujeto, sonido, no es un producto porque es permanente. Esto debería hacer duda al samkia, después (...) será necesario establecer para él los tres modos: la presencia de la razón en el sujeto, la impregnación y la no impregnación. Para establecer el primero, se afirmaría que: "El sujeto, sonido, es un producto porque es un fenómeno creado". Ello demuestra la presencia de la razón en el sujeto -sonido es un producto-. Para establecer la impregnación positiva, se afirmaría "El sujeto, un producto, es impermanente porque es momentáneo". Demostrando explícitamente la impregnación, se demuestra implícitamente la no impregnación. Una vez establecidos los tres modos, se efectúa una afirmación hipotética (...) "Todo lo que sea un producto es necesariamente impermanente -por ejemplo, un jarro-. El sonido también es un producto".

El silogismo correcto esta acompañado de los tres conocedores válidos: algo que es evidente, algo que te lleva a afirmarlo y algo que por el razonamiento puedas justificar la afirmación que estás dando.

**Introducción:**

Las enseñanzas enfatizan que seamos buenas personas y esto depende de tener una mente bondadosa. Esto es esencial para que estemos bien, seamos felices y contagiemos esta felicidad a los que nos rodean. También nos da fortaleza para soportar las dificultades.

Todos tenemos problemas pero no debemos preocuparnos porque es inútil, es gastar energía sin sentido. No debemos darle mucha importancia a la preocupación sino que debemos hacerla desaparecer. Este es el medio para encontrarnos con la felicidad.

Hay cosas que debemos recordar y otras que debemos olvidar pero hacemos las cosas al revés, lo que debemos recordar nos olvidamos en cambio recordamos una y otra vez las situaciones desagradables y el daño que nos han hecho. Esto sucede por la fuerza de los engaños que nos manipulan.

También debemos trabajar con nuestra mente por ej. si tenemos orgullo y surgen pensamientos de superioridad debemos bajar nuestra mente pensando que hay personas que saben mas que nosotros, que hacen las cosas mejor que nosotros o que tienen mas conocimientos que nosotros, que no somos el número uno sino que hay personas con mas cualidades.

Si al contrario nuestra mente está muy hundida pensando que somos los peores, que no hay nadie que esté pasando situaciones tan grandes como las nuestras, debemos elevar esta mente dándonos cuenta que tenemos muchas condiciones favorables como que estamos viviendo en un lugar agradable, etc.

El trabajo con nuestra mente y pensamientos es la clave, observar como es nuestra mente, que está pensando en ella, que es verdad y que es falso o equivocado. Para eso estamos estudiando Lo rig, para conocer nuestra mente y saber como funciona y como surgen nuestros pensamientos.

**Continuamos con el comentario**

Uno de *los que aparecen como perceptor directo* a nivel conceptual se llama “conceptual inferencial” dimos como ejemplo: un pensamiento que percibe el sonido como permanente, vamos a aclarar este punto. Hace parte del tema de mente (SEM).

**La mente (SEM) que percibe un objeto como permanente<sup>11</sup>**

- Definición
- Divisiones

Texto raíz

*La definición de algo que es una mente que percibe un objeto como permanente en la demostración de que el sonido es impermanente por la razón producto es:  
un conocedor -en el continuo de la otra parte de pleno derecho, para el que se está probando con la razón de que es un producto que el sonido es impermanente- que es*

---

<sup>11</sup> Ver: Texto raíz *una explicación de la presentación de objetos y poseedores de objetos, así como de mente y conocimiento de Pur-bu-chok, pag. 17.*

*el punto común de (1) ser infalible con respecto a que el sonido es un producto o a que todo lo que es un producto es necesariamente impermanente y también (2) ser la causa de un conocedor inferencial que comprende que el sonido es impermanente por la razón de que es un producto y surge dependiendo de su actuación como condición causal.*

Partimos de esta idea: El sonido -sujeto- es impermanente -predicado- porque es un producto -razón-. Es una persona que todavía no entiende esta conclusión pero que está dispuesta a entenderla.

Esta persona entiende:

- Que el sonido es un producto y
- Que todo lo que es un producto necesariamente es impermanente.

**Definición:** Es un conocedor en el continuo de aquel que es adecuado para postular con la razón de que es un producto y que el sonido es impermanente, que es el punto común de ser infalible con respecto a que el sonido es un producto o a que todo lo que es un producto necesariamente es impermanente y también ser la causa de un conocedor inferencial que comprende que el sonido es impermanente por ser un producto y surge dependiendo de su actuación como condición causal.

Se trata de comprender que el sonido es impermanente para ello primero necesitamos una persona adecuada para postular que piense que el sonido es permanente. Hay dos tipos de personas: una que piensa que el sonido definitivamente es permanente y otra adecuada para postular que duda que el sonido sea permanente.

Para comprender que el sonido es impermanente utiliza tres medios:

1. La conclusión
2. Un enunciado que prueba lo correcto -silogismo-
3. Una razón correcta

Se trata de un conocedor en el continuo de una persona que es adecuada porque duda de que el sonido sea permanente porque todo lo que es producto es impermanente.

Guesela: "Aquel que es adecuado" se refiere a una persona ¿que tipo de persona es?.

Paloma: Una persona que duda, que piensa que es permanente pero duda.

Guesela: Una persona adecuada no es solamente la que duda de que el sonido es permanente sino que sabe que el sonido es un producto y que si es un producto necesariamente es impermanente. La razón es que es un producto y el resultado es que el sonido es impermanente porque es un producto.

Basándose en la razón correcta -que el sonido es un producto- llega a la conclusión de que el sonido es impermanente porque es un producto. Pero antes de llegar a esta conclusión la persona adecuada piensa que el sonido es permanente.

Es un conocedor por lo tanto, puede ser válido o subsiguiente.

**Divisiones:**

1. Mente que percibe un objeto como permanente en la demostración de que el sonido es impermanente por la razón de que es un producto o que comprende que el sonido es un producto.
2. Mente que percibe un objeto como permanente en la demostración de que el sonido es impermanente por la razón de que es un producto y si es un producto necesariamente es impermanente.

Son dos tipos de mentes que perciben el objeto como permanente pero que van a comprender que el sonido es impermanente a través de la razón de que es un producto. La diferencia es que el primero comprende que el sonido es un producto y el segundo comprende que si es un producto necesariamente es impermanente.

**La mente que comprende que el sonido es un producto**

- Definición
- Divisiones

**Definición:** Es un conocedor en el continuo de aquel apropiado para postular que el sonido es impermanente basándose en la razón de que es un producto, que es el punto común de ser infalible respecto al sonido como producto y también ser la causa de un conocedor inferencial que comprende que el sonido es impermanente por la razón de que es un producto y que surge dependiendo de su actuación como una condición causal.

**Divisiones**

1. Conocedor directo
2. Conocedor inferencial
3. Conocedor subsiguiente

**Conocedor directo:** Es muy complicado encontrar un ejemplo de un conocedor directo que perciba un objeto como permanente que esté demostrando que el sonido es impermanente por la razón de ser un producto porque estaría sujeto a debate ya que tiene que ser alguien diferente a un ser Aria que ya ha visto de manera directa la impermanencia sutil y la ausencia de identidad y por lo tanto, no necesita hacer este análisis para percibir la impermanencia que ya conoce.

Un ser Aria ha percibido directamente en primer lugar la impermanencia, en segundo lugar la verdad del sufrimiento y en tercer lugar la ausencia de identidad que es el mismo orden en que se postulan las cuatro características en relación a la verdad del sufrimiento.

**Conocedor inferencial:** Sería un conocedor inferencial válido.

**Conocedor subsiguiente:** El segundo momento de un conocedor inferencial que comprende que el sonido es un producto en el continuo de aquel que es apropiado para postular por la razón de que es un producto.

**La mente que percibe un objeto como permanente en la demostración de que el sonido es impermanente por ser un producto, que comprende que si es un producto necesariamente es impermanente.**

**Definición:** Es un conocedor en el continuo de aquel apropiado para postular que el sonido es impermanente basándose en la razón de que es un producto, que es el punto común de ser infalible respecto a que todo lo que es producto necesariamente es impermanente y ser la causa de un conocedor inferencial que comprende que el sonido es impermanente por la razón de ser un producto y surge dependiendo de su actuación como condición causal.

Se trata de una persona adecuada para postular que entiende que si es un producto necesariamente es impermanente porque si es un producto depende de causas y condiciones. Este conocimiento le va a llevar a comprender que el sonido es impermanente.

Guesela: Los poderes sensoriales y las marcas mayores y menores de un buda no son un fenómeno muy oculto. ¿Cuántas maneras hay de presentar las cuatro nobles verdades?.

Jose: Mínimo dos, en base a causa y efecto y en relación a como se presentan a un ser ordinario. En base a causa y efecto sería la noble verdad del sufrimiento y de su causa y la verdad del camino y de la cesación.

Guesela: ¿Cual es la primera?

Jose: La verdad del sufrimiento.

Guesela: A la presentación de las cuatro nobles verdades que comienza por la noble verdad del sufrimiento se le llama poseedores de objeto que lo conocen de manera directa.

Guesela: Cuando se hizo girar por primera vez la rueda del dharma ¿que fue lo primero que se dio?

Jose: El giro de las cuatro nobles verdades, en concreto de la noble verdad del sufrimiento.

Guesela: De las cuatro características de la noble verdad del sufrimiento ¿cual se menciona primero?.

Jose: La impermanencia.

Guesela: Es correcto, cuando se hizo girar por primera vez la rueda del dharma se mencionó la noble verdad del sufrimiento comenzando por la impermanencia, luego el sufrimiento y en tercer lugar la ausencia de identidad que es el orden en que percibe directamente un ser Aria. No se menciona la característica de la vacuidad porque si un ser Aria percibe la impermanencia es que ya tiene la vacuidad.

Por eso a esa presentación de las cuatro nobles verdades se le llama poseedor de objeto que percibe de manera directa, en referencia al proceso a través del cual los seres Arias perciben, primero la impermanencia luego el sufrimiento y después la ausencia de

identidad que significa que tienen la visión directa de la vacuidad. Por eso no es necesario que los seres Arias se planteen que el sonido es impermanente porque es un producto.

Yari: Quien está percibiendo la vacuidad y luego sale de meditación percibe todo inherentemente. Conceptualmente lo sabe pero lo sigue percibiendo así ¿es un ser Aria o todavía no lo es?

Guesela: Un ser Aria es aquel que ha percibido de forma directa la vacuidad. Cuando sale de ese estado de meditación equilibrado no pierde la percepción directa de la vacuidad sino que aumenta pero disminuye de intensidad y la conceptual la tiene manifiesta.

Paloma: Me llama la atención porque se dice que cuando hay percepción directa de la vacuidad no hay apariencia convencional y si ha salido del estado meditativo y sigue teniendo percepción directa y hay apariencias convencionales parece raro.

Guesela: Es complejo de entender porque cuando se percibe directamente la ausencia de identidad [vacuidad] la mente que la percibe no desaparece. En ese momento está en un estado de meditación equilibrado pero luego tiene que relacionarse con la realidad así que la mente que percibió directamente la vacuidad no se pierde, como está trabajando a nivel convencional la mente posterior al estado de meditación equilibrado es la que está funcionando. A lo mejor está inactiva y está activa la que le hace funcionar en el aspecto convencional.

Esto no le sucede a un Buda que es capaz de estar percibiendo directamente la vacuidad aunque esté desenvolviéndose en el aspecto convencional. En cambio para un ser que no es un Buda la percepción directa de la vacuidad se vuelve inactiva para poder relacionarse a nivel convencional, por eso se le llama posterior o subsecuente al estado de meditación equilibrado.

Guesela: ¿Un ser Aria del camino de la visión o de meditación tiene bodichita?

Paloma: Unos sí y otros no, un Aria Bodisatva sí pero un Aria Oyente no.

Guesela: ¿Un Aria Mahayana que está percibiendo directamente la vacuidad tiene mente de la bodichita?

Paloma: Sí pero no está manifiesta cuando está percibiendo directamente la vacuidad.

Guesela: ¿Un ser Aria Mahayana que está percibiendo directamente la vacuidad tiene mente de la bodichita y esta mente de la bodichita está viendo su objetivo de la budeidad?

Paloma: No

Guesela: ¿Entonces un ser Aria que no está observando su meta de la budeidad deja de ser un Bodisatva?

Paloma: Mientras está percibiendo directa la ausencia de identidad su objeto de observación es la ausencia de identidad. En su continuo mental está la bodichita y el objetivo de la iluminación pero en esos momentos eso no es lo que está manifiesto.

Guesela: Exactamente lo mismo sucede cuando el ser Aria está fuera del estado de meditación equilibrado y no está percibiendo directamente la vacuidad. Su visión directa

de la vacuidad no desaparece sino que no está activa. Al igual que cuando un ser Aria Mahayana que tiene la bodichita está percibiendo la vacuidad, la mente de la bodichita no está activa.

16/06/2016

Ya hemos visto el conocedor válido directo e inferencial. A continuación veremos una parte complementaria sobre otras divisiones de conocedor válido.

### **Otra división de conocedor válido**

- Conocedor valido cuando la validación es inducida por si mismo
- Conocedor valido cuando la validación es inducida por otro

### **Conocedor válido cuando la validación es inducida por sí mismo -conocedor inferencial e inferencial válido-**

- Definición
- Divisiones

**Definición:** Es un conocedor válido que es capaz de inducir a la validación por su propio poder con respecto a que no surge si la naturaleza de su objeto de comprensión no existe con el objeto.

El conocedor válido que induce a la validación por sí mismo puede ser directo e inferencial mientras que el conocedor válido que induce a la validación por otro solo es válido directo.

### **Divisiones**

1. Conocedor válido directo de los sentidos al que aparece la habilidad de realizar una función
2. Conocedor válido directo de los sentidos que tiene un objeto familiar
3. Conocedor válido directo autoconocedor
4. Conocedor válido directo yoguico
5. Conocedor válido inferencial

Como ya se ha visto las tres ultimas divisiones no hace falta poner ejemplos.

**Conocedor válido directo de los sentidos al que aparece la habilidad de realizar una función:** Es el perceptor directo de los sentidos que percibe que el fuego es capaz de realizar la función de quemar leña.

**Conocedor válido directo de los sentidos que tiene un objeto familiar:** Es el perceptor directo de los sentidos en el continuo de un hijo que percibe la forma de su padre.

Tener en cuenta que este ejemplo no necesariamente tiene que ser válido directo de los sentidos que tiene un objeto familiar.



**Conocedor valido cuando la validación es inducida por otro<sup>12</sup>**

**Definición:** Es un conocedor valido en que la validación debe ser inducida por el poder de otro [conocedor válido] porque no surge si la naturaleza de su objeto de comprensión no existe con el objeto.

Solo puede ser válido directo. Por ejemplo, a lo lejos percibimos el color rojo del fuego pero dudamos si es el color rojo del fuego o no. En realidad es el color rojo del fuego pero no lo distinguimos por la distancia. El color rojo se percibe pero requiere de la validación en el sentido de si es el color rojo del fuego o no.

En este caso el color rojo que se percibe es infalible porque se conoce, pero se duda si es el color rojo del fuego o no. Hasta que no nos acerque no sabremos con claridad si es el color rojo del fuego o no.

Se percibe el color rojo pero para inducir la validación se necesita del poder de otro conocedor válido con respecto a que no surge este conocimiento si la naturaleza del objeto de comprensión no existe con el objeto.

También si percibimos una funda de gafas negra por nosotros mismos sería válido que induce a la validación por si mismo, pero si la percibimos desde lejos dudamos si es o no la funda de las gafas y no la podemos validar hasta acercarnos, por eso decimos que es valido que induce a la validación por otro.

**División terminológica**

- Conocedor directo inicial
- Conocedor directo desatento
- Conocedor directo que tiene una causa de equivocación

**Conocedor directo inicial cuando la validación es inducida por otro:** Sería el conocedor directo de los sentidos que percibe el color de la flor utpala en el continuo de una persona que es la primera vez que lo percibe.

Es una persona que nunca ha visto esta flor sino que la ve por primera vez y alguien le dice “este es el color de la flor utpala” gracias a esto la puede conocer. Por eso se dice que su validación es inducida por otro, porque otra persona le ayuda a validar que es el color de la flor utpala. Se da lugar a dos conocedores.

**Conocedor directo desatento cuando la validación es inducida por otro:** Es el conocedor directo de los sentidos que percibe sonidos en el continuo de una persona cuya mente está especialmente atraída por una bella forma.

**Conocedor directo que tiene una causa de equivocación cuando la validación es inducida por otro:** Es un conocedor directo de los sentidos que percibe el color de un espejismo que genera directamente la exageración que percibe el espejismo como agua.

---

<sup>12</sup> Otra definición en Lati RIMPOCHE, “¿que es la mente? explicación del budismo tibetano”, Ediciones Dharma, Alicante, 2006, p. 122: “Un conocedor nuevo e infalible que es incapaz de inducir verificación de que él mismo no hubiera surgido si la naturaleza final de su objeto de comprensión no residiera en el objeto, sino que tiene que depender de otro conocedor válido convencional posterior”.

### **Otra división terminológica de los conocedores válidos cuando la validación es inducida por otro**

- Conocedor válido cuando la validación de la apariencia es inducida por sí mismo pero el de la verdad por otro
- Conocedor válido cuando la validación de la generalidad es inducida por sí mismo pero el de lo particular por otro
- Conocedor válido cuando la validación incluso de la mera apariencia es inducida por otro

### **Conocedor válido cuando la validación de la apariencia es inducida por sí mismo pero la validación de la verdad por otro**

Por ejemplo un perceptor directo de los sentidos que percibe en la distancia un color rojizo que es el color del fuego y con respecto al cual un estado de conciencia conceptual tiene dudas y se pregunta “¿Es aquello el color del fuego o no?”.<sup>13</sup>

Hay dos validaciones:

- La validación inducida por sí mismo de la apariencia que sería el color rojo y
- La validación de la verdad inducida por otro que sería si la otra parte ha tenido que depender de otro para poder validarlo y saber si es el color del fuego o no.

Este punto da lugar a mucho debate sobre si el fenómeno que es aprehendido inducido a la validación por sí mismo es válido y el fenómeno cuya validación es inducida por otro no es válido.

Conocedor válido de la verdad inducido por otro sería el color del fuego y el color rojo que ha sido percibido sería válido por ser inducido por sí mismo. La validación inducida por otro no es válida sino solo la que es validada por sí mismo que sería su propio objeto de comprensión.

Guesela: Si ves a lo lejos el color rojo y no estas seguro de si es el rojo del fuego o no ¿cual sería tu objeto de comprensión?

Gala: el color rojo

Guesela: Cuando la validación es inducida por otro debe ser inducida por el poder de otro conocedor válido porque no surge si la naturaleza de su objeto de comprensión no existe con el objeto. En el directo de los sentidos ¿cual es su objeto de comprensión?

Gala: el color rojo. El objeto realmente es el fuego pero lo que percibes directamente es el color.

Guesela: Para poder conocer el color rojo del fuego necesitas de otro porque no surge si la naturaleza de su objeto de comprensión no existe con el objeto ¿Cual sería respecto a que no surge con respecto a la naturaleza de comprensión no existe con el objeto?.

---

<sup>13</sup> Lati RIMPOCHE, “¿que es la mente? explicación del budismo tibetano”, Ediciones Dharma, Alicante, 2006, p. 124: “En este ejemplo, el color rojizo es la apariencia respecto a la cual se induce la verificación por el propio perceptor directo sensorial. La verdad con respecto a la cual la verificación es inducida por otro es que, en realidad, la apariencia rojiza es el color del fuego. Un conocedor válido posterior tiene que inducir la verificación de esto.”

Gala: Porque no lo ves directamente, porque está lejos.

Guesela: ¿Sería color rojo o rojo del fuego?

Gala: sería el rojo del fuego.

Guesela: Se están percibiendo dos objetos: el color rojo y el color del fuego. Percibe el color rojo un conocedor válido que induce a la validación por sí mismo y el color del fuego se induce a la validación por otro.

Conocedor válido cuando la validación de la apariencia es inducida por sí mismo quiere decir que la validación por sí mismo de la apariencia es el color rojo y la validación inducida por la verdad de otro sería el color del fuego.

Lo que percibe directamente es el color rojo que sería la apariencia inducida por sí misma. También puede comprender que es el color del fuego pero para ello necesita de otro, por eso se le llama validación inducida por la verdad de otro.

Gala: ¿Porque un conocimiento inducido por la validación de otro es no válido?.

Guesela: No está bien decir que válido que induce a la validación de otro no es válido porque entonces ¿porque se llama válido? sino la parte de que su propio objeto de comprensión no es válido porque no ha comprendido el color del fuego, por eso en la definición se dice “debe ser inducida por el poder del otro porque no surge si la naturaleza de su objeto de comprensión no existe con el objeto”.

Es decir, necesita de otro para llegar a comprender su propio objeto de comprensión de que es el color del fuego, en esto es válido, pero no es válido respecto al color del fuego, no es válido respecto a su propio objeto de comprensión. Para inducir a la validación necesita del poder de otro conocedor válido por eso es válido.

### **Conocedor válido cuando la validación de la generalidad es inducida por sí mismo pero el de lo particular por otro**

Por un lado está la validación por sí mismo que se refiere a la generalidad como percibir a lo lejos un árbol con ramas y hojas respecto al cual una conciencia conceptual tiene dudas preguntándose “¿es un árbol Ashoka o no?” y por el otro lado sería la validación de lo particular por otro de que es un árbol Ashoka.

### **Conocedor válido cuando la validación incluso de la mera apariencia es inducida por otro**

Por ejemplo un perceptor directo sensorial que percibe azul que induce a una conciencia de duda que piensa “¿He visto lo azul o no?”. Ha percibido lo azul pero no sabe que se llama azul. También cuando vemos una persona pero no recordamos su nombre.

### **Otra clasificación terminológica de conocedores válidos**

- Conocedor válido que son personas
- Conocedor válido que es palabra
- Conocedor válido que es conciencia

**Conocedor válido que son personas:** Por ej. el Buda Shakyamuni. Un conocedor válido que sea persona no necesariamente tiene que ser un Buda. Se llama persona válida a la

que conoce sin error el camino a recorrer, lo que hay que adoptar y eliminar y que es capaz de aplicarlo y explicarlo a los demás.

**Conocedor válido que es palabra:** Por ej. la palabra del Buda, en concreto sería la rueda del dharma de las cuatro nobles verdades. También sería una persona que siempre dice la verdad y aunque un día diga una mentira la gente le sigue creyendo por ser muy honesto.

**Conocedor válido que es conciencia:** Por ej. un perceptor válido directo o un conocedor válido inferencial.<sup>14</sup>

Texto raíz

*Con respecto a que la enumeración sea definitiva, los conocedores ideales se dividen en dos: directos e inferenciales. Que más sean innecesarios y con menos no estaría completo, es el significado de que la enumeración de conocedores ideales se limita a dos, ya que los conocedores ideales se limitan a estos dos. Si alguien dice que la razón no está establecida: "Eso resulta [es decir, que la enumeración de conocedores ideales se limita a dos] porque la enumeración de objetos de comprensión está limitado a los dos, fenómenos caracterizados específica y generalmente.*

La enumeración de los conocedores válidos es definitiva porque se limita a los válidos directos e inferenciales donde uno de estos ve los fenómenos caracterizados específicamente y el otro los fenómenos caracterizados en su generalidad.

Texto raíz

*Dependiendo de este razonamiento, [todos los siguientes] son establecidos como una misma sustancia: los dos, consciencia conceptual y consciencia no-conceptual; los dos, consciencia equivocada y consciencia no-equivocada; los dos, consciencia de los sentidos y consciencia mental; los dos, mente y factor mental; y los dos, conocedor ideal y conocedor no-ideal.*

La escuela Sautántrica y probablemente la Chitamatra coinciden con esta exposición.

**Conciencia conceptual y consciencia no conceptual:** Ambas son de una misma sustancia porque el autoconocedor que es no conceptual es de la misma sustancia que una consciencia conceptual.

**Conciencia equivocada y no equivocada:** Ambas son de una misma sustancia porque todo lo que es a nivel conceptual es consciencia equivocada y es de la misma sustancia que una consciencia no equivocada que es el autoconocedor.

**Conciencia sensorial y mental:** Ambas son de una misma sustancia porque el autoconocedor experimenta las conciencias sensoriales y es de la misma sustancia que una consciencia mental.

**Mente (SEM) y factores mentales:** Ambas son una misma sustancia (lo hemos visto antes).

**Conciencia válida y no válida:** Ambas son de una misma sustancia que se refiere a que tenemos conciencias válidas como las directas y las inferenciales que son de una misma sustancia, incluso los conciencias subsiguientes son de una misma sustancia pero son conciencias no válidas.

<sup>14</sup> Nota del transcriptor: En el texto raíz de Purbuchok se mencionan así: "un perceptor directo o un conocedor inferencial".

De forma sencilla, el autoconocedor es de la misma sustancia que cuando experimentamos algo a nivel conceptual. Si es conciencia equivocada tiene que ser de la misma sustancia que el autoconocedor que lo experimenta pues sería ilógico que fueran sustancias distintas.

Por eso el texto raíz dice que “dependiendo de este razonamiento son establecidos como una misma sustancia”. Todos los anteriores son de la misma sustancia.

Texto raíz

*Si dice que no hay inclusión: "Resulta con respecto al sujeto, un conocedor inferencial, que todo lo que es una sustancia con un perceptor directo autoconocedor que lo experimenta debe ser una sustancia con ello, porque los dos, ello y el perceptor directo autoconocedor que lo experimenta, son una sustancia en establecimiento y existencia en términos de objeto, tiempo y naturaleza. Esto es porque es una consciencia."*

Terminamos el conocedor válido y seguimos con el conocedor no válido.

**23 Junio 2016**

De la división en siete de la mente hemos visto dos: la mente directa e inferencial. Ahora veremos las cinco restantes: mente subsiguiente, mente que supone correctamente, mente inatenta, mente que duda y conciencia errónea.

Guesela: ¿Cual es la distinción entre mente y conciencia?

Joaquin: Son lo mismo, es un conocedor.

Guesela: ¿Cual es la definición de perceptor directo?

Gabi: Es un conocedor libre de concepto y no equivocado

### **Conciencia no valida**

- Definición
- Divisiones

**Definición:** Conocedor que no es nuevo, ni infalible.

#### **Divisiones:**

1. Conocedor subsiguiente
2. Mente que supone correctamente
3. Mente inatenta
4. Conciencia que duda
5. conciencia errónea

### **Conciencia subsiguiente**

- Definición
- Divisiones

**Definición:** Es un conocedor que conoce lo ya conocido.

Guesela: ¿El segundo momento de una mente omnisciente [conocedor de todos los aspectos] es subsiguiente?

Jose: No

Guesela: Pero si hubo un primer momento y luego un segundo momento quiere decir que conoció el primer momento.

Jose: Pero el segundo momento tiene la suficiente fuerza como para considerarse válido.

Guesela: Pero si es el segundo momento quiere decir que hubo un primer momento en que lo conoció, por lo tanto, está conociendo lo que ya ha conocido.

Jose: Los dos momento son diferentes, de hecho la escuela Prasanguika admite como conocedor válido al conocedor subsiguiente.

Guesela: Pero estamos con la Sautantrica.

Guesela: Si dices que el segundo momento de una mente omnisciente es subsiguiente estás afirmando que no es válida.

Debemos entender el significado de conocer lo ya conocido. Llamamos mente subsiguiente a la que conoce lo que ya ha conocido que es el segundo momento. Pero la mente omnisciente no está conociendo lo ya conocido sino que tiene la fuerza suficiente para conocer sin basarse en lo ya conocido. Para esta escuela como no esta conociendo lo ya conocido el segundo momento de la mente omnisciente no es mente subsiguiente.

### **Divisiones**

1. Conciencia subsiguiente directa
2. Conciencia subsiguiente conceptual
3. Conciencia subsiguiente que no es ninguno de los dos

**Conciencia subsiguiente directa:** Es el segundo momento de un perceptor directo.

**Conciencia subsiguiente conceptual:** Es el segundo momento de haber comprendido que el sonido es impermanente.

**Conciencia subsiguiente que no en ninguno de los dos:** El autor lo ha puesto para incitar el debate porque en realidad conciencia subsiguiente solo son de dos tipos. Sería el segundo momento de un conocedor válido que no es un conocedor válido directo, ni un conocedor válido conceptual.

### **Conciencia subsiguiente directa**

#### **Divisiones**

1. Conciencia subsiguiente directa de los sentidos
2. Conciencia subsiguiente directa mental
3. Conciencia subsiguiente directa autoconocedora
4. Conciencia subsiguiente directa yóguica
5. Conciencia subsiguiente directa que no es ninguna de las cuatro

**Conciencia subsiguiente directa de los sentidos:** Sería el segundo momento de un perceptor directo sensorial que percibe azul.

**Conciencia subsiguiente directa mental:** Sería el segundo momento de clarividencia que conoce la mente de otro.

**Conciencia subsiguiente directa autoconocedora:** Sería el segundo momento de un autoconocedor.

**Conciencia subsiguiente directa yóguica:** Sería el segundo momento de un perceptor directo yoguico.

**Conciencia subsiguiente directa que no es ninguna de las cuatro:** Sería el segundo momento de un perceptor directo.

Guesela: ¿Como se divide el perceptor directo?

Kike: Perceptor directo de los sentidos, mental, autoconocedor y yoguico.

Guesela: Según esto tendría que haber una quinta clasificación que se llame *que sea ninguna de los cuatro anteriores*.

Pero no hay que menospreciar esta quinta clasificación porque conocedor directo no es directo de los sentidos, ni directo mental, ni directo autoconocedor, ni directo yóguico. Como no es ninguno de los cuatro por eso se incluye la quinta clasificación.

## **Conciencia subsiguiente conceptual**

### **Divisiones**

1. Conciencia subsiguiente conceptual que es inducido por un perceptor directo
2. Conciencia subsiguiente conceptual que es inducido por un conocedor inferencial

**Conciencia subsiguiente conceptual que es inducido por un perceptor directo:** Si vemos muy bien el color azul de una flor y luego lo recordamos sería a nivel conceptual inducido por un perceptor directo o si escuchas una canción y luego la recuerdas.

**Conciencia subsiguiente conceptual que es inducido por un conocedor inferencial:** Es el segundo momento de un conocedor inferencial.

Kike: Al final todos son conocedores inducidos por un perceptor directo porque de alguna manera si ves una inferencia del fuego, el fuego ya lo viste antes a través de una percepción directa.

Guesela: Pero si por ej. alguien antes de ir a México tiene una idea de como es sin haber estado allí es un conocimiento que no es inducido por un perceptor directo o si pensamos que la India es sucia y que hace mucho calor esto no ha sido inducido por un perceptor directo. También tenemos un concepto sobre lo que puede ser la vacuidad por escuchar enseñanzas pero no por un perceptor directo que induzca a la vacuidad.

En Onteniente se dijo que todos los fenómenos son meramente imputados y alguien contestó que si en una montaña no habían personas ¿quien etiquetaba?, pero lo imputan otros seres como los del lugar porque no necesariamente tiene que etiquetar un ser humano.

## **Mente que supone correctamente**

- Definición
- Divisiones

**Definición:** Es un conocedor determinativo concordante con los hechos, falible respecto a la determinación de su propio objeto.

*Conocedor determinativo* significa que necesariamente es conceptual y respecto a su propio objeto de determinación [objeto conceptual] es falible, aunque en muchas ocasiones es infalible. En ese momento es falible porque puede cambiar de opinión en cualquier momento.

La mayor parte de nuestra práctica es mente que supone correctamente como el precioso renacimiento humano, impermanencia y muerte, ley de causa y efecto, etc. Esta mente no es mala porque gracias al análisis surge un conocimiento certero sobre ello.

En el contexto del Tantra la meditación sobre el estadio de generación es conciencia que supone correctamente, por lo tanto, es falible porque respecto a su objeto de determinación todavía no es un conocimiento certero.



Paloma: ¿La mayoría de conciencias que suponen correctamente son infalible?

Guesela: Son falibles porque todavía no tiene certeza sobre su propio objeto de determinación u objeto conceptual sino que casi está seguro, por eso es falible. Este conocimiento falible te lleva a un conocimiento infalible pero por el momento en relación a su objeto no es certero por eso es falible.

Algunos eruditos dicen que la mente que supone correctamente comprende su objeto por lo tanto, es infalible, pero eruditos de los textos que se dan en el monasterio de Sera Je o de Ganden Shartse dicen que respecto a su objeto es falible, es decir que no lo comprende pero va a volverse un conocimiento nuevo e infalible, por ej. la mente de renuncia, de la bodichita y la visión de la vacuidad son conciencias que suponen correctamente. Al comienzo son mente que supone correctamente pero con la familiarización se obtiene certeza respecto a su objeto de determinación. La mente que supone correctamente nos acerca a su comprensión.

Si compramos algo muy bonito pero barato pensamos “será chino”, esta es una mente que supone correctamente y gracias a ella empezamos a investigar si es chino o no buscando su etiqueta hasta llegar a la certeza de que es chino. En ese momento se convierte en un conocimiento infalible pero mientras no estamos muy seguros es una conciencia que supone correctamente que es falible.

Paloma: Si no está hecho en China ¿que conciencia sería?

Guesela: Saber que no está hecho en China sería una mente totalmente falible porque no llega a conocer que es de China. Inicialmente supones que es chino por eso es falible pero cuando encuentras la etiqueta que dice “hecho en china” se convierte en infalible, pero si dice hecho en otro lado es falible. Por lo tanto, la mente que supone correctamente después de investigar se vuelve un conocimiento falible o infalible.

Yari: ¿Entonces la certeza de la que estamos hablando es lo que se conoce como *logro*?

Guesela: Esa palabra es compleja porque traducida como *logro* es en el contexto de Tantra y no en este contexto que es llegar a comprender algo. La tendencia es que lo que comprendes sea correcto y se vuelva infalible, por eso es beneficiosa esta mente.

Si piensas que el sonido es impermanente es una conciencia que supone correctamente porque todavía no lo has comprendido de manera certera, pero llegará un momento en que lo comprendes. Suponer que debe ser así es algo que nos beneficia.

Yari: Es en el contexto de meditar para obtener un logro.

Guesela: Esos son los resultados que vas a adquirir o los objetivos de meditar. Los logros son como la comida que todavía no la comes pero te huele bien. El logro será cuando te lo puedas comer directamente. Si practicas y te familiarizas con ello, en algún momento vas a conseguir los logros que son como cuando empieza a salir el sol y conforme va avanzando el día llega un momento en que se pone por completo. De eso se trata, de familiarizarnos hasta conseguir los logros, pero es un proceso. Cuando sale el sol es muy agradable pero primero va saliendo poco a poco.

Gabi: ¿Cuando se dice que puede cambiar de opinión fácilmente es debido a la fuerza del hábito de suponer incorrectamente?

Guesela: En realidad, la conciencia que supone correctamente puede cambiar porque no has investigado lo suficiente. En cambio si lo has investigado y lo sabes no vas a cambiar de opinión porque ya lo has comprendido.

### **División**

1. Conciencia que supone correctamente que no tiene una razón
2. Conciencia que supone correctamente que tiene una razón contradictoria
3. Conciencia que supone correctamente cuando la razón es indefinida
4. Conciencia que supone correctamente cuando la razón no está establecida
5. Conciencia que supone correctamente que tiene una razón pero no está probada

**Conciencia que supone correctamente que no tiene una razón:** Si alguien nos dice “el sonido es impermanente” y tomamos esta idea sin reflexionarla ni cuestionarnos, no hay una razón que la sostenga.

**Conciencia que supone correctamente que tiene una razón contradictoria:** Si pensamos que el sonido es impermanente porque es signo de que está vacío de ser capaz de realizar una función o porque es permanente.

El sonido es impermanente pero lo sustentamos en una razón opuesta a esa afirmación. Esto pasa porque hay diferente tipo de pensamientos.

**Conciencia que supone correctamente cuando la razón es indefinida:** Si pensamos que el sonido es impermanente porque es objeto de comprensión. Decir que es objeto de comprensión no nos dice mucho o no es razón suficiente para delimitar que es impermanente.

Guesela: ¿Objeto de comprensión es sinónimo de que?

Jose: De existente, de base establecida.

**Conciencia que supone correctamente cuando la razón no está establecida:** Si pensamos que el sonido es impermanente porque objeto de percepción de la conciencia visual. Es una razón que no está establecida porque estamos hablando del sonido y la razón es que es objeto de la conciencia visual que es una razón no lo sustenta.

Paloma: ¿También sería no establecida si se dice que es impermanente porque es objeto de percepción de la conciencia auditiva?

Guesela: No cabría en esta clasificación porque se trata de poner una razón que no corresponda a la afirmación como en este caso el sonido no tiene nada que ver con la conciencia visual.

Paloma: Pero escucharlo tampoco parece que sea una razón que establezca que el sonido es impermanente.

Guesela: No es la razón correcta para establecer que el sonido es impermanente pero va conforme al objeto porque es una conciencia auditiva, por tanto, no es una razón que

discrepe del objeto que mencionamos. No es una razón correcta pero es establecida porque va conforme al objeto.

**Conciencia que supone correctamente que tiene una razón pero no está probada:** Si piensas que el sonido es impermanente porque es un producto, esta razón no es correcta porque la persona todavía no tiene la certeza de un conocimiento válido porque no ha investigado que el sonido es un producto. Todavía no ha hecho la conexión de que el sonido es un producto.

Para que la razón sea correcta todo debe ser adecuado que quiere decir que la persona sepa que el sonido es un producto y que pueda relacionarlo con que el sonido es impermanente por ser un producto.

### **Mente inatenta**

**Definición:** Es un conocedor que es el punto común de tener la apariencia clara del fenómeno caracterizado específicamente que es su propio objeto de aplicación y de ser incapaz de inducir a la certeza con respecto al fenómeno caracterizado específicamente que es su propio objeto de aplicación.

Es un tipo de mente necesariamente no conceptual. No tiene divisiones pero en el texto nos ponen ejemplos para entenderla.

1. Un perceptor directo sensorial que percibe el color azul y duda ¿“He visto o no azul?”.
2. Perceptores directos mentales en el continuo de una persona ordinaria que percibe los cinco objetos como forma, etc.
3. El autoconocedor que experimenta los perceptores directos mentales en el continuo de una persona ordinaria.

En los dos últimos ejemplos partimos de una persona ordinaria cuyo perceptor directo mental es inatento. Algunos conceptos surgen de la percepción directa anterior porque cuando pasa de ser perceptor directo a ser conceptual es directo mental, pero esto dura muy poco en las personas ordinarias.

En el capítulo 3 del texto *Comentario a la cognición válida* mencionan como se divide el tiempo. Un chasquido de los dedos se divide en 65 momentos, uno de estos momentos sería lo que dura el perceptor directo mental en los seres ordinarios. Para reconocer con certeza este momento del perceptor directo mental debemos tener el logro de la impermanencia sutil.

Igual sucede con el autoconocedor que experimenta los perceptores directos mentales cuya duración es de un instante de los 65 momentos en que se divide el tiempo.

David: ¿Las personas ordinarias no tienen un conocedor directo sensorial ni directo mental subsiguiente?

Guesela: Por eso al perceptor directo lo dividimos en tres: directo válido, subsiguiente y mente inatenta.

**Mente que duda**

**Definición:** Es un conocedor que por su propio poder no está seguro entre dos alternativas.

Algunos eruditos dicen que la duda está en la mente (SEM) y en los factores mentales omnipresentes; otros dicen que esta en la mente (SEM) y no en los cinco factores mentales omnipresentes.

Esta la mente (SEM) y los factores mentales, para nuestra visión normal la duda está tanto en la mente (SEM) como en los factores mentales omnipresentes pero según la postura de este texto la duda no está en la mente (SEM) sino en los factores mentales omnipresentes.

La mente (SEM) siempre esta acompañada de los cinco factores mentales omnipresentes y se divide en los 6 aspectos de conciencia. Este texto dice que si la duda está en la mente (SEM) tendríamos que poner un séptimo aspecto de conciencia, por eso la duda no puede estar en la mente (SEM) y sí está en los factores mentales omnipresentes, por ej. la duda de si el sonido es impermanente o no, es independiente de los seis aspectos de conciencia aunque la acompañan.

Kike: Estamos relacionando la división en siete de la mente con la división en dos, en este caso la duda con la mente y los factores mentales. ¿El resto de la divisiones en siete como se relaciona con la división en dos?.

Guesela: Se relaciona igual porque la mente (SEM) esta acompañada de los cinco factores mentales omnipresentes haciendo un total de 6 y si aparece la duda o la mente inatenta serían 7 o pueden ser mas de 7 junto con el resto de factores mentales que la acompañan.

Es decir, la conciencia subsiguiente no aparece aparte de la mente (SEM) y los factores mentales sino con la mente (SEM) que está acompañada de los cinco factores mentales omnipresentes haciendo un total de 7 y si aparecen el resto de factores mentales pueden llegar a ser hasta 12.

Kike: ¿El conocedor válido directo y el válido inferencial no caben solo en mente (SEM) sino que también pueden ser un factor mental?

Guesela: No se puede decir que el conocedor válido inferencial es mente (SEM) o un factor mental porque no es ninguno de los dos, pero tanto el conocedor válido directo como el válido inferencial están con la mente (SEM) y los factores mentales.

La mente que duda no es mente (SEM) ni factor mental, aunque en otros textos se dice que es mente (SEM) o factor mental. En este contexto se dicen que toma el aspecto de la duda pero la duda no son los factores mentales.

Falta por ver la conciencia errónea. En septiembre daremos mente (SEM) y factores mentales de forma extensa y profunda así traer el tema leído.

**30 Junio 2016****Repaso de la clase anterior**

Estamos en el último de los siete tipos de mente que es la mente errónea. La siguiente parte que veremos es la mente (SEM) y los factores mentales que es la parte de mayor peso.

Este texto lo estudiamos para entender cuales son las mentes correctas y las mentes equivocadas y así procurar tener las mejores mentes para tener un conocimiento válido.

La última clase hablamos de la duda y su relación con la mente la mente (SEM) y los factores mentales por ej. si hay un grupo de siete y una de ellas es el líder el resto de personas le siguen, la duda sería como el líder, como se dice en el texto la duda es el que tiene el poder y el resto que le siguen serían los 5 factores mentales omnipresentes y la mente (SEM).

Por eso se dice “por el poder de esta” refiriéndose a la duda que arrastra la mente (SEM) y los factores mentales omnipresentes. Lo mínimo que puede haber es la mente (SEM), mas los 5 factores mentales omnipresentes y la duda haciendo un total de 7, pero pueden haber mas.

Para la escuela Sautantrica la duda está aparte de la mente (SEM) y los factores mentales omnipresentes, por eso no es mente (SEM) ni factores mentales omnipresentes. Según esta escuela por el poder de la duda no se decide entre dos alternativas. Pero para otra escuela cuando la duda aparece invade a la mente (SEM) y a los factores mentales omnipresentes por sus similitudes por eso se dice que mente (SEM) y factores mentales también son duda.

La duda no necesariamente es mala sino que puede ser muy beneficiosa porque cuando surge nos cuestionarnos sobre algo y buscamos la respuesta. Cuando encontramos la respuesta tenemos un conocimiento certero que se asienta.

Otro tipo de duda es la de los 6 factores mentales raíz que es una mente aflictiva que hace que nos cuestionemos acerca del karma, de la existencia de las vidas futuras y pasadas, etc.

**Divisiones de la duda**

1. Duda que tiende a lo correcto
2. Duda equilibrada
3. Duda que tiende a lo incorrecto

**Duda que tiende a lo correcto:** Cuando alguien piensa que a lo mejor existen vidas pasadas.

**Duda equilibrada:** Cuando alguien no esta seguro de si hay vidas pasadas o no y no cree ni deja de creer en ello.

**Duda que tiende a lo incorrecto:** Cuando alguien que no esta convencido de que existan vidas pasadas cree que no existen.

Son ejemplos de dudas en relación a lo virtuoso, a lo no virtuoso y duda neutra que sería si dudamos por ej. a donde ir de vacaciones.

### **Continuamos con el comentario**

#### **Conciencia Errónea**

- Definición
- Divisiones

**Definición:** Es un conocedor que comprende su propio objeto de un modo erróneo.

#### **Divisiones**

1. Conciencia errónea conceptual
2. Conciencia errónea no conceptual

**Conciencia errónea conceptual:** Es un concepto que percibe erróneamente, por ej. el aferramiento a la identidad y a la existencia inherente del sonido.

#### **Conciencia errónea no conceptual**

##### **Divisiones:**

- Conciencia errónea no conceptual mental
- Conciencia errónea no conceptual sensorial

**Conciencia errónea no conceptual sensorial:** Por ej. ver una montaña nevada azul o ver una caracola blanca de color amarillo por una enfermedad.

**Conciencia errónea no conceptual mental:** Por ej. la conciencia del sueño que ve claramente como azul el azul del sueño. Esta soñando y se le aparece el color azul a nivel de la conciencia mental.

Es errónea porque la conciencia del sueño está percibiendo un color que no es esfera de forma porque en el sueño no se percibe la esfera de forma. La conciencia mental percibe la esfera de fenómeno y en el sueño está percibiendo una forma de color azul cuando no existe como azul porque es un sueño.

Guesela: ¿De la esfera de fenómeno cual sería la esfera de forma?

Jose: Color y forma.

Guesela: En el texto *Abidharmakosha* hablamos de las esferas, para que sea esfera de forma debe ser percibido por una conciencia visual ¿quien puede percibir la esfera de fenómeno?

Jose: La conciencia mental.

Guesela: Unica y exclusivamente puede percibir la esfera de fenómeno la conciencia mental. En este caso, la esfera mental esta percibiendo un color en el sueño pero para que sea un color debe ser esfera de forma que solo puede ser percibida por la conciencia

visual. Como en el sueño percibimos el color a través de la esfera de fenómeno y no de la esfera de forma sería un error.

Con esto terminamos con la división de la mente en siete.

Kike: Si el sueño es esfera de fenómeno ¿sería similar a imaginar o pensar en una manzana que sería conceptual?

Guesela: No es lo mismo porque cuando sueñas la conciencia mental percibe la manzana que es no conceptual pero si la recuerdas es conceptual. Cuando ves un color en el sueño es a nivel de la conciencia mental pero en realidad no estas percibiendo el color por eso es una conciencia errónea a nivel no conceptual.

Hay distintos tipos de sueños pero cuando nos despertamos y recordamos lo que soñamos es a nivel conceptual y mientras estamos en el sueño es a nivel no conceptual.

Tenemos seis conciencias, las cinco consciencias sensoriales son las mas burdas y la conciencia mental es mas sutil. La conciencia mental puede ser conceptual y no conceptual. La conciencia mental conceptual es burda, mientras que la conciencia mental no conceptual es sutil. La mas sutil de las conciencias mentales no conceptuales sería el sueño y aún mas sutil sería la conciencia cuando morimos. En el contexto del Sutra porque en el contexto del Tantra se llama *luz clara*.

En resumen, de la división en dos de la mente ya hemos visto la conciencia válida y no válida ahora veremos la segunda división en dos de la mente.

## **Conciencia conceptual y no conceptual**

### • Definición

**Conciencia conceptual [se aplica en la eliminación]:** Es un conocedor determinativo que percibe una generalidad de sonido y una generalidad del significado como apropiados para ser mezclados -conciencia equivocada-.

**Conciencia no conceptual [se aplica colectivamente]:** Libre de ser un conocedor determinativo que percibe una generalidad de sonido y una generalidad de significado como adecuados para ser mezclados.

Esta mente no está equivocada respecto a su objeto aparente por que está basada en percibir la particularidad de las características del fenómeno.

### **Mente que se aplica en la eliminación o se aplica colectivamente<sup>15</sup>**

Esta clasificación es lo mismo que conceptual y no conceptual. Se refiere a que aprehende el objeto en su colectividad o por su eliminación. Mientras que la división de conceptual y no conceptual es desde el punto de vista de cómo aparece el objeto a la mente en este caso uno está viendo las características particulares y el otro está viendo la generalidad del significado.

<sup>15</sup> Lati RIMPOCHE, “¿que es la mente? explicación del budismo tibetano”, Ediciones Dharma, Alicante, 2006, p. 140 ss: “La definición de una conciencia que es un implicador eliminatorio es un conocedor que implica su objeto por el poder de la terminología. La conciencia que es un implicador eliminatorio y la conciencia conceptual son sinónimos. La definición de una conciencia que es un implicador colectivo es un conocedor que implica su objeto por el poder del fenómeno. La conciencia que es un implicador colectivo es sinónimo de las conciencias no-conceptuales”.

**Mente que se aplica en la eliminación:** La conciencia conceptual utiliza la generalidad de significado porque a nivel conceptual solo se ve el objeto por eso se dice que se aplica en la eliminación. En cambio si lo percibes a nivel no conceptual incluye todo lo que el objeto lleva consigo como su impermanencia y demás características incluso sus particularidades, por eso se dice que se aplica colectivamente.

**Mente que se aplica colectivamente:** A nivel no conceptual percibimos la vasija con todas sus características como impermanencia, etc., pero no significa que lo hayamos comprendido porque entendimos que es una vasija pero no sus características, por eso se dice que es no equivocada.

### **Conciencia equivocada y no equivocada**

#### • Definición

**Conciencia equivocada:** Serían la conciencia conceptual y las conciencias erróneas. La conciencia no conceptual equivocada es una conciencia errónea. La conciencia conceptual necesariamente es equivocada pero la conciencia no conceptual puede ser equivocada y no equivocada.

*[Lati rimpoche: “ (...) entre los siete tipos de conciencias y conocedores, la **conciencia equivocada y el perceptor directo** son contradictorios -no hay nada que sea los dos-. Entre el **conocedor inferencial y la conciencia equivocada** existen tres posibilidades -todos los conocedores inferenciales son equivocados pero hay conciencias equivocadas que no son conocedores inferenciales, como las conciencias que suponen correctamente-. Entre el **conocedor subsiguiente y la conciencia equivocada** existen cuatro posibilidades -hay conocedores subsiguientes que no son equivocados, como el segundo momento de un perceptor directo y existen conciencias equivocadas que no son conocedores subsiguientes, tal como el primer momento de un conocedor inferencial-. Entre la **conciencia que supone correctamente y la conciencia equivocada** existen tres posibilidades -todas las conciencias que suponen correctamente son conciencias equivocadas, pero no viceversa-. Las **conciencias a las que aparece el objeto pero no lo verifican y las conciencias equivocadas** son contradictorias -pues las conciencias a las que aparece el objeto pero no lo verifican son necesariamente inequívocas-. Entre la **conciencia que duda y la conciencia equivocada** existen tres posibilidades, pues todas las conciencias dudosas son equivocadas. Existen, también, tres posibilidades entre las **conciencias erróneas y las conciencias equivocadas**. Cualquier conciencia errónea es una equivocada, peor hay conciencias equivocadas que no son erróneas, como un conocedor inferencial que comprende la impermanencia del sonido.” ]*

**Conciencia no equivocada:** Es un conocedor que no está equivocado respecto a su objeto aparente. Es sinónimo de conocedor directo<sup>16</sup>.

### **Conciencia sensorial y mental**

**Conciencia sensorial:** Es un conocedor producido dependiendo de su propia condición potenciadora no común que es un poder sensorial.

**Conciencia mental:** Es un conocedor producido dependiendo de su propia condición potenciadora no común que es el poder mental.

De las seis divisiones en dos de la mente hemos visto cinco, la única que falta es mente (SEM) y factores mentales.

<sup>16</sup> Nota del transcriptor: Sacado de Lati RIMPOCHE, “¿que es la mente? explicación del budismo tibetano”, Ediciones Dharma, Alicante, 2006, p. 133.



## **DIVISIÓN EN TRES DE LA MENTE**

- **Conciencia conceptual.** Nombre largo<sup>17</sup>: conciencia conceptual que toma una generalidad de significado como su objeto aprehendido.
- **Conciencia no conceptual no equivocada.** Nombre largo: conciencia no conceptual no equivocada que toma un fenómeno específicamente caracterizado como su objeto aprehendido.
- **Conciencia no conceptual equivocada.** Nombre largo: conciencia no conceptual equivocada que toma un fenómeno inexistente que aparece claramente como su objeto aprehendido.

El principal consejo para las vacaciones es que no desperdiciéis el tiempo.

---

<sup>17</sup> Nota del transcriptor: Sacado de Lati RIMPOCHE, "¿que es la mente? explicación del budismo tibetano", Ediciones Dharma, Alicante, 2006, p. 110.

**Establecer una buena motivación**

La primavera ha terminado igual que el verano y ahora estamos en otoño que también llegará a su fin. Tener las condiciones necesarias para reunirnos de nuevo no es fácil ya que por mi salud en algún momento puedo dejar de acompañarlos, por eso debemos alegrarnos.

Ya que somos tan afortunados debemos generar y mantener una buena motivación para que las acciones físicas, verbales o mentales que realicemos sean virtuosas. Estudiamos para ser buenas personas y conseguirlo está en nuestras manos a través de la motivación.

Como en el mundo muchas personas están sufriendo por las guerras, epidemias, desastres naturales, etc., debemos hacer algo para ayudarles. El budismo dice que si podemos ayudarles lo hagamos pero si no podemos debemos hacer oraciones para que sus problemas se pacifiquen, con este objetivo vamos a recitar las Alabanzas a las 21 Taras.

Si no podéis recitarla las Alabanzas a las 21 Taras pensar que estas oraciones que están realizando los demás se cumplan y que sea para el beneficio de los seres. Si tenemos problemas personales cuando hagamos esta oración debemos pensar que al igual que nosotros estamos padeciendo estos problemas hay muchos seres que están pasando por una situación similar y desear que todos sus problemas se pacifiquen porque no es correcto hacer las oraciones pensando en solucionar nuestros problemas.

**La importancia del estudio de Lo rig**

Este tema es acerca de la mente y sus divisiones. Es un tema muy importante porque nos ayuda a conocer nuestra mente por ej. sentir en un día caluroso aire fresco es placentero pero si nos clavamos una espina es desagradable, ambas situaciones dependen de nuestra mente por eso necesitamos reconocer las mentes buenas y las malas ya que una nos trae felicidad y la otra sufrimiento.

En general en este mundo hay dos tipos de religiones, las que creen y las que no creen en un dios creador. En el budismo no se cree en la existencia de un dios creador porque nosotros mismos somos los que creamos nuestro bienestar y nuestro sufrimiento y no alguien ajeno a nosotros. Por lo tanto, hay un creador de nuestra felicidad y sufrimiento que es la mente.

De acuerdo al budismo no hay un ser que nos ha creado ni haya creado este mundo sino que nuestra propia mente crea nuestra felicidad o sufrimiento por eso es importante conocerla. Si conocemos la mente que nos trae bienestar y la que nos trae sufrimiento que son los engaños, podremos cambiar nuestra mente y dirigirla hacia la felicidad que buscamos.

Supongamos que alguien nos genera un problema y pensamos que es el culpable y lo vemos como nuestro enemigo, esta mente es mala, así como la mente que piensa que los demás son responsables de nuestra felicidad.

También es negativo arrepentirnos de haber realizado acciones virtuosas y como resultado experimentamos sufrimiento, pero si nos arrepentimos de haber realizado una acción negativa es virtuoso y como resultado experimentamos felicidad, incluso disminuye la fuerza de la negatividad. Estos ejemplos demuestran que lo virtuoso y lo no virtuoso dependen de nuestra propia mente.

Guesela: ¿Que hace que el arrepentimiento sea virtuoso o negativo?.

Jose: La motivación que lo acompaña

Guesela: No depende de la motivación.

Carlo: Depende del objeto.

Guesela: Es correcto, por ej. si después de hacer postraciones nos duele el cuerpo y nos arrepentimos de haberlas hecho, este arrepentimiento es negativo.

Estos son ejemplos de lo importante que es conocer nuestra mente. Lo rig significa conocer nuestra mente para distinguir la mente que necesitamos de la que no necesitamos y así tener mas claro lo que debemos cultivar.

Un sutra dice “uno puede convertirse en su mejor amigo así como en su peor enemigo”. Significa que si conseguimos subyugar nuestros engaños somos nuestro mejor amigo pero si permitimos que nuestra mente esté dominada por los engaños somos nuestro peor enemigo porque estamos creando mas causas de sufrimiento.

Cuando conocemos en profundidad nuestra mente sabemos como trabajar con nuestros pensamientos, así cuando surge un problema sabemos como dirigir nuestra mente y sea cual sea el problema que tengamos vamos a tener una mente paciente, tolerante, tranquila y feliz. En cambio, si no conocemos profundamente nuestra mente nos encerramos en nosotros mismos con una visión muy pequeña de la realidad y cualquier problema pequeño se nos vuelve insoportable teniendo mucho miedo, angustia y una mente infeliz.

Yari: Estamos hablando acerca de cómo conoce la mente cuando se encuentra con su objeto y se dice que la mente surge ¿como es que la mente surge? ¿es como un espejo en el que se refleja el objeto?. En relación con el karma por ejemplo se dice que tres seres que ven un vaso de líquido uno ve néctar, otro pus y sangre y otro agua ¿cómo se relaciona el surgimiento de mente con el karma.

Guesela: Para que la mente sea capaz de surgir tiene que haber un objeto, la mente que lo percibe y el acto de encontrarse la mente con el objeto. Tienen que estar estas tres partes para que surja la mente.

Respecto a las tres visiones de los seres sobre el vaso de líquido, por ejemplo actualmente para nosotros la tierra es redonda pero la descripción del mundo de Vasubandhu, Asanga y Vajradara es que el universo es el monte meru, los cuatro continentes, etc., ¿porque en su momento se describió el mundo así y ahora se describe de otra manera? porque depende del conocimiento que se desarrolla, un conocimiento va en aumento y otro disminuyendo. También depende de las condiciones en que vivimos

porque actualmente estamos en una era de tecnología que permite ver a los científicos que el mundo es redondo, pero no quiere decir que la visión de Vasubandhu y Vajradara sea equivocada.

En el texto de *Abhidharma* de Vasuvandu, de *Compendio de conocimiento* y de *La rueda del tiempo* describen el universo como se describe en el ofrecimiento de mandala y es válido porque esta basado en la percepción que se tiene de acuerdo al desarrollo de su conocimiento, de lo contrario se caería en el error de pensar que Vajradara se ha equivocado y pierda validez el ofrecimiento de mandala que hacemos.

Por eso se dice que hay distintas percepciones dependiendo del conocimiento en que se basa, por eso ambas descripciones son válidas.

Pero no cualquier espíritu hambriento ve el líquido como pus y sangre sino el que tiene un karma peor al igual que no todos los dioses ven el líquido como néctar sino el que tiene un karma mas elevado y el humano ve el líquido como agua. Los tres tipos de seres perciben diferente debido al poder de su karma. Entonces, por el poder de su karma tiene una percepción, un objeto y el acto de percibir. Por el poder de su karma percibe el objeto de distinta manera.

Una estrofa del Bodisatvacharyavatara dice: “no es que esté el caldero y los guardianes esperando por ti en los infiernos, como tampoco están las deidades preciosas esperando para complacerte en el reino de los dioses sino que por la fuerza de tus acciones creas ese lugar”, por lo tanto no es gracias a algo ajeno a ti.

Es decir, la percepción, el objeto percibido y el acto de percibir, estas tres condiciones, surgen por la fuerza de nuestro karma, por ej. un preta ver un árbol sin frutos para alimentarse por la fuerza de su karma. Las tres partes se crean por la fuerza del karma. La percepción del preta es válida porque es el objeto que aparece ante su mente por la fuerza de su karma.

Pero el karma no va por un lado y la mente por otro sino que donde va nuestra mente va nuestro karma. Karma significa acción y es algo que se produce en base a la mente. Si tengo una mente virtuosa realizo acciones virtuosas y si tengo una mente negativa realizo acciones negativas porque el karma depende de la mente. Significa que el karma o acción está relacionado o depende de la mente.

Kike: Me resulta difícil pensar como el karma puede crear esas condiciones donde existen otros seres que te dañan o complacen.

Guesela: Por eso se dice que la mente es el creador de todo. Si adiestras bien tu mente estas creando las tierras puras porque cuando alguien se convierte en un Buda tiene su propia tierra pura pero esta tierra pura no te esta esperando sino que la crea tu mente. Cuando eliminas por completo todos los oscurecimientos de tu mente y desarrollas todo su potencial máximo creamos este lugar.

Kike: ¿Pero la mente no crea a los demás seres?

Guesela: Nuestra mente es luminosa y se compara con el azul del cielo que a veces no vemos porque está cubierto con nubes pero cuando se van las nubes podemos ver con

claridad su espacio azul. Nuestra mente es igual, cuando eliminamos sus oscurecimientos como nuestra mente es clara y luminosa salen a la luz estas cualidades y creas el lugar perfecto para ti rodeado de condiciones favorables.

### **Continuamos con el comentario del texto**

El texto que estamos siguiendo esta compuesto por Jampa Rinpoche tutor del XIII Dalai Lama. El texto que vamos a seguir para explicar la mente y los factores mentales fue compuesto por Yeshe Gyaltsen quien fue el tutor del VIII Dalai Lama.

Las primeras páginas de este texto son la alabanza y la cita de otros textos, pero no nos detenemos en ello. El autor dice que es muy importante entender los aspectos de conciencia y los factores mentales y va a hacer una **breve presentación de la mente (SEM) y los factores mentales**<sup>18</sup>.

### **Mente (SEM) y los Factores Mentales**

1. Definición de mente (SEM) y los factores mentales y sus divisiones
2. Resumen de los puntos sobresalientes y como llevarlo a la práctica

#### **Definición de la mente (SEM) y los factores mentales y sus divisiones:**

- Explicación de los aspectos de conciencia (SEM)
- Explicación de los factores mentales

**Explicación de los aspectos de conciencia:** Para distinguir entre la mente (SEM) y los factores mentales el autor se basa en el texto de Maitreya llamado *Discriminación entre el centro y los extremos* [*Sans. Madhyantavibhaga*] que dice “aquello que ve un objeto es aspecto de conciencia [mente (SEM)] y aquello que ve sus atributos es factor mental”.

Quiere decir que cuando distinguimos entre azul, amarillo, verde, agradable, desagradable, frío o caliente es un atributo específico, por lo tanto, es un factor mental. Se cita el texto de Vasubandhu *Tesoro de conocimiento* que dice “cada aspecto de conciencia conoce su propio aspecto”, es decir, cada uno tiene su propio objeto a conocer.

También se dice que la mente (SEM) que son aspectos de conciencia es un conocedor de la entidad de un objeto solamente, mientras que los factores mentales son un conocedor que basándose en la observación de ese objeto percibe el objeto por medio de aislarlo de los demás atributos como su función, etc., ve las características del objeto aisladas por eso es un factor mental.

Como dijo Gyelsab Je en su texto *La esencia de un océano de conocimiento* que es un comentario al *Compendio de conocimiento* “la mente (SEM) o mente principal tal como la conciencia sensorial que aprehende forma se explica que conoce cada uno de los aspectos de su objeto, así que la mente (SEM) no depende de que se produzca una de las conciencias determinantes, mas bien se distingue meramente observando forma”. Quiere decir que la mente (SEM) o aspecto de conciencia solo observa su objeto como el aspecto de conciencia visual que solo percibe forma mientras que los factores mentales “ven cada una de las funciones del objeto tales como haber tomado dicha observación de

---

<sup>18</sup> Nota del traductor: Esta en la pagina 10 del texto raíz.

la forma como su base, desplazar la mente hacia el objeto, etc., cada uno de sus diferentes atributos tales como no olvidar el objeto que se ha comprendido con anterioridad, etc.” Por ej. si tenemos un trozo de tela de distintos colores la mente (SEM) lo percibe en su totalidad y los factores mentales tienen una función específica como ser capaz de recordar el trozo de tela.

Preguntas:

Nicole: ¿Si en la calle vemos pasar personas pero no estamos concientes de lo que vemos sería mente (SEM) y los factores mentales sería si nos fijamos en una cosa p.e un autobús rojo?

Guesela: Todo lo que percibimos lo percibe tanto la mente (SEM) como los factores mentales, si no recuerdas lo que has visto es una mente inatenta. Pero los factores mentales son una función específica como ser capaz de recordar lo visto.

## **Introducción**

Es muy importante estudiar las funciones de la mente porque nuestro propósito es ser buenas personas y para conseguirlo debemos conocer nuestra mente. Entre el comportamiento físico, de palabra y mental, este último es el más importante porque si nuestra mente es virtuosa nuestros actos físicos y de palabra sean lo serán. Además la que nos beneficia o perjudica es nuestra mente que es la creadora de la virtud o de la negatividad.

En el curso anterior vimos el tema de la mente y sus percepciones, ahora hablaremos de los factores mentales.

Debemos ser como una fruta madura por dentro y por fuera, para conseguirlo debemos conocer bien nuestra mente y así distinguir entre una mente virtuosa de una no virtuosa. Si esto lo tenemos claro nos esforzamos por purificar las mentes negativas y cultivar las mentes virtuosas. Únicamente trabajando con nuestra mente podemos convertirnos en el fruto perfecto y no solo con palabras.

## **Continuación del comentario**

Estamos en las similitudes entre la mente (SEM) y los factores mentales. Sobre este tema el *Abidharmakosa* y el texto *El compendio del conocimiento* dan diferentes explicaciones.

Estos dos textos difieren en el número de factores mentales: el *Abidharmakosa* menciona 46 factores mentales y el texto *El compendio del conocimiento* menciona 51 factores mentales y otros textos mencionan otra clasificación.

En relación a las similitudes entre mente (SEM) y factores mentales ambos tanto el texto de *Abidharmakosa* como del *Compendio de conocimiento* los dividen en 5 que se refieren a lo mismo pero con distinto término.

## **5 Similitudes entre mente (SEM) y los factores mentales**

- Similitud en la base
- Similitud en el objeto
- Similitud en el aspecto
- Similitud en el tiempo
- Similitud en la sustancia

### **Según el texto de Abidharmakosa**

**Similitud en la base:** Se refiere al poder sensorial que es la condición potenciadora no común de la mente (SEM) y los factores mentales. Es importante decir “la condición potenciadora no común” porque si solo decimos “poder sensorial” da lugar al debate.

**Similitud en el objeto de observación:** Se refiere a que tanto la mente (SEM) como los factores mentales observan el mismo objeto, por ej. una mesa.

**Similitud en el aspecto:** Por ej. Si la mente (SEM) percibe el color amarillo los factores mental también lo perciben.

**Similitud en el tiempo:** Quiere decir que la mente (SEM) y los factores mentales surgen, permanecen y terminan al mismo tiempo.

**Similitud en la sustancia:** Tanto la mente (SEM) como los factores mentales tienen una única sustancia por ej. la misma sensación. Esto se aplica a los demás factores mentales como un mismo contacto, discernimiento, etc.

### **Según el texto de El compendio de conocimiento**

- Similitud en la sustancia
- Similitud en el objeto de observación y en el aspecto
- Similitud en la entidad
- Similitud en el tiempo
- Similitud en el reino y en la tierra (nivel)

Se ha quedado fuera la similitud en la base pero no quiere decir que la nieguen sino que la afirman aunque no se mencione.

**La similitud en la sustancia, en el objeto de observación y en el aspecto y en el tiempo:** Es similar a la clasificación anterior.

**Similitud en la entidad:** Tanto la mente principal (SEM) como los factores mentales que la acompañan son de una misma entidad, naturaleza y no son naturaleza distintas. Para comprenderlo se utiliza la analogía del rey y la corte que le rodea.

Si la mente principal (SEM) está afligida los factores mentales que la acompañan también son afligidos, si la mente principal (SEM) no está contaminada los factores mentales que están con ella tampoco son contaminados, por eso se dice que son de la misma naturaleza.

**Similitud en el reino y la tierra o similitud (nivel):** Cuando hablamos de tierra se refiere al sitio donde pisamos y también a los bhumis (niveles del camino) pero en este contexto no se refiere a ninguna de las dos.

Se refiere a lo que aparece en los tres reinos de existencia de deseo, forma y sin forma. Si se observa un fenómeno y está a punto de surgir el aferramiento hacia ese objeto el nivel en que se encuentra es el del reino del deseo, si está a punto de surgir el aferramiento en el reino de la forma esta en el nivel del reino de la forma y si está a punto de surgir el aferramiento en el reino de sin forma está en el nivel del reino sin forma.

Por lo tanto, el reino en el que está a punto de surgir el aferramiento es en el reino en que nos encontramos.

Significa que si la mente principal (SEM) está en el nivel del reino del deseo, los factores mentales que la acompañan no pueden ser del nivel del reino de forma o del nivel del reino sin forma sino que son del mismo nivel de reino que la mente principal (SEM).

Guesela: Si la persona es del reino del deseo ¿su mente principal necesariamente tiene que ser del reino del deseo?

Jose: En una ocasión Guesela mencionó que una persona del reino de forma podía tomar prestada una conciencia por ej. olfativa de un reino inferior.



Guesela: Algunas personas del reino del deseo han logrado un nivel de concentración elevado en el que son capaces de avanzar a un siguiente nivel y aunque tienen el aspecto del reino del deseo su mente está en el nivel de un reino superior. También si alguien logra el camino de la visión tanto su mente (SEM) como sus factores mentales son superiores y aunque la persona esté en el reino del deseo su mente está en el nivel de un reino superior.

Paloma: ¿Entonces la mente de los seres Arya está en el reino de la forma o sin forma?

Guesela: Se refiere a la persona que está en el camino de la visión y no al camino de la visión. El ser Arya puede estar en el reino del deseo pero su mente ser del reino de forma o sin forma.

La mente de una persona que entra al camino de la visión hinayana casi seguro es del nivel de forma. En cambio una persona que entra en el camino de la visión mahayana su mente puede ser del nivel del reino de forma o sin forma.

Hemos entrado en este tema porque la similitud en el reino y la tierra entre la mente (SEM) y los factores mentales se refiere a que si la mente principal (SEM) está en el reino del deseo, los factores mentales también están en el nivel del reino de deseo. Si la mente principal (SEM) está en el reino de la forma, los factores mentales también lo están y si la mente principal (SEM) está en el reino sin forma los factores mentales están allí también.

Esta descripción puede generar la siguiente duda: ¿si alguien está en el reino del deseo su mente también necesariamente está en el reino del deseo? la respuesta es que no necesariamente su mente está en el reino del deseo también.

Guesela: ¿Que cualidades determina que una persona entra al camino de acumulación?

David: Que tiene la unión de la calma mental y la visión superior.

Guesela: El logro de la unión de la calma mental y la visión superior solo se adquieren al nivel del reino de forma y sin forma con la finalidad de preparar el logro del camino de la visión. Por eso la persona puede estar en el reino del deseo y su mente en el nivel del reino de forma o sin forma y puede ser contaminado o no contaminado.

Definen la mente principal de la siguiente manera:

Texto raíz

*En relación a las mentes (consciencias), [Vasubandhu en su texto] Una explicación de los cinco agregados (Pancaskandhaprakarana) dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es una consciencia primaria?*

*RESPUESTA: Es aquello que conoce [cada uno de los aspectos]<sup>19</sup> del objeto de observación.*

*Y en El tesoro de conocimiento (estrofa 1.16a) dice:*

*La consciencia primaria conoce [cada aspecto del objeto] de manera individual.*

*El omnisciente Gyel-tsab también enseñó que la definición de una consciencia (mente) es un conocedor que se distingue por conocer la mera entidad de un objeto. Ya se ha*

<sup>19</sup> Nota del transcriptor: texto añadido por el traductor.

*descrito con anterioridad la explicación del Ornamento del razonamiento sobre cognición válida.*

Guesela: ¿Cual es la definición que se ha dado antes sobre la mente principal (SEM) y los factores mentales?

Jose: La mente principal conoce la entidad y los factores mentales las cualidades del objeto.

El tema de las cinco similitudes entre la mente (SEM) y los factores mentales surgió de las definiciones de la mente (SEM) que dice:

Texto raíz

*[En el texto de Ge-dun Drub] El ornamento del razonamiento, el gran tratado sobre cognición válida se explica que:*

*La definición de una **mente** primaria es aquella que actúa conjuntamente (que es concomitante) con los factores mentales y su séquito a través de las cinco semejanzas, y*

*La definición de un **factor mental** es aquel que actúa conjuntamente (que es concomitante) con su mente primaria a través de las cinco semejanzas.*

En otra parte del texto dice:

*Al dividir las consciencias primarias, encontramos seis grupos de consciencias primarias. Es así como se explica en El compendio de conocimiento:*

*PREGUNTA: ¿Cuáles son las consciencias primarias?*

*RESPUESTA: Hay seis grupos de consciencias primarias: Las consciencias primarias de la vista, del oído, del olfato, del gusto, del tacto y de la mente.*

*PREGUNTA: ¿Qué es una consciencia visual primaria?*

*RESPUESTA: Es un conocedor individual que con el apoyo del ojo, es consciente de la forma.*

Guesela: Esta definición de aspecto de conciencia visual es diferente a la que dimos en Lo rig porque la definición de Lo rig excluye lo que no es aspecto de conciencia visual mientras que esta definición no lo hace. Esta definición no es suficiente para eliminar lo que no es aspecto de conciencia visual porque es una definición a muy grandes rasgos que incluirían cosas que no necesariamente son aspectos de conciencia visual.

La definición de Lo rig de conocedor directo sensorial que percibe forma es: un conocedor libre de conceptualización, no equivocada que es generado dependiendo de su propia condición potenciadora no común que es el poder de la vista y de su condición de objeto que es forma.

El punto clave es que tiene su propia condición potenciadora no común.

Esto mismo lo aplicamos a cada aspecto de conciencia sensorial hasta llegar a la conciencia mental que se genera dependiendo del poder mental que es su propia condición potenciadora no común, que es conocedor de otro, libre de concepto y no equivocado.

## Texto raiz

*En relación a la manera de presentar las tres condiciones las seis consciencias que se involucran, pareciera que es necesario distinguir entre las diferencias que hay entre los sistemas superiores e inferiores de principios filosóficos, pero no voy a explayarme sobre ellas aquí.*

Las tres condiciones son:

- Causa y condición
- Su propia condición potenciadora
- La condición previa al resultado

Se presenta diferente en las escuelas filosóficas. Según la escuela Chitamatra ¿forma es la condición observada?.

Jose: No, porque en esta escuela la forma surge de las latencias de la mente.

Guesela: Pero ¿la forma es una condición?. ¿Cual es la razón por la que forma no es condición de objeto observado? forma no puede ser condición de objeto observado de la mente porque surgen al mismo tiempo.

Para la escuela Sautantrica forma sería la condición de objeto observado, por lo tanto, no son simultáneos en el tiempo.

## Texto raiz

*“Aunque las llamadas “consciencia base de todo” (Alayaviñana) y “consciencia aflictiva” han sido explicadas en los textos de Asanga y de su hermano [Vasubandhu], lo que deseo hacer aquí es simplemente escribir acerca de los rasgos propios de las mentes y los factores mentales que son comunes [en los sistemas superiores e inferiores de principios filosóficos] como algo esencial para desarrollar un entendimiento de la manera en la que las acciones y las aflicciones nos atan a la existencia cíclica.*

*No obstante, la forma en la que existe o no la consciencia base de todo (Alayaviñana) y demás, es un punto especialmente difícil que no comparten los sistemas superiores e inferiores de los principios filosóficos. Además Asanga y su hermano [Vasubandhu] siguen El sutra que penetra en lo más profundo del pensamiento (Samdhinirmocanasutra); que al diferenciar entre las escrituras interpretables y las definitivas, proponen la consciencia base de todo (Alayaviñana) explicando que todos los fenómenos son de la naturaleza de la mente. El protector Nagaryuna y su hijo espiritual [Aryadeva] son seguidores del Sutra del rey de la estabilización meditativa (Samadhirajasutra) y de las enseñanzas del Sutra de Akshayamati (Aksayamatinirdesa); y al diferenciar entre las escrituras interpretables y las definitivas, no aceptan la consciencia base de todo (Alayaviñana) y explican que el significado de los sutras que hablan acerca de la consciencia base de todo (Alayaviñana) es interpretable y que detrás de ellos existe otra intención. Concluyen afirmando que todos los fenómenos son meramente imputados por conceptos.*

*De esta manera, en lo que respecta a la modalidad del gran vehículo en la tierra de los nobles [La India], encontramos los dos sistemas de los grandes pioneros [Nagarjuna y sus discípulos] que volvieron a trazar el camino. Sin embargo, no es que difieran en cuanto a la actitud: La generación de la mente altruista que busca la iluminación. Ni tampoco en cuanto a la conducta: Las seis perfecciones y demás. Más bien, la distinción entre ellos está en la visión. Aunque dichas diferencias existen, no es que la*

*visión de estos dos grandes pioneros – Nagaryuna y Asanga – [de uno o del otro] sea superior e inferior desde su propio lado. Más bien, a través de la fuerza de la mentalidad de los alumnos, surgen estas dos formas de explicar la intención del Conquistador, tal y como el mismo Conquistador lo predijo en muchos de lo sutras.”*

Paloma: ¿Cual es la condición potenciadora no común de el aspecto de conciencia mental?

Guesela: Definido de manera precisa como aparece en el texto de *Abidharmakosa* es el aspecto de conciencia previo.

**introducción**

Comenzamos haciendo oraciones por las personas de la lista, especialmente las personas enfermas. Que esto nos lleve a recordar el resto de personas que están sufriendo por enfermedad, la guerra y los que buscan refugio en otros países pasando por muchas dificultades como caminar largas distancias, etc.

Contemplamos este sufrimiento para hacer algo en beneficio de los demás y una forma de hacerlo es recitando una oración. Recitamos las *Alabanzas a Tara* porque en una época tan difícil recitarla es algo extraordinario, no importa cual sea el obstáculo pedirle a Tara es una forma efectiva de ayudar a los seres. También se dice que recitar el mantra del Buda de la medicina es efectivo especialmente en épocas difíciles.

**Como enfrentar los problemas**

Nosotros que estamos acostumbrados a escuchar enseñanzas sabemos que hay diferentes tipos de problemas, algunos mas graves y otro mas ligeros pero que no hay nadie que no tenga problemas porque estamos en el samsara.

Es importante reconocer que mientras estemos en samsara seguiremos experimentando problemas y así no permitimos que nuestra mente se preocupe, sienta miedo y tristeza que son pensamientos que solo incrementa nuestro malestar. En su lugar, tratar de ver los problemas con una actitud mas positiva, a fin de cuentas el propósito de estar aquí es aprender a trabajar con nuestra mente y enfrentar mejor las dificultades para que nuestra mente se mantenga firme y serena.

Lo mas importante es ser buenas personas y no hay límites en el beneficio que podemos ofrecer a los demás. No debemos sentirnos satisfechos con ser buenas personas sino querer ser mejores cada vez mas y estar satisfechos con lo que tenemos, esto es lo mas importante en nuestra vida. Creo que todos sois muy buenos, pero como tengo la responsabilidad de aconsejaros por eso os digo que tratad de ser cada vez mas buenos.

Actualmente no hace falta mirar los libros para pensar en los problemas y dificultades que viven los seres. Hay seres que están padeciendo mucho y debemos preguntarnos porque algunos seres padecen tanto y otros no, para llegar hasta su causa. Pensar en esto es muy beneficioso porque nos ayuda a entender que el bienestar es producto de acciones virtuosas y los problemas son producto de acciones negativas.

Entre mas reflexionamos acerca de esto llegaremos a convencernos y de manera natural seremos buenas personas y tendremos paciencia porque sabemos que si continuamos creando acciones negativas tendremos mas sufrimiento y que las acciones virtuosas nos traerán felicidad.

Antes hacía falta leer sobre los infiernos y los espíritus hambrientos pero actualmente basta con ver las noticias para comprender el sufrimiento. Actualmente es mas fácil ver con nuestros propios ojos lo que padecen los seres para comprender lo que nos dice.

Hace falta estudiar Lo rig porque si deseamos escapar del samsara y alcanzar la omnisciencia hace falta conocer nuestra mente. Si queremos profundizar sobre este tema hacen falta estudiar los textos.

### Continuamos con el comentario

Texto raíz:

*Por lo tanto, si se desea conocer con precisión los puntos esenciales que son poco comunes de este sistema [de Asanga], tales como la propuesta sobre la consciencia base de todo (Alayaviñana) tal y como aparecen en los textos de Asanga y de su hermano [Vasubandhu], así como el argumento de que todos los fenómenos son de la naturaleza de la mente, basándose solamente en ese punto esencial, es posible lograr comprenderlos por medio de un cuidadoso estudio de los textos de Asanga y de su hermano [Vasubandhu] así como de las excelentes explicaciones del totalmente omnisciente [Tsong-kha-pa]. Si se desea comprender los puntos poco comunes del pensamiento del protector Nagaryuna, entonces hay que hacerlo por medio de referirse con cautela a los grandes comentarios del totalmente omnisciente [Tsong-kha-pa] acerca del Tratado del camino medio [de Nagaryuna] y sobre El suplemento del camino medio [de Chandrakirti], así como la introspección especial superior e inicial [es decir las secciones sobre introspección especial en su Gran tratado de los estadios del camino y en su Exposición intermedia de los estadios del camino], etc. Estas son explicaciones excelentes que son difíciles de encontrar en los tres mundos.*

El autor de este texto menciona que no va a referirse a las diferencias que encontramos entre las escuelas filosóficas como que hay una conciencia base de todo. Como hemos estudiado postulados mas o menos tenemos una idea de estas diferencias.

El autor dice que si queremos profundizar mas sobre la propuesta de las escuelas filosóficas debemos leer los textos de Vasubandhu, Asanga y Nagarjuna. De todos modos las explicaciones mas excelentes son las de Lama Tsong kapa.

Algunos sostienen que hay una conciencia base de todo y aunque no es verdad, porque desde un punto de vista filosófico mas elevado se niega, autores muy importantes como Vasubandhu y Asanga hablan sobre esto así que vale la pena leer sus textos.

Como la visión de la escuela Madhyamika Prasanguika es la correcta nos propone leer el texto *El tratado del camino medio* de Nagarjuna y en el *Suplemento del camino medio* de Chandrakirti. También aconseja para comprender la visión de Nagarjuna el texto de Lama Tsong kapa de el Lam rim mediano en la parte de la visión superior, donde expone la postura de Nagarjuna que es la de la escuela Madhyamika Prasanguika sobre lo que hay que abandonar y cultivar y como hacerlo.

Guesela: Según la escuela Prasanguika ¿cuantos perceptores directos hay?

Jose: Los mismos de las demás escuelas incluyendo el conocedor subsiguiente.

Guesela: Si el autor lo menciona es porque está relacionado con lo que estamos estudiando. Entonces ¿cuantos conocedores director válidos hay?<sup>20</sup>

Jose: Son 3.

---

<sup>20</sup> Nota del traductor: Guesela ha cambiado la pregunta.

Guesela: ¿Los conocedores directos son conciencia o no?

Jose: Si.

Guesela: Para la escuela Prasanguika directo es sinónimo de fenómeno manifiesto. Para el resto de escuelas filosóficas [Prasanguika Svatántrica, Chitamatra, Sautantrica y Vaibasica] si es conocedor directo necesariamente es conciencia, pero la Madhyamika Prasanguika dice que no es conciencia. Esto lo mencioné antes de irnos de vacaciones.

## Explicación de los factores mentales

Texto raíz:

### **1B. La explicación de los factores mentales**

*En relación a la definición de los factores mentales, Una explicación de los cinco agregados menciona:*

*PREGUNTA: ¿Cuáles son estos fenómenos denominados factores mentales? [En tibetano: sems las byung ba, que literalmente es: Aquello que surge de la mente].*

*RESPUESTA: Son fenómenos que actúan en conjunto con la mente.”*

Para comprender que la mente principal y los factores mentales van en conjunto o se acompañan.

Del texto *Razonamiento de la cognición válida*: “una mente principal y los factores mentales son simultáneos”.

## Divisiones de los factores mentales

Texto raíz:

*Al dividir estos factores mentales, dan un total de cincuenta y uno.*

*(1-5) Cinco factores mentales omnipresentes, la sensación y los demás.*

*(6-10) Cinco factores mentales determinantes, la aspiración y los demás.*

*(11-21) Once factores mentales virtuosos, la fe y los demás.*

*(22-27) Seis aflicciones raíces, el apego y demás.*

*(28-47) Veinte aflicciones secundarias, la beligerancia y demás.*

*(48-51) Cuatro factores mentales variables, el arrepentimiento y demás.*

**5 factores mentales omnipresente:** Si hay mente necesariamente están los 5 factores mentales omnipresentes, si no hay mente no están los factores mentales omnipresentes. Por eso el nombre en tibetano indica que donde quiera que va la mente están presentes los factores mentales omnipresentes.

**5 factores mentales determinantes:** Se les llama así no porque el objeto se hace mas fuerte o por el poder del objeto, sino porque determinan que la mente tenga mayor fuerza. Le dan fuerza a la mente tanto en la virtud como en la no virtud por ej. si escuchamos enseñanzas con estos factores mentales determinantes esta acción es mas virtuosa pero si las escuchamos con la intención de ser un erudito en el tema, esta no sería una motivación adecuada y por estar los factores mentales determinantes esta acción es mas negativa.

**11 factores mentales virtuosos:** Por su propia naturaleza o entidad son virtuosos.

**6 aflicciones o engaños raíz:** Para la escuela Vaibásica son la raíz del samsara por eso les llaman engaños raíz, pero para el resto de escuelas no son la raíz del samsara sino que la raíz del samsara es el aferramiento al “yo”. Pero nos ayuda a comprender porque le da este nombre. Están en un grupo aparte porque están más arraigados o son los que están más fuertes en nosotros.

**20 engaños secundarios:** Su nombre original en tibetano es *los engaños cercanos*. Se llaman cercano para referirse a que son los parientes cercanos a los engaños raíz. Estos no son el apego o el enfado por sí mismos como los engaños raíz, sino que son muy parecidos al apego o al enfado. Así entendemos que no son los engaños raíz pero son muy cercanos a ellos.

**4 factores mentales variables:** Son como una persona que se cambia de un grupo según le convenga. Por sí mismos no son virtuosos, no virtuosos o neutros sino que cambian de virtuosos, no virtuosos y neutros según donde vayan el resto.

Texto raíz:

**[A] Los cinco factores mentales omnipresentes (kun 'gro)**

*Los cinco factores mentales omnipresentes son:*

- (1) *Sensación*
- (2) *Discriminación*
- (3) *Intención*
- (4) *Contacto*
- (5) *Aplicación mental*

**Sensación**

Texto raíz:

**[A1] Sensación (tshor ba)**

*Como se ha enseñado en El compendio de conocimiento, la entidad de la sensación es: PREGUNTA: ¿Cuál es la característica que define a la sensación?*

*RESPUESTA: Tiene la característica de experimentar, a través de la entidad de la experiencia. Experimenta individualmente el fruto resultante de las acciones virtuosas o no virtuosas.*

Se refiere a las experiencias que tenemos como por ej. experimentar una buena comida. Desde el punto de vista filosófico se describe la sensación como la experiencia que experimenta el resultado madurado de sus acciones virtuosas o no virtuosas. Es decir, experimenta el resultado de sus propias acciones.

Se refiere a la ley de causa y efecto, que si hay una causa se experimenta un resultado. Se trata de la experiencia de las causas creadas, se experimenta la maduración de los resultados de las causas creadas. Estas causas pueden ser: virtuosas y no virtuosas.



Texto raíz:

*En este caso, se dice que lo que es experimentado por la sensación es el fruto; esto se enseña con el fin de dar a conocer que todos los sentimientos [sensaciones]<sup>21</sup> que surgen dentro de nosotros, ya sean agradables o desagradables, son exclusivamente el fruto resultante de las acciones (karma).*

Guesela: ¿Cuántas características generales tiene el karma?

Paloma: 4.

Guesela: La primera es que el karma es definitivo y se explica a continuación en el texto.

Texto raíz:

*Además, El gran tratado de los estadios del camino dice:*

*La manera en la que las acciones son definitivas es la siguiente: Toda la felicidad, en cuanto a sentirse bien, ya sea de los seres ordinarios o nobles [Aryas]<sup>22</sup>, incluyendo incluso el más liviano de los placeres, como el que un ser infernal sienta una brisa ligera, surge del karma virtuoso acumulado anteriormente. Es imposible que la felicidad nazca del karma no virtuoso. De la misma manera, todo el sufrimiento en forma de sensaciones dolorosas, incluyendo incluso el sufrimiento más ligero que tiene lugar en el continuo mental de un arhat, surge del karma no virtuoso acumulado previamente. Es imposible que el sufrimiento provenga del karma virtuoso.*

Se cita otro texto:

*La guirnalda preciosa (estrofa 1.21) dice:*

*De la ausencia de virtud proviene todo el sufrimiento  
y asimismo, todos los reinos miserables.  
De la virtud provienen todos los reinos felices  
y la alegría en todos los renacimientos.*

El autor de este texto cita el *Lam rin Chen mo* y la *Guirnalda preciosa* para llegar a la siguiente conclusión:

*Así, la felicidad y el sufrimiento no aparecen sin causas, ni tampoco afloran de causas incompatibles, como de una esencia primordial o de un creador divino (Ishvara), etc. Más bien la felicidad y el sufrimiento en general, provienen [respectivamente] de karmas virtuosos y no virtuosos. Tanto la felicidad y el sufrimiento surgen de forma individual y sin la menor duda, surgen de las diversas posibilidades de estos dos tipos de karmas. Obtener cierto conocimiento sobre la naturaleza definitiva o infalible del karma y sus efectos, es considerado un “punto de vista correcto dentro de todos los budistas” y es ensalzado como el fundamento de toda cualidad virtuosa.*

No sería solo “el punto de vista correcto dentro de todos los budistas” como se menciona en la cita, sino que en este contexto sería la *visión correcta mundana*.

Cuando una persona después de analizarlo tiene total certeza en que el karma es definitivo, que de acuerdo a la acción es el resultado y que no hay otra opción, a esto se le llama la *visión correcta mundana*. No es solo un conocimiento sino que es total convicción hasta tal grado que solo quiere hacer acciones virtuosas y se asegura que sus

<sup>21</sup> Nota del transcriptor: añadido por el traductor.

<sup>22</sup> Nota del transcriptor: añadido por el traductor.

acciones sean correctas porque sabe que gracias a ello va a experimentar resultados agradables y dirige su vida a acumular acciones virtuosas porque quiere experimentar el resultado agradable de sus acciones. Pero si solo conocemos el karma sin tener total convicción en ella llevamos nuestra vida mas o menos bien.

### **Divisiones:**

Texto raíz:

*Al dividir las sensaciones, encontramos tres tipos:*

- (1) *Sensaciones agradables*
- (2) *Sensaciones desagradables*
- (3) *Sensaciones neutras*

*Además, como se menciona en Una explicación de los cinco agregados:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la sensación?*

*RESPUESTA: Son los tres tipos de experiencias: Agradables, desagradables y las que no son ni desagradables ni agradables.*

- *[Una sensación] agradable es aquella que, al cesar, surge el deseo volverla a repetir.*
- *Una desagradable es aquella que, al surgir, surge el deseo de separarse de ella.*
- *Una que no es ni agradable ni desagradable es aquella que, al surgir, ninguno de los dos deseos acontece.*

En el texto raíz se mencionan otras divisiones de la sensación que van en la misma línea.

### **Otra división:**

Texto raíz

*Al diferenciar estos tres tipos de sensaciones en términos de la base de apoyo del cuerpo y de la mente, hay seis tipos: Tres sensaciones corporales y tres sensaciones mentales.*

*Al igual que en el primer punto, las tres sensaciones corporales son:*

- (1) *Sensaciones corporales agradables*
- (2) *Sensaciones corporales desagradables*
- (3) *Sensaciones corporales neutras*

*Como segundo punto, las tres sensaciones mentales son:*

- (1) *Sensaciones mentales agradables*
- (2) *Sensaciones mentales desagradables*
- (3) *Sensaciones mentales neutras*

Guesela: En esta cita se menciona que esta división es según "la base" ¿a que se refiere con esto?

Jose: A que sea el cuerpo y la mente. La base es lo que soporta algo. Porque las sensaciones pueden ser mentales o corporales como se indica en la cita.

Guesela: ¿Esto que te da a entender? ¿cual es la razón para clasificarlo así?.

Jose: Por la base.

Guesela: No es solo por la base. ¿Cual es la diferencia entre la conciencia sensorial y mental?

Jose: El poder sensorial que las acompaña.

Guesela: Es su propia condición potenciadora no común porque si solo decimos el “poder sensorial” no se queda bien definido. Hay un poder físico y mental, las sensaciones físicas están basadas en un poder físico y las sensaciones mentales en un poder mental. Por lo tanto, cuando se menciona según “la base” se refiere a la condición potenciadora no común, esto los diferencia. Por lo tanto, si la condición potenciadora es física la sensación es a nivel corporal y si la condición potenciadora es mental la sensación es a nivel mental. Así surgen estos dos tipos de sensaciones: corporales y mentales.

Las sensaciones corporales y mentales se subdividen en tres: agradables, desagradables y neutras haciendo un total de 6.

Texto raíz:

*¿Cuál es la diferencia entre las sensaciones corporales y las sensaciones mentales?*

*A las sensaciones que surgen en el séquito [compañía]<sup>23</sup> de las cinco [aspectos] consciencias sensoriales se les llama “sensaciones corporales”;*

*A las sensaciones que surgen en el séquito de la [aspecto] consciencia mental se les llama “sensaciones mentales.”<sup>24</sup>*

Continúa el texto:

*DILEMA: Entonces, ¿cuál es la razón para llamar “sensación corporal” a aquellas sensaciones que surgen en el séquito de una consciencia visual? [Aunque el ojo y el cuerpo no sean lo mismo]*

*RESPUESTA: El tratado de las cuatrocientas estrofas (estrofa 6.10ab) dice:*

*Así como el poder táctil de los sentidos [impregna] todo el cuerpo, de la misma forma, la ignorancia radica en todo.*

*Así que como se ha mencionado anteriormente, el poder corporal de los sentidos impregna la totalidad de nuestro [cuerpo], desde la coronilla hasta las plantas de los pies. De esta manera, también se le llama “sensación corporal” a cualquiera que surja en el séquito de las otras cuatro consciencias sensoriales, como la consciencia visual.*

Cuando menciona la ignorancia se refiere a la ignorancia de existencia verdadera que lo abarca todo al igual que el poder táctil.

### Otra división

Texto raíz:

*DILEMA: ¿Cuál es el significado de sensaciones confundidas (zang zing) y sensaciones no confundidas (zang zing mepa)?*

*RESPUESTA: A las sensaciones que actúan en conjunto con el ansia de los agregados contaminados adquiridos se les llama “sensaciones **confundidas** (zang zing)”. A las sensaciones que actúan en conjunto con la sabiduría que comprende directamente la ausencia de identidad se les llama “sensaciones no confundidas (zang zing mepa)”.*

*DILEMA: Muy bien, entonces haciendo referencia a las llamadas “sensaciones no confundidas (zang zing mepa)”. ¿Cómo es que aquellos que tienen la sabiduría que comprende directamente la ausencia de identidad pueden experimentar sensaciones desagradables?*

De los 6 tipos de sensaciones corporales y mentales, 6 pueden ser confundidas y 6 no confundidas. Con “sensaciones confundidas” se refiere a sensaciones contaminadas y con “sensaciones no confundidas” se refiere a sensaciones no contaminadas.

### Sensaciones no contaminadas corporales

<sup>23</sup> Nota del transcriptor: añadido por el traductor.

<sup>24</sup> Nota del transcriptor: Guesela aclara que no estamos hablando de consciencia sino de aspecto de consciencia.

**Divisiones:**

- Sensaciones corporales no contaminadas placenteras: La experimenta el Buda.
- Sensaciones corporales no contaminadas desagradables
- Sensaciones corporales no contaminadas neutras: Las experimenta el Buda.

Guesela: ¿Donde encontramos una sensación corporal no contaminada desagradable?. El problema es a nivel físico porque si fuera sufrimiento mental no contaminado sería mas sencillo.

Estudiante: Por ej. Guese Chekawa que cuando estaba muriendo estaba preocupado porque quería irse a los infiernos para el beneficio de los seres pero veía una tierra pura. Sería éste sufrimiento porque estaba llorando.

Guesela: Este sería un sufrimiento mental y buscamos uno físico.

Estudiante: El sufrimiento de un Bodisatva.

Guesela: Si hablamos de un Bodisatva del camino de acumulación o del camino de preparación son bodisatvas ordinarios, por lo tanto, experimentan sensaciones contaminadas. Los bodisatvas que tienen sensaciones no contaminadas serían a partir del camino de la visión que son Arias Bodisatvas. Pero un ser Aria bodisatva no siente dolor sino placer cuando da su cuerpo.

Para la próxima clase buscar un ejemplo de sensación corporal no contaminada desagradable.

## **Introducción**

La mayoría sois antiguos estudiantes así que ya conocéis estos consejos. Debéis recordar que si estudias las enseñanzas es con el objetivo de las vidas futuras y no para conseguir algo personal en esta vida. Así, conforme vayamos de vida en vida iremos mejorando. Por lo tanto, si lo que estudiamos no es para esta vida tampoco tiene importancia que nos angustiemos ante las situaciones difíciles y que nuestra cabeza se encierre en el problema y seamos infelices. Como no es la primera vez que lo escucháis, ahora toca que cuando las dificultades se presenten recordar estos consejos y aconsejarnos a nosotros mismos para frenar esta tendencia a preocuparnos y angustiarnos.

Todo el esfuerzo de estudiar las enseñanzas debemos encaminarlo adecuadamente. Nos esforzamos mucho en otros ámbitos como por ej. para juntar dinero y comprar ropa o para comer. Pero el esfuerzo de estudiar las enseñanzas tiene que ser con un objetivo que va más allá de esta vida.

Mientras estemos en el samsara tendremos problemas así que debemos recordar la importancia de tener paciencia ante las dificultades o de estudiar las enseñanzas buscando algo más allá de esta vida.

Lo que determina si tiene sentido o no lo que hacemos es la motivación. Es una motivación válida estudiar las enseñanzas para crear las causas de un buen renacimiento y así adquirir conocimientos para ir avanzando.

Muchas veces reconocemos que tiene razón en sus consejos pero luego se nos olvidan. Así que debemos esforzarnos para que no se nos olvide y recordarlo cada vez que podamos. Por lo general si es la primera vez que escuchamos algo estamos interesados pero la misma atención deberíamos prestar si es algo que ya hemos escuchado.

En lo que estamos viendo las sensaciones. Las sensaciones nos causan muchos problemas porque por buscar sensaciones placenteras cometemos acciones incorrectas, creando causas para sufrir a pesar de que no queremos el sufrimiento. De hecho, cuando tenemos una sensación de sufrimiento hacemos todo lo posible por eliminarlo.

Debemos recordar que el samsara tiene la característica del sufrimiento que lo abarca todo por eso estamos expuestos al sufrimiento y en nuestras manos está crear las causas de la felicidad y evitar las causas del sufrimiento. Las emociones negativas de rechazo a unos y apego a otros están relacionadas con las sensaciones porque lo que no me gusta lo rechazo y me apego a lo que me gusta.

## **Repaso de la última clase**

### **División de la sensación:**

- Agradable
- Desagradable
- Neutra

Si ampliamos esta división serían:

- Sensaciones corporales
- Sensaciones mentales

Guesela: ¿En base a que se dividen?

Jose: En base a la condición potenciadora no común.

Guesela: Es correcto. Si es una condición potenciadora no común física serían sensaciones físicas y si es una condición potenciadora no común mental serían sensaciones mentales.

#### **Divisiones de las sensaciones corporales:**

- Sensaciones corporales agradables
- Sensaciones corporales desagradables
- Sensaciones corporales neutras

#### **Divisiones de las sensaciones mentales:**

- Sensaciones mentales agradables
- Sensaciones mentales desagradables
- Sensaciones mentales neutras

#### **Estos 6 tipos de sensaciones se pueden dividir en:**

- Sensaciones confundidas
- Sensaciones no confundidas

Confundidas y no confundidas es sinónimo de contaminada y no contaminada.

#### **Continuamos con el comentario**

La última clase dijimos que es muy difícil determinar las sensaciones corporales no contaminadas y se dice que los seres Arias que han tenido la visión de la vacuidad poseen sensaciones corporales y mentales no contaminadas haciendo un total de 6 sensaciones no contaminadas. Mientras que un ser samsarico o que todavía no ha percibido la vacuidad tiene sensaciones corporales y mentales contaminadas.

Guesela: ¿A que se refiere con sensaciones contaminadas y no contaminadas o confundidas y no confundidas?

Jose: Una sensación está contaminada si no está unida a la visión directa de la vacuidad y no está contaminada si está unida a la visión directa de la realidad.

Guesela: La sensación se distingue por su propia entidad en: contaminada y no contaminada.

#### **División de la sensación por su propia entidad:**

- Sensación no contaminada: si está separada del apego.
- Sensación contaminada: si está unida con el apego.

Un ejemplo de una sensación corporal desagradable no contaminada sería cuando un Arahat experimenta dolor de cabeza que es el resultado de sus acciones negativas pasadas que maduran. Este ejemplo lo dio el Buda en los Sutras del Vinaya.

Texto raíz

*DILEMA: Muy bien, entonces haciendo referencia a las llamadas “sensaciones no confundidas (zang zing mepa)”. ¿Cómo es que aquellos que tienen la sabiduría que comprende directamente la ausencia de identidad pueden experimentar sensaciones desagradables?*

*RESPUESTA: Existen muchos de estos casos. Por ejemplo, la Escritura sobre la disciplina (Vinayagama) dice que incluso los destructores del enemigo (arhats) que han abandonado el*

*concepto de una identidad personal, experimentan sensaciones de sufrimiento como dolores de cabeza debido al resultado de sus acciones previas.*

*Además, al dividir las sensaciones en relación a su base, existen seis:*

- (1) La sensación que surge del contacto al darse la unión de un objeto visible, [el sentido] de la vista y la consciencia visual<sup>25</sup>;*
- (2) La sensación que surge del contacto al darse la unión de un sonido, [el sentido] del oído y la consciencia auditiva;*
- (3) La sensación que surge del contacto al darse la unión de un olor, [el sentido] del olfato y la consciencia del olfato;*
- (4) La sensación que surge del contacto al darse la unión de un sabor, [el sentido] del gusto y la consciencia del gusto;*
- (5) La sensación que surge del contacto al darse la unión de un objeto tangible, [el sentido] del tacto y la consciencia del tacto; y*
- (6) La sensación que surge del contacto al darse la unión de un fenómeno, [el sentido] mental y la consciencia mental.*

Si tenemos el poder sensorial de la vista, el objeto que percibe el poder sensorial y el aspecto de conciencia visual, estos tres, dan lugar a una sensación, por ej. si hay un parque con muchas flores y el poder visual lo percibe dando lugar al aspecto de la conciencia visual, estos tres, hacen que surja una sensación agradable.

Por eso en el texto se dice:

*La sensación que surge del contacto al darse la unión de un objeto visible, [el sentido] de la vista y la consciencia visual;*

Si el objeto es desagradable estarían el objeto visible, el poder sensorial que lo ve y el aspecto de conciencia visual, cuando se congregan estos tres, se da lugar a una sensación desagradable.

También si está el objeto visual, el poder de la vista y el aspecto de la conciencia visual, cuando se congregan estos tres, se dan lugar a la conciencia visual pero no se produce una sensación agradable o desagradable sino neutra.

Guesela: ¿En el *Bodisatvacharyavatara* como dice que debemos caminar?

Jose: Sin mirar a lo lejos.

Guesela: ¿Que pasa si miramos lejos?

Jose: Que se juntan estos tres aspectos y aparecen las sensaciones agradables y desagradables y querer una cosa o rechazar otras.

Guesela: ¿Que se quiere evitar con no mirar a lo lejos?

Jose: Que surja el apego.

Guesela: Es correcto. Es para evitar que si vemos algo bonito a través del poder visual que percibe el aspecto de conciencia visual se de lugar a una sensación placentera y se produzca el apego o si vemos algo desagradable se de lugar a una sensación desagradable y se produzca aversión. Cuando estas tres condiciones se juntan surge un tipo específico de conciencia que produce una sensación.

Hemos explicado como se produce la conciencia visual pero lo mismo se puede aplicar al resto de conciencias cuando se juntan el objeto visual, auditivo, olfativo, gustativo, táctil y mental con el

<sup>25</sup> Nota del traductor: no sería conciencia visual sino aspecto de conciencia visual, esto mismo se aplica a los demás.

poder sensorial respectivo y el aspecto de conciencia, se produce la conciencia y una sensación agradable, desagradable o neutra.

Texto raíz

*Cada una de estas seis se dividen en tres, agradables, desagradables y neutras, dando un total de dieciocho tipos de sensaciones. Temiendo a escribir demasiado, no las explicaré aquí.*

### **División de la sensación de acuerdo al objeto de abandono y el antídoto**

- Sensación con base en el apego
- Sensación con base en la liberación

**Sensación con base en el apego:** Es la sensación que va acompañada del apego a los atributos del reino del deseo. Pero no necesariamente es el apego sino cualquier otro engaño.

**Sensación con base en la liberación:** Es la sensación que acompañan a la conciencia mental que se ha alejado del apego a los atributos del reino del deseo y se incluye en la primera concentración.

También es la sensación que acompaña a la conciencia mental que ve los inconvenientes de los engaños y los rechaza. Cuando una mente ve las desventajas de las emociones negativas genera aversión hacia ellas, esta sensación es contraria o se opone a las emociones negativas.

Texto raíz

*(1) Las sensaciones con base en el apego son aquellas que van acompañadas con el apego a los atributos del reino del deseo.*

*(2) Las sensaciones como base de la liberación son aquellas que acompañan a la conciencia mental que se ha alejado del apego a los atributos del reino del deseo y que se incluye en la primera concentración.*

*Esta división en dos se hace para mostrar que:*

- *La forma en que el apego es producido por el poder de la sensación y*
- *La forma en que uno se separa del apego a la sensación dependiendo de las concentraciones.*

*Por lo tanto, si se desea comprender de manera precisa estas características, se debe consultar cuidadosamente los dos Abhidharmas, el superior y el inferior [es decir: el Compendio de conocimiento y el Tesoro de conocimiento]. De la misma manera, uno debe de aprender de Los estadios del camino hacia la iluminación como evitar que estas tres sensaciones: Agradables, desagradables y neutras, se conviertan en causas para los tres venenos.*

Guesela: ¿Porqué las sensaciones agradables, desagradables y neutras son la base de los tres venenos?

Jose: Porque de una sensación agradable surge el apego o el deseo de conseguirlo y numerosos problemas.

Guesela: ¿Cómo se evita que las sensaciones agradables, desagradables y neutras se conviertan en causa de los tres venenos [apego, enfado e ignorancia]?

Jose: Adiestrando la mente en base a la ética, la concentración y la sabiduría.

Guesela: Para evitar que las sensaciones agradables, desagradables y neutras se conviertan en causa de los tres venenos debemos hacer que nuestra motivación por conseguir las no sea errónea. También ver que todos los placeres que podemos experimentar en el samsara son efímeros y no son apetecibles porque son de la naturaleza de sufrimiento. Si vemos sus



desventajas evitamos generar apego ya que la sensación agradable que buscamos está en la liberación.

Lo mismo sucede con las sensaciones desagradables, que incluso la idea de experimentarlas nos produce temor, evitamos que sean causa de las emociones aflitivas teniendo paciencia.

### Discriminación o discernimiento

Texto raíz:

*En relación a la entidad de la discriminación, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Cuál es la característica que define la discriminación? [En tibetano: ‘du shes, literalmente, el agregado de la percepción].*

*RESPUESTA: Tiene la característica de conocer en base a la agregación. Tiene la entidad de identificar (concebir) los signos y las marcas, a través de lo cual uno designa una expresión a los objetos de la percepción, de la audición, de la diferenciación y del conocimiento.*

La palabra discriminación en tibetano es “*du shes*”, “*du*” significa congregar o juntar y se refiere a la conciencia que aparece cuando se junta el objeto, el poder sensorial y el aspecto de conciencia. La discriminación conoce a través de la distinción.

Texto raíz

*Tiene la entidad de identificar (concebir) los signos y las marcas, a través de lo cual uno designa una expresión a los objetos de la percepción, de la audición, de la diferenciación y del conocimiento.*

A través del discernimiento podemos identificar los signos y las marcas, nos ayuda a distinguir si es rojo, amarillo, bonito, desagradable o distinguir la naturaleza de lo que percibimos o escuchamos.

Texto raíz

*Así que como se ha mencionado anteriormente, es un conocedor que, al reunirse estos tres: Objeto, poder sensorial<sup>26</sup> y conciencia primaria; percibe los signos particulares de un objeto. De esta forma, en Una explicación de los cinco agregados se menciona:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la discriminación?*

*RESPUESTA: Es aquello que percibe los signos de un objeto.*

### Divisiones

- La identificación de los signos
- La identificación de las marcas

Texto raíz:

*(1) La identificación de los **signos** es percibir los signos no comunes (particulares) de un objeto que aparecen ante una mente no-conceptual.*

*(2) La identificación de las **marcas** es percibir los signos no comunes (particulares) de un objeto que aparecen ante un pensamiento conceptual.*

De forma sencilla, con identificación de los signos nos referimos a la percepción directa a través del poder sensorial. La identificación de las marcas es lo que se percibe de manera conceptual.

Texto raíz:

---

<sup>26</sup> Nota del traductor: no solo sería el poder sensorial y no sería la conciencia primaria sino el aspecto de conciencia.

*Estos dos tipos de discriminación operan sobre la base de las percepciones, [de lo que se ve]<sup>27</sup>, de lo que se escucha, de las diferenciaciones y del conocimiento [aspecto de conciencia]<sup>28</sup>. Y su significado es el siguiente.*

- *Las percepciones [se refiere a lo que se ve]<sup>29</sup> implican la designación de expresiones a objetos percibidos manifiestamente.*
- *Lo escuchado implica la designación de expresiones en dependencia a la escucha de palabras creíbles.*
- *Las diferenciaciones implican la designación de expresiones a objetos establecidos en dependencia de signos.*
- *El conocimiento [aspecto de conciencia] implica la designación de expresiones a objetos determinados directamente.*

**Las percepciones:** se refiere a la designación de expresiones a objetos percibidos de manera directa, por ej. si decimos “azul” porque hemos percibido directamente el azul.

**Lo escuchado:** sería por ej. dicen que esto, dicen que aquello, dicen esto, pero en base a cosas creíbles.

**Las diferenciaciones:** De forma mas sencilla, en vez de decir “signos” decimos “razonamiento” que quiere decir que las diferenciaciones se basan en un razonamiento lógico a través del cual se llega a la designación de expresiones a los objetos establecidos.

**Aspecto de conciencia:** Implica que hay una certeza directa que da lugar a este tipo.

Guesela: ¿Que diferencia hay entre estos 4 tipos de discriminación?

Estudiante: Que algunos son de percepción directa y otros a través de conceptos.

Guesela: Entre el primero que son las percepciones y el último que es aspecto de conciencia no hay mucha diferencia, son prácticamente lo mismo.

Esto que estamos explicando es algo que estamos haciendo todo el tiempo pero que no le ponemos nombre.

### **Preguntas:**

Estudiante: Pensaba que la sensación es una forma de discriminación porque discriminas entre agradable, desagradable y neutro. Que es lo que marca la diferencia entre ambas. También, se dice que una persona que tiene una experiencia de vacuidad que es algo virtuoso, una conciencia sabia pero se asusta y esto es desagradable que me imagino que depende del aferramiento o apego a nosotros mismos ¿como es esto?

Guesela: Hay una gran diferencia entre la sensación y la discriminación, por ej. un rey está acompañado de sus 5 principales asistentes. También la mano sería como el rey y los dedos sus asistentes. Cada uno de ellos tiene su propia función que realizar por ej. las sensaciones agradables y desagradables que tenemos es función de la sensación y si decimos “hoy no estoy feliz” es función de la mente principal y la sensación no realiza esta función. El discernimiento distingue entre “feo”, “bonito”, “de mi grupo”, “de otro grupo”, pero la mente principal es quien dice “hoy estoy bien, hoy no estoy bien”. Los factores mentales son los que tienen una función específica.

---

<sup>27</sup> Nota del transcriptor: añadido por el traductor.

<sup>28</sup> Nota del transcriptor: añadido por el traductor.

<sup>29</sup> Nota del transcriptor: añadido por el traductor.

En cuanto a la segunda pregunta, hay diferentes tipos de sensaciones desagradables al igual que las agradables, por ej. cuando tratamos de aplicar las enseñanzas en nuestra vida en serio a veces nos damos cuenta de errores que hemos cometido, las reconocemos y nos arrepentimos de haberlo hecho. Esta sensación de arrepentimiento es desagradable pero es buena porque se dice que entre mas fuerte es el arrepentimiento con mas fuerza estamos purificando la negatividad.

Guesela: ¿De los 51 factores mentales porque se han extraído los de sensación y discriminación y se han puesto como agregado?

Estudiante: Por su importancia y porque las sensaciones son el motivo de los laicos y la discriminación de los monjes.

Guesela: ¿Porque se habla de la sensación en relación a los laicos?

Jose: Porque se mueven para buscar lo agradable y evitar lo desagradable.

Guesela: La razón es que los laicos se juntan principalmente por la sensación, en cambio los monjes se congregan principalmente por el discernimiento, por ej. si tenemos la misma visión, escuela, el mismo monasterio, etc., nos lleva a ser parciales.

Guesela: ¿En que texto aparece esta explicación?

Jose: En el *Abidharmakosha*.

Estudiante: Hemos dicho antes que cuando tenemos una fuerte sensación de arrepentimiento puede ser desagradable pero que es bueno. ¿Todas las sensaciones desagradables las podemos convertir en bueno o por su naturaleza es negativo?.

Guesela: No todas las sensaciones desagradables son virtuosas como el arrepentimiento por ej. si en la planta de tu pie tienes una espina es una sensación desagradable y no la puedes transformar en virtuosa. La sensación no se puede convertirse en virtud, pero si puede ser la condición de generar un pensamiento virtuoso.

## **Reconocer que somos muy afortunados**

Si tenemos la oportunidad de estar reunidos es porque tenemos muchos méritos. Somos muy afortunados de tener esta oportunidad, es importante reconocerlo. Estamos aquí para lograr la felicidad que buscamos y ayudar a los demás a conseguirla.

En este momento hay gente reunida en otros lugares por diferentes motivos como hablar de economía, acerca de destruir al enemigo o como estar por encima de los demás. Pero nosotros estamos reunidos para algo muy diferente que es, estudiar los métodos que nos ayudan a controlar nuestra mente dominada por los engaños.

Si controlamos nuestra mente seremos mas felices, pero esto no es suficiente, sino que debemos hacer todo lo posible por liberar a los demás seres de su sufrimiento. Todos los seres han sido nuestra madre, no hay ningún ser que no lo haya sido, por lo tanto, todos han sido extremadamente bondadosos con nosotros.

Algunas personas pueden creerlo y otras no, pero es igual si lo creemos o no, porque es la realidad. Al igual que nuestra madre de esta vida ha hecho todo por nosotros, como todos los seres han sido nuestras madres, ellos también lo han hecho, por eso queremos liberarlos de su sufrimiento. Por eso estar aquí reunidos es tan significativo y precioso y somos tan afortunados, somos personas con muchos méritos.

Son muy pocas las personas que se reúnen por objetivos como los nuestros, son muy pocos los que tienen esta oportunidad. Incluso muchas personas se gastan mucho dinero para estar en un spa lujoso, pero las emociones aflitivas siguen ahí, incluso pueden incrementarse. Es absurdo gastarse tanto dinero para irse a lugares donde lo único que se hace es multiplicar sus emociones negativas. En cambio, lo que nosotros estamos haciendo es trabajar para vencerlas. Esto hace que nuestro esfuerzo por estar aquí sea significativo, porque en la medida en que le quitamos fuerza a las emociones negativas seremos mas felices.

## **El origen de nuestros problemas**

Es importantísimo reflexionar acerca cual es el origen de los problemas y de donde proviene la felicidad. Si no lo hacemos fácilmente podemos creer que la felicidad está en las cosas externas, en tener una buena casa, un bonito coche, una pareja atractiva y pensamos que si tuviéramos todas estas cosas seríamos realmente felices. Pero creo que trae mas problemas, porque si tenemos mucho dinero nuestras preocupaciones se incrementan, si tenemos mejores parejas siempre habrán inconvenientes porque siguen siendo condiciones para experimentar problemas. Es el trabajo con nuestra mente la que nos va a traer la serenidad que buscamos.

Si adiestramos nuestra mente ya sea que tengamos buenas condiciones como si tenemos problemas, nuestra mente estará feliz independientemente de estas condiciones. Es aquí donde tenemos que poner nuestro esfuerzo y así mantener una mente virtuosa.

Mantener una mente virtuosa significa realizar acciones correctas con nuestro cuerpo, palabra y pensamientos. Por supuesto que es muy importante que nuestras acciones físicas y de palabra sean correctas, pero mas importante es que nuestros pensamientos sean virtuosos. Para conseguirlo hace falta conocer nuestra mente que es lo que estamos haciendo al estudiar. Lo rig que significa la mente y sus concedores.

Antes de entrar en este tema vamos a hacer oraciones por las personas de la lista que están enfermas.

## **Continuación del comentario**

### **Repaso**

Estamos describiendo la mente y sus distintas funciones. Por un lado tenemos la mente principal que es como el rey y los 5 factores mentales que son como su corte que donde quiera que va el rey siempre le acompañan.

La mente y los factores mentales observan el mismo objeto, al mismo tiempo y cada factor mental tiene una función distinta y específica como experimentar sensación de frío y calor. etc. Hay diferentes factores mentales porque son diferentes las funciones que realizan.

### **Discriminación** (*Tib. du she*)

Ya hemos visto la división de la discriminación de acuerdo a su base.

Texto raíz

*Además, desde el punto de vista de su base, la discriminación es de seis tipos:*

- (1) *La discriminación que surge del contacto al darse la unión de una forma visible [el poder sensorial] del ojo y una consciencia visual;*
- (2) *La discriminación que surge del contacto al darse la unión de un sonido, [el poder sensorial] del oído y una consciencia auditiva;*
- (3) *La discriminación que surge del contacto al darse la unión de un olor, [el poder sensorial] de la nariz y una consciencia olfativa;*
- (4) *La discriminación que surge del contacto al darse la unión de un sabor, [el poder sensorial] de la lengua y una consciencia gustativa;*
- (5) *La discriminación que surge del contacto al darse la unión de un objeto tangible, [el poder sensorial] del cuerpo y una consciencia táctil; y*
- (6) *La discriminación que surge del contacto al darse la unión de un fenómeno, [el poder sensorial] mental y una consciencia mental.*

## **División en 6 de acuerdo al objeto de observación**

Texto raíz

*De la misma forma, desde el punto de vista del objeto de observación, la discriminación se divide en seis:*

- (1) *Discriminación razonada*
- (2) *Discriminación no-razonada*
- (3) *Discriminación de lo pequeño*
- (4) *Discriminación de lo vasto*
- (5) *Discriminación de lo ilimitado*
- (6) *Discriminación de la nada*

## **Divisiones de la discriminación razonada**

Texto raíz

*La discriminación razonada es de tres tipos:*

(a) *La discriminación hábil en la relación entre nombres y objetos*

(b) *La discriminación que observa los productos [lo compuesto]<sup>30</sup> [como] impermanentes etc.*

(c) *La discriminación que tiene claros un objeto de observación y un aspecto [subjetivo].*

**La discriminación que observa los productos [lo compuesto] [como] impermanentes:** Si tenemos un maestro cualificado que nos da enseñanzas sobre los fenómenos impermanentes y los comprendemos a través del razonamiento sería este tipo de discriminación.

**La discriminación que tiene claro un objeto de observación y el aspecto [subjetivo]:** Por ej. cuando se menciona la correcta confianza en el maestro se describen sus beneficios y las desventajas de no hacerlo. Si después de analizarlo nos damos cuenta que debemos considerar al maestro como un Buda para avanzar en el camino, y que el maestro es el Buda que nos está dando enseñanzas, tenemos claro el objeto y las características del objeto.

Respecto a la calma mental que es emplazar la mente y mantenerla en un objeto que es algo difícil de hacer, incluso es difícil establecer un objeto como la imagen de un Buda del tamaño del pulgar en el espacio enfrente de nosotros como si fuera de energía de sabiduría suprema. Entre mas clara tengamos esta idea podremos distinguir mejor la calma mental, a esto se refiere la discriminación que tiene claro el objeto y el aspecto.

### **Divisiones de la discriminación no razonada**

Texto raíz

*La discriminación no-razonada también tiene tres divisiones; estos tres tipos son lo opuesto a los tres tipos de discriminación razonada mencionados anteriormente. [Es decir,]*

(a) *La discriminación poco hábil en la relación entre nombres y objetos.*

(b) *La discriminación que observa los productos {como} permanentes etc.*

(c) *La discriminación que no tiene claros ni el objeto de observación, ni el aspecto {subjetivo}}.*

### **Divisiones de la discriminación de lo pequeño**

Texto raíz

*La discriminación de lo pequeño se refiere a:*

(a) *discriminaciones en el continuo de un ser ordinario en el reino del deseo que no ha logrado una concentración real y*

(b) *discriminaciones que observan los atributos del reino del deseo.*

Esta discriminación la tenemos en nuestro continuo mental, por ej. si vamos a una tienda vemos formas, colores y olores agradables y distinguimos las calidades de los objetos.

Se llama *discriminación de lo pequeño* porque hasta que no alcancemos al menos el primer nivel del estado de concentración tendremos este tipo de discriminación. Cuando

---

<sup>30</sup> Nota del transcriptor: texto añadido por el traductor.

alcancemos este nivel veremos todo lo que está en el reino del deseo como defectuoso o con inconvenientes y no lo veremos atractivo o como algo a conseguir, por eso no son objetos de deseo.

### **Divisiones de la discriminación de lo vasto**

Texto raíz

*La discriminación de lo vasto hace referencia a:*

*(a) discriminaciones que observan el reino de la forma y*

*(b) discriminaciones en los continuos de los seres del reino de la forma.*

Se refiere al reino de la forma donde los seres no se sienten atraídos por los objetos del reino del deseo y es un estado dentro del samsara un poco mas feliz que el reino del deseo.

En este reino, los objetos del reino del deseo no son su objeto de atención, de hecho, los ven defectuosos o poco atractivo y se enfocan en los que encuentran en este reino, por eso su mente no está en el nivel del reino del deseo.

### **Divisiones de la discriminación de lo ilimitado**

Texto raíz

*La discriminación de lo ilimitado se refiere a: discriminaciones que observan la fuente (Tib. skye mched) del espacio ilimitado o la conciencia ilimitada.*

Esta discriminación está en el continuo mental de los seres que están en el último nivel del reino de forma que ven atractivo el reino de sin forma y emplazan su mente en el espacio ilimitado, en el aspecto de la conciencia ilimitada. Se sienten atraídos por el espacio que no tiene límites y desde su estado de concentración pasan al siguiente nivel que es el nivel del reino de sin forma.

### **Divisiones de la discriminación de la nada**

Texto raíz

*La discriminación de la nada se refiere a: discriminaciones que observan la fuente de la nada.<sup>31</sup>*

Esta discriminación se encuentra en el continuo de un ser del reino de sin forma en el primer estado de concentración de este reino, que se da cuenta no solo del espacio o del aspecto de conciencia que es espacio, sino de la nada y por eso toman la nada como objeto de concentración.

### **Intención (Tib. sems pa)**

Texto raíz

*En relación a la definición de intención, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la intención?*

*RESPUESTA: Es una acción mental compuesta de la consciencia. Tiene la función de involucrar a la mente en lo virtuoso, en lo no virtuoso y en lo neutro.*

<sup>31</sup> En el texto raíz aparece: "Espacio ilimitado, conciencia ilimitada y la nada, son las tres primeras de las cuatro absorciones sin forma."

De esta definición sacamos que es una acción mental y su naturaleza puede ser virtuosa, no virtuosa o neutra. La intención involucra la mente en lo virtuoso, en lo no virtuoso y en lo neutro, se verá mas adelante.

Texto raíz

*Como se ha mencionado, se le llama "intención" al factor mental que mueve y dirige a la mente que va acompañada a su objeto.*

Así como dijimos que la función del factor mental de la sensación es experimentar y de la discriminación es distinguir una cosa de otra, la función de la intención es involucrar la mente en algo, por ej. si cuando hacemos nuestras oraciones nuestra mente se involucra en otra cosa y nos levantamos, es por la intención. La intención nos lleva a realizar acciones físicas y de palabra.

De los 5 factores mentales omnipresentes el principal es la intención porque por su poder las mentes y los factores mentales se involucran con los objetos.

Texto raíz

*Se dice que dentro de todos los factores mentales, este es el principal; porque debido a su poder, las mentes y los factores mentales se involucran con los objetos. Por ejemplo, así como el hierro es movido de manera impotente por un imán, de la misma forma debido al factor mental de la intención, la mente se involucra con el objeto.*

Así funciona la intención, hace que la mente y los factores mentales se involucren en un objeto.

### **División en 6 de la intención**

Texto raíz

Al dividir a la intención desde el punto de vista de su base, hay seis tipos:

- (1) *La intención que surge del contacto al darse la unión de un objeto visible, [el poder sensorial] del ojo y una consciencia visual.*
- (2) *La intención que surge del contacto al darse la unión de un sonido, [el poder sensorial] del oído y una consciencia auditiva.*
- (3) *La intención que surge del contacto al darse la unión de un olor, [el poder sensorial] de la nariz y una consciencia olfativa.*
- (4) *La intención que surge del contacto al darse la unión de un sabor, [el poder sensorial] de la lengua y una consciencia gustativa.*
- (5) *La intención que surge del contacto al darse la unión de un objeto tangible, [el poder sensorial] del cuerpo y una consciencia táctil.*
- (6) *La intención que surge del contacto al darse la unión de un fenómeno, [el poder sensorial] de la mente y una consciencia mental.*

Continúa el texto raíz

*La intención es la acción mental. En general, hay dos tipos de acciones:*

- (1) *Acciones que son intención*
- (2) *Acciones intencionadas*



**Las acciones que son intención:** Son las acciones a nivel mental. Si a nivel mental la acción es virtuosa entonces la acción que se realiza es virtuosa. Si la acción mental es negativa aunque se realice una acción física o de palabra aparentemente virtuosa será negativa.

**Acciones intencionadas:** Están relacionadas con la intención. Son el producto de la acción mental que son las acciones físicas y de palabra.

Texto raíz

*Tal y como se dice en el Tesoro de conocimiento (estrofa 4.1cd):*

*Son la intención y lo que ésta produce.*

*La intención es la acción mental.*

*Aquello que produce son las acciones de cuerpo y de palabra.*

Con palabras sencillas, es la motivación que en algunas acciones se ve mas claramente que en otras. La motivación es esencial porque determina si la acción física o de palabra es virtuosa o no virtuosa.

Texto raíz

*Las acciones intencionadas son de dos tipos:*

*(1) Acciones físicas*

*(2) Acciones verbales*

*Además, aunque son ilimitadas, se dice resumiendo las principales, dan un total de siete acciones físicas y verbales y, teniendo en cuenta sus motivaciones, son los diez caminos de las acciones.*

Es muy importante conocer estas 10 acciones. Aunque hay muchas acciones estas se congregan en las 10 acciones no virtuosas. Se llaman *los diez caminos de las acciones* porque si las evitamos nos aseguramos un buen renacimiento y si continuamos cometiéndolas, el camino que estamos tomando es en dirección a un mal renacimiento.

Conocer estas 10 acciones no virtuosas es muy importante porque nos muestran el camino que debemos tomar y así nos dirigimos hacia uno o hacia el otro.

Conocer en profundidad estas acciones es muy difícil pero por lo menos debemos tenerlas claras. Nadie quiere coger el camino de un mal renacimiento sino que todos queremos un buen renacimiento, pero para involucrarnos en el camino que nos lleva a un buen renacimiento debemos conocer bien estas acciones.

## **Las 10 acciones negativas**

### **Las 3 acciones negativas del cuerpo:**

- Matar
- Tomar lo que no nos ha sido dado
- Tener una conducta sexual inadecuada

### **Las 4 acciones negativas de palabra:**

- Mentir: Especialmente mentiras graves como por ej. decir que tenemos realizaciones o dar la impresión de ser un ser muy elevado cuando no tenemos logros, o decir que tenemos clarividencia cuando no la tenemos.
- Utilizar palabras duras o hirientes.
- Hablar mal de las personas para dividirlos: Es cuando tenemos la motivación de dañar separando a las personas.
- La charlatanería: Como por ej. chatear por el móvil. El problema de esta acción negativa es que mucho tiempo de nuestra vida se malgasta.

### **Las 3 acciones negativas mentales**

- La codicia: Cuando queremos tener algo atractivo.
- La malicia
- Las visiones erróneas: Como negar la ley de causa y efecto.

Cuando evitamos cometerlas se convierten en las 10 acciones virtuosas que nos llevan por el camino de un buen renacimiento. Aunque esto también depende de la motivación que tengamos cuando las evitemos, porque si lo hacemos para obtener un buen renacimiento entonces se convierte en causa para un buen renacimiento. Pero si pensamos que mientras estemos en el samsara seguiremos experimentando sufrimiento y con el deseo de alcanzar la liberación evitamos cometer estas acciones, entonces se convierte en su causa y si pensamos que no es suficiente con liberarnos a nosotros mismos sino que debemos liberar a los demás seres y para conseguirlo debemos alcanzar el estado de un Buda, se convierte en causa para la budeidad.

Es esencial conocer estas 10 acciones no virtuosas porque si las evitamos creamos las causas para un buen renacimiento, la liberación o la iluminación. Son un escalón que no podemos saltarnos. Así que conocerlas bien es primordial y necesario para alcanzar nuestras metas.

Ahora las hemos visto desde un punto de vista general, pero estas acciones pueden ser mas graves o menos graves dependiendo del objeto y de otros factores como la intención. De acuerdo a su gravedad habrán diferentes resultados, por eso no todos los seres humanos somos iguales, ni vivimos las mismas experiencias.

Así que estudiad estas acciones en los textos de Lam rim, en la parte del karma, porque aquí es donde debemos poner nuestro esfuerzo. A veces hablamos de temas que están fuera de nuestro alcance pero las 10 acciones no virtuosas es algo que debemos evitar.

Texto raíz

*De esta forma, como se dice en el Tesoro de conocimiento (estrofa 4.66 bcd):*

*De entre todos ellos, al resumir los mas evidentes, los caminos de acción de naturaleza virtuosa y no virtuosa dan un total de diez.*

En otras palabras, hay muchos tipos de acciones pero si congregamos las mas importantes a evitar son estas 10.

## **Preguntas**

Estudiante: ¿En estados mentales sutiles siguen funcionando los 5 factores mentales omnipresentes como en el sueño?

Guesela: Durante el sueño tenemos mentes burdas, sutiles y muy sutiles, por eso algunos los recordamos y otros no. Si los recordemos es porque están presentes los factores mentales omnipresentes y también los determinantes.

Estudiante: ¿Durante el proceso de la muerte también están presentes los factores mentales?

Guesela: Hablamos de la mente en el contexto del sutra y en ese contexto se dice que los factores mentales omnipresentes siempre están presentes, porque si no estuvieran no habría mente. En el contexto del sutra no se menciona la conciencia muy sutil.

En realidad, en el momento de la muerte entramos en contacto con la mente muy sutil. Algunos eruditos dicen que la mente muy sutil no esta acompañada por los factores mentales, pero otro grupo de eruditos dice que sí están los factores mentales. Pero lo que nos interesa es darnos cuenta que esta mente está muy relacionada con los factores mentales, hasta tal grado que si nuestra mente está muy debilitada, los factores mentales también se debilitan y si nuestra mente está muy fuerte, los factores mentales también lo están.

Creo que si no hay factores mentales entonces es muy difícil conseguir la luz clara de la mente. Se trata de un estado donde la conciencia se condensa y se une la parte blanca y la parte roja, entonces si no están los factores mentales no se puede distinguir. Se refiere a que en el momento de la muerte, se trata de utilizar la conciencia muy sutil que se manifiesta en ese momento para reconocerla y relacionar la luz clara con la visión de la vacuidad, este es el propósito, por eso se estudia y si no están los factores mentales presentes no se puede conseguir.

**Pregunta:**

Estudiante: ¿**Cual es la diferencia entre la intención y la motivación?**

Guesela: Son distintos, pero es fácil que se puedan confundir. La intención nos hace involucrarnos con el objeto, mientras que la motivación es cuando pensamos “voy a hacer esto... tal vez haga esto”. Es decir, hay un momento previo y un momento actual. La motivación sería el momento previo y la intención sería el momento actual de la acción, por ej. cuando una persona dice “voy a mantener la ética para evitar renacer en los reinos inferiores” sería la motivación, y como es una persona que está en la existencia cíclica esta motivación estaría impregnada por la ignorancia. La intención sería cuando la persona está observando su ética o evitando cometer una acción negativa.

**La importancia de conocer las 10 acciones no virtuosas**

Estamos en el tema de la intención y estuvimos mencionando el karma y las 10 acciones no virtuosas. Debemos tener claro que cometer las 10 acciones no virtuosas es algo malo y abstenernos de cometerlas es algo bueno y es mantener una disciplina ética.

Las acciones negativas se han condensado en 10 porque son las más esenciales, pero en realidad son innumerables porque hay distintos tipos de acciones. Se agrupan en las 10 acciones negativas para que tengamos más claras las acciones que debemos evitar.

Este tema es importante porque si lo estamos estudiando es para que podamos aplicar las enseñanzas. Evitar cometer las 10 acciones no virtuosas es practicar las enseñanzas y es la base de otras prácticas como meditar en la bodichita, en la visión correcta o en el tantra. Así que si no sabemos cuáles son las 10 acciones no virtuosas, entonces, nos falta lo mas esencial o la base del resto de adiestramientos.

Por eso es muy importante que nos memoricemos estas 10 acciones no virtuosas y las recordemos continuamente para interiorizarlas y así con mayor facilidad las identificaremos para evitarlas porque el resultado que trae me perjudica. Pero, si las evito voy a obtener a cambio un resultado muy positivo y así reflexionamos en las ventajas y desventajas de cometer o evitar estas acciones.

Estamos estudiando el tema de mente y factores mentales con el objetivo de aplicarlo en nuestras vidas, y en este caso, para evitar cometer acciones negativas, por ej. la primera de las acciones no virtuosas del habla es mentir y aunque sabemos que es una acción negativa seguimos mintiendo sin inmutarnos. Pero si comparamos una persona que sabiendo que es una negatividad miente, con otra que no lo tiene asimilado, aunque las dos cometen la acción negativa de mentir, la que lo sabe comete una acción negativa mas grave que la que no lo sabe. Por eso debemos tener mucho cuidado.

**Continuamos con el comentario****División en 3 de las acciones**

- Virtuosas
- No virtuosas

- Neutras

La siguiente definición aparece en el texto *Los 70 temas*.

**Acciones virtuosas:** Son aquellas acciones expuestas por el Buda como virtuosas, cuyo resultado de maduración va a ser de acuerdo a lo virtuoso, es decir, un resultado favorable.

Lo mas importante de la definición es: “aquellas expuestas por el Buda como virtuosas”.

**Acciones no virtuosas:** Son aquellas expuestas por el Buda como no virtuosas, cuyo resultado va a ser de acuerdo a lo no virtuoso.

Lo importante de la definición es: “aquellas expuestas por el Buda como no virtuosas”.

**Acciones neutras:** Son aquellas acciones que el Buda no mencionó si eran virtuosas o no virtuosas como por ej. comer, venir, etc. Pero podemos convertirlas en acciones virtuosas o no virtuosas.

### Preguntas:

Estudiante: Si el Buda dijo que no aceptáramos lo que él dijera sin analizarlo antes, con las definiciones anteriores parece que simplemente hay que creer lo que el Buda dice.

Guesela: No es contradictorio porque el Buda nos incita a que nos cuestionemos cosas. Hay cosas sobre las que reflexionamos porque son útiles para nosotros y hay otras cosas que no nos cuestionamos, como cuando el Buda dice que todos los fenómenos compuestos son impermanentes. Esto no lo reflexionamos en profundidad sino que pensamos que las cosas son impermanentes y ya está.

El Buda nos anima a cuestionarnos pero principalmente para poderlo aplicar a nuestra vida. Entonces, lo que necesitamos aplicar lo analizamos y lo que no necesitamos aplicar no lo analizamos.

Las definiciones de las acciones virtuosas, no virtuosas y neutras puede hacernos surgir alguna duda porque algunos eruditos panditas no estuvieron totalmente conformes con estas definiciones. Pero algunos eruditos tibetanos sí las aceptaban tal cual.

Nosotros estamos siguiendo un texto que se utiliza en el monasterio de Sera je que vienen de Choky Gyaltzen que así lo define.

Pero esta definición no es la primera vez que la mencionamos, ya que en *Los 70 temas* en la parte del objeto de observación aparece esta descripción.

Hay un punto que puede ser debatible, por ej. Jose es una persona que tiene mucho esfuerzo gozoso y eso es algo virtuoso, ¿en qué escrito aparece la descripción del Buda sobre el esfuerzo gozoso como algo virtuoso?

Estudiante: En el Lam.Rim

Guesela: La cuestión es, que la descripción del esfuerzo gozoso de Jose no la encontramos en ningún Sutra. Esto no quiere decir que la acción de Jose no se haya descrito como virtuosa, ya que el esfuerzo gozoso es una de las 6 paramitas que los

bodisatvas tienen que llevar a cabo. El Buda dijo que el esfuerzo gozoso es una de las paramitas y por lo tanto, una acción virtuosa. Es decir, que a partir de esa generalidad dada por el Buda, lo aplicamos a una particularidad que es el esfuerzo gozoso de Jose como algo virtuoso.

Por lo tanto, cuando el Buda habló de las acciones virtuosas y no virtuosas, lo hizo de forma general.

### **Otra división de las acciones en 3**

- Meritorias
- No meritorias
- No fluctuantes

**Acciones meritorias:** Son las acciones del reino del deseo que se realizan cuando evitas cometer una acción no virtuosa.

**Acciones no meritorias:** Cuando se comete alguna de las 10 acciones no virtuosas y se realizan en cualquier reino del samsara.

**Acciones no fluctuantes:** Son las acciones que se realizan para renacer en los reinos superiores de forma y sin forma. Es decir, se acumulan acciones inamovibles a partir del estado de la calma mental.

Cuando se está en un estado de meditación equilibrado, que es un estado de concentración unidireccional, acumulamos acciones inamovibles.

Los seres renacen en cualquiera de los tres reinos superiores por haber realizado acciones con mérito y renacen en cualquiera de los tres reinos inferiores por haber realizado acciones sin mérito.

En cuanto a la división de las acciones, el texto dice que hay que conocerlas al detalle.

Texto raíz

*En este sentido, es de suma importancia conocer a detalle:*

- *La identidad de esas acciones,*
- *La manera en la que sus resultados son establecidos,*
- *La distinción entre las [acciones] que impulsan y las que completan,*
- *La distinción entre aquellas que se experimentarán de forma definitiva y entre aquellas que sus resultados no se experimentarán de forma definitiva,*  
*y,*

Es muy importante conocer las acciones que impulsan y las acciones que completan por eso vamos a explicarlas, para ello utilizaremos los 12 vínculos de originación interdependiente.

### **Causas que impulsan**

- La ignorancia
- Las formaciones kármicas
- La conciencia

## Causas que completan

- El apego
- El aferramiento
- El devenir

Utilizando una analogía sería: si tenemos una semilla y la cuidamos, va a surgir un brote. El brote es el resultado y la semilla es la causa.

Si nos referimos a los 12 vínculos, la ignorancia nos lleva a cometer una acción que es la formación kármica. La formación kármica sería como la semilla que guardamos en un lugar con las condiciones adecuadas que sería la conciencia, donde se queda durante miles de años.

Por lo tanto, la semilla es la causa que impulsa y las condiciones adecuadas para que surja el brote serían las causas que completan.

De los 12 vínculos, 6 son causa y 6 son resultado. De los 6 que son causa, 3 de ellos son causa que impulsa y 3 son causa que completa.

Debe quedar muy claro que causa no es lo mismo que acción. Si se explicó utilizando los 12 vínculos es para tener más claro a que se refiere con acción que impulsa y acción que completa. Recordar que en los 12 vínculos estamos hablando desde el punto de vista de causa y no de acción.

## Acciones que definitivamente se experimentan y acciones que definitivamente no se experimentan

Quiere decir, que si purificas no necesariamente o no es definitivo que vayas a experimentar el resultado de esa acción.

Texto raíz

*En relación a las acciones que se experimentarán de forma definitiva, la distinción entre:*

- *Las acciones que se experimentarán en esta vida [es decir: la vida en la que la acción fue acumulada],*
- *Las acciones que se experimentarán una vez habiendo renacido, y*
- *Las acciones que se experimentarán en algún otro renacimiento.*

Guesela: Denme un ejemplo de las acciones que se experimentan en la misma vida en que se realizan.

Estudiante: Alguno de los 5 crímenes extremos.

Guesela: Cuando se comete alguno de los 5 crímenes extremos, cuando mueres vas directo a los reinos inferiores.

Estudiante: La enfermedad, la vejez y la muerte.

Carlo: Alguna acción que realizas con bodichita.

David: Cuando alguien roban si le pillan lo llevan a la cárcel.

Paloma: Cuando se realiza una acción, ya sea positiva o negativa, con un engaño muy fuerte o respecto a un objeto poderoso, se experimenta en esta misma vida.

Guesela: En ese caso sería una gran negatividad pero no necesariamente se experimenta en esta misma vida.

Hay una historia que os he contado en otras ocasiones y no cuento historias para teneros contentos y pasar un buen rato, sino para que se os queden grabadas en vuestra mente y os sirvan como punto de referencia.

Es la historia de Tsawo Pumo que todo lo que ganaba se lo daba a su madre, ya sea que ganara cuatro monedas, ocho monedas, etc. Todo el dinero que le había dado a su madre luego se le multiplico cuando se fue a explorar el mundo con 4, 16 y 36 diosas que estaban para complacerlo.

Este es un buen ejemplo de cómo el resultado del acto de dar dinero a su madre lo experimentó en esta misma vida. Estas no son historias inventadas sino que están en los Sutras. Entonces, si me ponéis otro ejemplo no sería válido porque tiene que ser un ejemplo como este.

**Acciones que se experimentan en la vida siguiente a esta:** Los 5 crímenes atroces. Se llaman así porque cuando mueres te vas directo a los reinos inferiores. Pero si lo purificas antes, no necesariamente lo tienes que experimentar.

En tibetano la etimología de esta palabra significa *una negatividad que no te la puedes quitar*. Tiene este nombre porque para las escuelas Vaibasica y Sautantrica una vez cometes alguno de estos crímenes atroces ya no lo puedes purificar. Pero según las escuelas superiores sí se pueden purificar.

En el texto de *Carta a un amigo* de Nagarjuna se dice que sí se pueden purificar los 5 crímenes atroces. También menciona en una estrofa al rey Matiegpa y Angulimala que cometieron negatividades que luego purificaron. Pero voy a aclarar algo, Angulimala mato a mucha gente pero no cometió ninguno de los 5 crímenes atroces, en cambio el rey Matiegpa sí cometió uno de los 5 crímenes atroces.

Texto raíz

*Temiendo a escribir demasiado, en esta ocasión no daré una explicación extensa. Aquellos con destreza e inteligencia pueden consultar los detalles en el texto raíz y en el auto comentario del Tesoro de conocimiento escrito por el gran erudito Vasubandhu, así como en las excelentes explicaciones puras del totalmente omnisciente [Tsong-kha-pa].*

## **El contacto (reg pa)**

Texto raíz

*En relación a la definición de contacto, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el contacto?*

*RESPUESTA: Distingue la transformación del poder sensorial al darse la unión de las tres [condiciones]. Tiene la función de servir de base para las sensaciones.*



*Tal y como se acaba de mencionar, el contacto es un conocedor que al darse la unión de las tres [condiciones]: un objeto, un poder sensorial y una mente primaria (aspecto de conciencia), distingue a un objeto en relación a cualquier sensación subsiguiente de placer y demás que se experimente.*

Por lo tanto, si se juntan las tres condiciones que son: El objeto, el poder sensorial y el aspecto de conciencia, distingue a un objeto en relación a cualquier sensación subsiguiente y demás que se experimente. Eso va a ser la base o va a dar lugar a que se dé una sensación placentera o no placentera.

Texto raíz

*En este caso, “la transformación del poder sensorial” [en la cita anterior] se menciona por la siguiente razón: Por ejemplo, por el hecho de encontrarse con una forma atractiva, el poder sensorial del ojo se transforma en una causa de apego hacia la sensación agradable. De la misma forma, el contacto, al identificar una forma atractiva, se transforma en una causa para una sensación agradable.*

## División

Texto raíz

*Al diferenciar el contacto desde el punto de vista de su base, encontramos seis:*

- (1) El contacto al darse la unión entre un objeto visible, el [poder sensorial] del ojo y un aspecto de conciencia visual;*
- (2) El contacto al darse la unión entre un sonido, el [poder sensorial] del oído y un aspecto de conciencia auditiva;*
- (3) El contacto al darse la unión entre un olor, el [poder sensorial] de la nariz y un aspecto de conciencia olfativa;*
- (4) El contacto al darse la unión entre un sabor, el [poder sensorial] de la boca y un aspecto de conciencia gustativa;*
- (5) El contacto al darse la unión entre un objeto tangible, el [poder sensorial] del cuerpo y un aspecto de conciencia táctil; y*
- (6) El contacto al darse la unión entre un fenómenos, el [poder sensorial] de la mente y un aspecto de conciencia mental.*

## La aplicación mental (yid la byed pa)

Texto raíz

*En relación a la aplicación mental (atención), El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la aplicación mental?*

*RESPUESTA: Es un empleo de la mente. Tiene la función de mantener la mente sobre el objeto de observación.*

*Tal y como se ha dicho, es un conocedor que, centra a la mente que va unida a él con un objeto de observación en particular. ¿Cuál es la diferencia entre intención y aplicación mental? La **intención** mueve la mente hacia los objetos en general, mientras la **aplicación mental** (atención) dirige la mente a un objeto específico.*

*[Un análisis del conjunto de los factores mentales omnipresentes]*

*¿Cuál es la razón para nombrar “omnipresentes” a estos cinco factores mentales como las sensaciones y demás? [En tibetano: kun ‘gro, literalmente: vienen todos]. Se les*

*llama así porque son factores mentales que acompañan a **todas** las mentes [En tibetano: rjes su 'gro ba, literalmente: ir después].*

Estamos hablando de los 5 factores mentales omnipresentes. Si falta alguno de ellos, ya sea una mente correcta como una mente errónea, como dice el texto: la experiencia de ese objeto no estaría completa.

Texto raíz

*Además, si falta alguno de los cinco factores mentales omnipresentes, entonces la experiencia de un objeto no estará completa:*

- *Sin la sensación, entonces no habría experiencia;*
- *Sin la discriminación, no habría percepción de los signos no comunes [o particulares] del objeto;*
- *Sin la intención, entonces [la mente] no se acercaría al objeto;*
- *Sin la aplicación mental, entonces [la mente] no se dirigiría a un objeto de observación específico;*
- *Sin el contacto, no habría base [para la sensación].*

*Por lo tanto, para que la experiencia de un objeto sea total, tienen que estar ahí sin excepción todos los cinco factores mentales omnipresentes.*

Para entenderlo mejor utilicemos un ejemplo: Si tenemos una herida en el brazo tenemos una sensación, si hay sensación es porque está el aspecto de conciencia sensorial y si no hay sensación de dolor o placer es porque no está el aspecto de conciencia sensorial.

También, si tu brazo puede sentir algo suave o rugoso es porque está el aspecto de conciencia táctil y si no hay sensación es porque el aspecto de conciencia táctil no está.

La mente principal se compara con un rey y para que pueda distinguir si algo es rojo, agradable, si hago esto o no, si se involucra o no en el objeto y demás, es gracias a los 5 factores mentales omnipresentes.

### **Preguntas:**

**Estudiante:** Cuando tienes una herida, tengo claro que está el aspecto de la conciencia táctil y los 5 factores mentales omnipresentes, pero si la intención es lo que mueve la mente hacia el objeto, en esos momentos la mente está en el objeto, entonces, no sé qué papel juega la intención.

**Respuesta:** Si hay una sensación de dolor también están el resto de los factores mentales omnipresentes. La intención dirige tu mente hacia un objeto, por lo tanto, si hay una sensación de dolor tu mente se dirige a ese objeto o lugar. La función de la intención es que cuando se tiene una sensación desagradable tu mente se dirige ahí.

**Estudiante:** En la división de la discriminación de lo pequeño se distinguía entre: discriminaciones de los atributos del reino del deseo y discriminaciones en el continuo mental de la persona del rey del deseo ¿puede aclararlo?

**Respuesta:** Cuando hablamos de la discriminación de lo pequeño nos referimos a una persona como nosotros que estamos en el reino del deseo y por lo tanto, lo que está observando son los objetos de placer o de deseo, los objetos de atributos del reino del

deseo y por eso luego genera apego. El punto esencial es la parte que dice *un ser ordinario*.

Cuando se habla de los atributos del reino del deseo se refiere a los objetos de los sentidos como formas, sonidos, olores, sabores y objetos del tacto. Pero no es que sean dos divisiones.

### Recitación de las Alabanzas a Tara

Comenzamos recitando las Alabanzas a Tara para que se pacifiquen los conflictos, las guerras y los problemas que están pasando los seres. Ante estas situaciones desagradables recurrimos a la oración para que por su fuerza los problemas se eliminen.

#### Pregunta:

Guesela: ¿Cuales son los 5 factores mentales omnipresentes?

Estudiante: Son la sensación, la discriminación, la aplicación, el contacto y la intención.

Guesela: La próxima clase los volveré a preguntar. Si les pregunto es para que cumplamos con el objetivo de estar aquí y entre mas los conocemos estaremos mas atentos de ellos.

#### Factores mentales determinantes

- Aspiración
- Reconocimiento
- Atención plena
- Estabilización meditativa
- Sabiduría adquirida

Es bueno que tengáis un esquema de todos los factores mentales para que os los podáis memorizar e integrarlos en vosotros.

#### Aspiración:

Texto raíz

*En relación a la definición de aspiración, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la aspiración?*

*RESPUESTA: Es el querer estar dotado con este o aquel [atributo] de una cosa deseada. Tiene la función de actuar como base para la generación del esfuerzo.*

La función de la aspiración es actuar como base para generar el esfuerzo gozoso, por lo tanto, es desde el punto de vista virtuoso. Pero la aspiración no es necesariamente virtuosa. La aspiración da la base para que se genere el esfuerzo gozoso.

De hecho, la definición de la aspiración es: un conocedor que habiéndose fijado una meta la busca intencionalmente.

Guesela: Basándonos en esta definición ¿entonces, la aspiración puede ser virtuosa, no virtuosa y neutra?

Estudiante: Si.

Guesela: Dame un ejemplo de los tres tipos.

Estudiante: Un ejemplo de la aspiración virtuosa sería lograr la mente de la bodichita. Una aspiración no virtuosa sería llegar a convertirme en el mejor ladrón.

Guesela: Se sorprende con este ejemplo el Lama, porque no hace falta esforzarnos en generar una aspiración no virtuosa porque nuestra cabeza está llena de objetos de deseo

como formas atractivas, olores agradables, sonidos atractivos, etc., que nos esforzamos por conseguir.

La aspiración neutra sería por ej. si llega la hora de comer y llevas dos horas y media sin probar alimentos entonces buscarías comida.

Es decir, la aspiración es el esfuerzo de buscar intencionalmente lo que queremos, que puede ser virtuosa, no virtuosa o neutra, pero en este contexto es desde el punto de vista virtuoso.

Texto raíz

*Como se ha mencionado, es un conocedor que, habiéndose fijado una meta, la busca intencionalmente. La forma en la que la aspiración actúa como base para el esfuerzo, es la siguiente: [En el texto de Maitreya] Discriminación entre el centro y los extremos (en la estrofa 4.5ab) se dice:*

*La base y lo sostenido por ella y La causa y el resultado.*

Se han mencionado cuatro puntos: la base, lo sostenido por la base, la causa y el resultado. ¿A que se refiere con esto?.

Estudiante: La base sería la fe, lo sostenido por la base sería la aspiración, el resultado sería la flexibilidad y la causa es el esfuerzo.

Guesela: Esta explicación se da para desarrollar la concentración. Este tema aparece cuando se explica la calma mental, que es desarrollar el máximo nivel de concentración.

Pero la aspiración y estos cuatro puntos no solo se limitan al tema de la concentración, sino que se utilizan para desarrollar cualquier práctica virtuosa.

Estos puntos son muy importantes para practicar la virtud, por ej. para estudiar las enseñanzas primero debemos sentir gusto por estudiarlas y la alegría de querer hacerlo viene con la fe, porque si tenemos fe y confiamos en las enseñanzas surge alegría por hacerlo. Esta fe hace que las encontremos atractivas y esto produce la aspiración que es el deseo de conseguirlas, en este caso, es el deseo de conseguir comprenderlas. Esto trae como consecuencia el esfuerzo por comprenderlas y estudiarlas y luego cuando comprendes algo de las enseñanzas surge la alegría que es la flexibilidad.

Esto es muy importante especialmente a la hora de practicar o estudiar las enseñanzas. Porque si estudiamos pero no tenemos fe o confianza en lo que vamos a estudiar, no estamos alimentando el gusto por hacerlo, no lo encontramos atractivo, por eso no surge el deseo por estudiar y sentimos rigidez, porque estamos forzando, pero no estamos alimentando el gusto o aspiración, por eso nos forzamos mucho y esto nos lleva a frustrarnos.

Por eso a la hora de practicar o estudiar es muy importante que hagamos surgir estos puntos, como la confianza en lo que estamos practicando como por ej. para meditar en la impermanencia y muerte, ley de causa y efecto, etc., primero debemos tener fe o confianza en ello, luego sentimos la aspiración o deseo de conseguir comprender estos temas, esto nos lleva a cultivar el esfuerzo de meditar en ello, hasta que llega un momento en que lo comprendemos. Cuando asimilamos el tema de impermanencia y

muerte hay muchas preocupaciones que suelta nuestra muerte porque sabemos que nos vamos a morir.

Normalmente estos puntos de fe, aspiración, esfuerzo gozoso y flexibilidad se desarrollan en el tema de la concentración, pero no solo es para esto, sino para hacer cualquier práctica virtuosa. Por eso, también se pueden utilizar en una dirección no virtuosa, en este caso no sería fe sino por ej. cuando ves algo atractivo y lo deseas, esto te lleva a quererlo conseguirlo que es la aspiración, esta aspiración hace que nos esforcemos o perseveramos por conseguirlo [no se puede utilizar la palabra esfuerzo gozoso porque tiene la connotación de ser siempre virtuoso]. Esto hace que consigas un resultado que a lo mejor de forma inmediata es agradable pero a la larga te trae problemas.

En relación a algo virtuoso sería si encuentras algo atractivo o que le tienes fe, luego aspiras a conseguirlo, te esfuerzas para obtenerlo y luego consigues la flexibilidad que es cuando consigues comprender algo, que es una sensación placentera que te impulsa a seguir conociendo.

El tema de la aspiración es importante conocerlo para que distingamos entre la aspiración virtuosa y la no virtuosa y así estaremos mas atentos para reconocerlas. Si la reconocemos como virtuosa haremos lo posible por incrementarla y para ello hace falta fortalecer la fe o confianza en aquello a lo que aspiras para encontrarlo mas atractivo y que la aspiración se haga mas fuerte. Por lo tanto, la aspiración es mas fuerte en la medida en que la fe sea mas fuerte. Así también es mas fuerte el esfuerzo gozoso y entre mas nos esforzamos mas nos acercamos a la meta que buscamos.

Si es en relación a la no virtud hay que tratar de detenerla o quitarle fuerza viendo sus desventajas, viendo que es un error y que no deberíamos alimentarla. Si lo vemos como algo negativo le quitamos fuerza y disminuye porque la aspiración no virtuosa surge en nosotros de manera muy natural. En cambio la aspiración hacia lo virtuoso necesitamos fortalecerla y la aspiración neutra es indiferente o es igual.

Texto raíz

*El gran tratado de los estadios del camino a la iluminación menciona:*

*Si no es posible dejar de lado la pereza, que es la ausencia de entusiasmo hacia el cultivo de la estabilización meditativa, y disfrutando cosas que no conducen a ella, entonces desde un inicio no habrá interés en involucrarse en la estabilización meditativa. Incluso si se logra, degenerará rápidamente ya que no será posible mantenerla. Por lo tanto, es sumamente importante ponerle fin a la pereza desde un inicio. En relación a esto, al obtener flexibilidad, el cuerpo y la mente se llenan de alegría y gozo y se logra superar la pereza, debido a que no surge el cansancio por cultivar la virtud día y noche. Para poder generar esa [maleabilidad o flexibilidad], es necesario esforzarse continuamente en la estabilización meditativa que es la causa de la maleabilidad. Y para poder generar dicho [esfuerzo], se necesita una continua y ferviente aspiración que busca la estabilización meditativa. Como causa de dicha [aspiración], es necesaria una fe estable al ver las excelentes cualidades de la estabilización meditativa. De esta manera, en un inicio, se debe meditar una y otra vez en la fe que reflexiona acerca de las excelentes cualidades de la estabilización*

*meditativa. Y al ver el proceso por medio de haberlo practicado, se logrará entender este punto esencial con una clara certeza.*

La pereza es algo negativo y nos crea muchos inconvenientes en el estudio y otras practicas virtuosas porque es la ausencia de entusiasmo al cultivo de algo virtuoso y bueno para nosotros y en cambio, disfrutamos de cosas que no nos conducen a la virtud. Si tenemos pereza no vamos a tener entusiasmo, no disfrutamos de hacer acciones virtuosas y no vamos a querer hacerlo mas. Si hay pereza no hay interés en involucrarnos en acciones virtuosas.

Otro de los problemas de la pereza es que cuando empiezas a involucrarte en acciones virtuosas te desanimas muy pronto y te pones triste si no lo consigues. En cambio, si tienes flexibilidad vences la pereza.

Si volvemos a la cita: *“La base y lo sostenido por ella y La causa y el resultado.”* Estamos hablando de lo mismo, primero debemos tener fe o confianza en algo que significa verlo atractivo, esto nos lleva a generar la aspiración por conseguirlo que nos lleva al esfuerzo gozoso que trae como resultado la flexibilidad.

Esto se debe hacer de una forma gradual porque la fe es la causa de la aspiración y por lo tanto debe ser una fe estable al ver las excelentes cualidades de por ej. la concentración. Esta nos lleva a aspirar a conseguirlo, por eso en un inicio se debe meditar mucho en la fe que reflexiona en las excelentes cualidades de la concentración.

Texto raíz

*Para probar este punto, [Tsong-kha-pa] cita [anteriormente] el pasaje de Discriminación entre el centro y los extremos, al hablar de “La base...”, explica su significado de la siguiente manera:*

*La **base** es la aspiración, sobre lo que se fundamenta el esfuerzo [gozoso]. Lo que está **soportado por la base** es el esfuerzo. La **causa** de la aspiración es la fe de convicción en las excelentes cualidades. El **resultado** del esfuerzo es la maleabilidad (flexibilidad).*

*Reflexionar cuidadosamente en estas modalidades es un punto esencial y especialmente importante para la práctica, tal y como lo dice el totalmente omnisciente [Tsong-kha- pa]. Al ser introspectivo y contemplar cuidadosamente que estas modalidades en las que el camino ha sido enseñado por los grandes pioneros llevan una secuencia definida,*

Quiere decir que estas enseñanzas que se exponen como dicen los grandes pioneros, haciendo referencia especialmente a Asanga, se explican en un orden determinado para adiestrarnos. Si tomamos estas enseñanzas como meras palabras o las estudiamos como cualquier libro o en el caso de los monjes si las estudian como meros puntos para debatir y no para practicar, entonces, no estamos tomando la esencia de estas enseñanzas. Si lo hacemos así no habrá forma de obtener certeza o confianza en ellas, no las vas a ver como algo a practicar y cuando intentemos practicarlas, como no las encontramos atractivas, ante cualquier dificultad las abandonamos.

## Texto raíz

*no simplemente considerándolas como meras palabras, entonces se obtendrá certeza acerca de dichas características. Sin embargo, al centrarse solamente en las palabras y creer que los textos de los grandes pioneros son solamente una doctrina irrelevante o una rama para debatir, entonces serán desechadas en el momento en el que llegue la hora de practicarlas. Y de esta manera no habrá forma de obtener certeza acerca de estos métodos. Y mucho menos la generación en el continuo mental de los excelentes caminos que satisfacen a los Conquistadores, sin contar siquiera con la buena fortuna de tener claro el objeto que debe ser comprendido [por la mente].*

Si estudiamos estas enseñanzas como si fueran cualquier libro, aunque también nos beneficiamos porque dejamos huellas en nuestro continuo mental, no le estamos sacando el máximo beneficio del estudio de las enseñanzas. La forma de sacar el máximo beneficio es practicándolas y la única forma de esforzarnos en ellas es dejándolas de ver como meras palabras y verlas como algo a conseguir y esta aspiración surge cuando las vemos muy beneficiosas y deseamos comprenderlas y nos esforzamos hasta conseguir desarrollarlas en nuestro continuo mental.

## Texto raíz

*La aspiración se divide en tres tipos:*

*La aspiración que desea encontrar*

*La aspiración que desea no separarse*

*La aspiración que busca*

*La aspiración que busca se divide en muchos tipos: Aspiración que busca deseos, aspiración que busca puntos de vista, etc.*

Cuando a veces se describen diferentes puntos de las enseñanzas se dice “el número es definitivo, el orden es definitivo, descripción de tales puntos es definitivo, etc.”. Vamos a referirnos al orden definitivo, que es lo que hemos explicado antes. Hay un orden determinado en las enseñanzas y esto es lógico porque primero debemos encontrar atractiva la meta y por eso las enseñanzas nos hablan de sus beneficios. Entre mas beneficios les vemos o ventajas, mas atractivo vemos el objetivo y así, mas fuerte es el deseo por conseguirlo -aspiración- y entre mas fuerte es nuestra aspiración, mas fuerte es nuestro esfuerzo o mas determinados estamos por conseguirlo. Entre mayor sea nuestro esfuerzo gozoso, mas rápidamente se consigue el resultado de la flexibilidad.

Por eso hay un orden y no podemos saltarnos puntos, porque uno da lugar al otro. Es importante tener este orden claro para no equivocarnos y gastar nuestras energías, porque a veces como no tenemos claro los beneficios de la meta la aspiración no es muy fuerte, sin embargo, vamos directo al punto del esfuerzo, pero como no vemos sus grandes beneficios nos desanimamos muy rápidamente y la pereza nos vence. En cambio, si tratamos de alimentar cada eslabón de la cadena el esfuerzo es constante y no vamos a vencernos fácilmente por la pereza y conseguiremos nuestra meta.

**El reconocimiento**

## Texto raíz



*[B2] Reconocimiento (mos pa)*

*En relación a la definición de reconocimiento (creencia), El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el reconocimiento?*

*RESPUESTA: Es aquello que mantiene algo que ya ha sido determinado tal y como ha sido especificado. Tiene la función de no ser cautivado [de no perderlo].*

También se puede traducir como creencia o determinación.

Es un conocedor que mantiene el objeto que ha sido determinado por su conocedor válida que ha dicho “es así y no de otra manera” y lo mantiene.

Pero este reconocimiento no necesariamente tiene que venir de un conocedor válido, sino que a veces tenemos la seguridad de que es así. Significa que una vez lo crees de esa manera ya no cambias de parecer. Por lo tanto, esa creencia o seguridad puede venir por un conocedor valido o porque así te lo dijeron y lo crees tal cual y no cambias de idea, por eso también se traduce como creencia. De allí que su función sea no ser cautivado o que no lo pueda perder.

Este tema lo hemos mencionado en otras ocasiones, ¿que pasa si crees en algo sin llegar a ser un conocedor válido?. ¿Cual es el peligro de esta creencia?.

Estudiante: Que puedes cambiar de opinión.

Guesela: Defínelo mas.

Estudiante: Cuando tienes una creencia y no la sostienes con un razonamiento o convicción profunda en un momento determinado te dicen lo contrario a lo que piensas y lo puedes perder o cambias de opinión.

Guesela: El punto clave es que la creencia no necesariamente tiene que estar basada en un conocedor válido. Desde un punto de vista filosófico sería igual que en la aspiración que puede ser de tres tipos: virtuosa, no virtuosa y neutra. Igual sucede con la creencia que puede ser de tres tipos: virtuosa, no virtuosa y neutra. Algo válido es correcto, pero si decimos que no necesariamente tiene que ser por un conocedor válido, significa que no necesariamente tiene que ser correcto. Por lo tanto, la creencia o reconocimiento puede ser no virtuoso también. Lo relacionamos con la aspiración porque si hay aspiración es porque hay creencia, están muy unidas la una con la otra.

Podemos creer por ej. que la iluminación se pide para que nos la concedan, y ser una creencia fuerte, pero no está basada en un conocedor válido porque la iluminación no se concede.

Texto raíz

*Como se ha dicho, es un conocedor que mantiene el objeto que ha sido determinado por su cognición válida, pensando: “Es de esta forma y no de esta otra manera”. Su función se especifica como “no dejarse cautivar”, debido a que ha obtenido un firme reconocimiento o creencia en el objeto determinado, algo opuesto no puede oponerlo al mismo. Por ejemplo, al reflexionar en las diferencias que hay entre los maestros budistas y los no budistas en el contexto de la toma de refugio, uno analiza: “¿Cuál es*

*un refugio auténtico?” Y determina que sólo el maestro, el Buda, es un refugio certero. Entonces, cuando la doctrina enseñada por él y la comunidad espiritual, que practica adecuadamente su doctrina, son reconocidas como auténticas basándose en una cognición válida, entonces se obtiene un firme reconocimiento (o creencia) en ellos como refugios definitivos. Así los charlatanes y demás no podrán alejar a alguien de esta posición; ya que ha pasado a formar parte de los budistas y, con esta base, aumentarán todas las cualidades auspiciosas.*

Continúa el texto

Además, en *Una guía para el estilo de vida del bodhisatva* (estrofa 7.40) se dice:

*El Sabio [el Buda] ha dicho que el reconocimiento es la raíz de todas las facetas de la virtud;*

*su raíz es la familiarización constante*

*con los efectos de maduración (de las acciones).*

Es decir, el Buda habló de la creencia como una cualidad a cultivar porque es la base del desarrollo de la virtud. Porque si creemos en algo, tratamos de conseguirlo o de actuar de acuerdo a esa creencia. La creencia te impulsa a actuar. Creemos en ello porque nos hemos familiarizado o reflexionado constantemente y hemos visto que las enseñanzas del Buda tienen sentido. Entre mas convencidos estamos mas nos familiarizamos con esta convicción y esto trae los resultados que buscamos.

Esta estrofa tiene mucho sentido porque cuando si reflexionamos en los resultados que podemos obtener si seguimos este comportamiento, mas creemos en ello. En especial, si crees en los resultados que van a madurar si te involucras en una práctica determinada. Porque si nos convencemos en sus beneficios, entonces, nuestro esfuerzo es mas intenso y así florecerán todas las virtudes porque lo vemos como algo bueno para nosotros y esto hace que empecemos a cultivarlo.

A veces podemos creer en algo que al final nos trae un resultado negativo, en cambio este tipo de creencia es virtuosa porque nos trae resultados positivos y además, creemos en estos resultados. Por eso esta creencia es esencial para cultivar la virtud.

Pregunta

Estudiante: ¿Son importantes los méritos para generar la aspiración y la creencia?

Guesela: No necesariamente, porque la aspiración puede ser virtuosa o no virtuosas al igual que la creencia, por lo tanto, la aspiración o creencia hacia algo negativo no hacen falta los méritos, pero si es para aspirar o creer en algo virtuoso sí hacen falta los méritos.

Pero hay que tener muy claro que necesitamos méritos que significa acumular el método y la sabiduría y cuando completamos la acumulación de ambos, obtenemos el resultado de la budeidad.

## Repaso de la clase anterior

De los 5 factores mentales determinantes hemos visto la aspiración y el reconocimiento. En el contexto de Lo rig se estudian estos dos factores mentales desde el punto de vista virtuoso, pero no necesariamente tienen que ser virtuosos.

## Atención plena

*En relación a la entidad de la atención plena, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la atención plena?*

*RESPUESTA: Es cuando la mente no se olvida de un objeto familiar. Tiene la función de evitar la distracción.*

En este caso la atención plena es desde el punto de vista virtuoso y su función es evitar la distracción.

Guesela: ¿Que entienden por un objeto familiar?

Estudiante: Un objeto ya conocido.

Guesela: ¿Necesariamente tuviste que haber entrado en contacto con el objeto o haberte relacionado con el?.

Estudiante: Si.

Guesela: ¿Significa que para que el objeto sea conocido tiene que haberse encontrado el objeto y el poseedor del objeto?. Si esto entendemos por objeto de familiarización entonces que pasa si por ej. alguien te describe un lugar que no conoces y te haces una idea de cómo es ese lugar. Luego conoces ese lugar por primera vez y recuerdas que se parece a la descripción que te habían hecho.

Por eso no es necesario que se encuentren el objeto y el poseedor del objeto para que éste sea conocido. Hay que tener en cuenta, que un objeto familiar también se refiere a una idea o recuerdo.<sup>32</sup>

Guesela: Aunque no necesariamente el sujeto ha estado en contacto con el objeto, de algún modo debe haberlo conocido para tenerlo en su mente. La atención plena es una cualidad muy importante tanto a nivel espiritual como en la vida cotidiana.

Guesela: Para que la atención plena pueda surgir ¿que hay que abandonar?

Estudiante: La distracción.

Guesela: No estoy hablando de un engaño que hay abandonar sino que cuando se toman *Los 8 Preceptos Mahayana* no se bebe alcohol o toman intoxicantes y esto trae como beneficio tener una mente mas clara. También le llamamos memoria a la atención plena.

Hay una atención que debemos esforzarnos por fortalecer y otra atención que debemos quitarle fuerza o evitar recordar algo por ej. si una persona te ha hecho algo desagradable no debes prestarle mucha atención ni guardarlo en tu memoria, porque cada momento que lo recuerdas te estas dañando a ti mismo. Por eso nos aconsejan que nos distraigamos en otra cosa y así alejamos estos pensamientos de nuestra mente.

---

<sup>32</sup> Nota del traductor: La palabra "*tempa*" también significa "recuerdo", por eso un objeto familiar puede ser algo con lo que nunca hayamos tenido contacto pero del que alguien nos ha hablado.

También cuando nuestra mente está recordando constantemente un objeto de deseo como un color, olor, forma, etc., en este caso la atención plena [memoria] está activa hacia ese objeto, al igual que cuando nos enfadamos al recordar la persona que nos ha hecho daño. Si no cortamos con estos pensamientos generaremos mas apego o enfado, por eso debemos distraernos y así no estén estos pensamientos tan arraigados. Pero si son acciones virtuosas no debemos distraernos.

Como estamos tratando de controlar nuestra mente debemos conocer a qué pensamientos prestar atención y cuales no.

Si queremos definir la atención sería: un conocedor que posee tres características.

### **Características de la atención plena**

- La característica de un objeto
- La característica del aspecto
- La característica funcional

**La característica de un objeto:** Se refiere a que tiene un objeto familiar. Como no se puede generar la atención plena en relación a algo con lo que no se ha familiarizado previamente, por eso, una de sus características es que tiene que ser un objeto familiar.

**La característica del aspecto:** Significa que no se olvida de su objeto observado. Aunque la mente se haya familiarizado previamente con un objeto si en ese momento no aparece como un objeto a la mente, entonces, no sería atención plena. Por eso la mente no lo puede olvidar, que es otra de sus características.

**La característica funcional:** Se refiere a la función de la atención plena que es evitar la distracción.

Entre mas atención plena tengamos nuestra mente será mas estable, porque la estabilidad de la mente aumenta en relación a la atención plena, por eso su función es no distraerse.

Si es una atención plena especial, tienen que estar presentes estas tres características mencionadas. Por lo tanto, otro tipo de atención diferente a la atención especial habrá que ver si necesita de estas tres características, pero una atención especial sí las tiene que tener.

Es importantísima esta atención plena porque si nuestro propósito es alcanzar el estado de un Buda necesitamos practicar el Sutra y el Tantra y para llevar a cabo ambos, la atención plena es un punto esencial.

Texto raíz

*Esta modalidad en la que la atención plena posee estas tres características, es de suma importancia tanto en el contexto del sutra como en el del tantra. El protector Nagaryuna dice [en su Carta a un amigo] (estrofa 54):*

*Señor, el Sugata enseñó que la atención plena del cuerpo es el único camino a ser recorrido. Presta atención y vigílalo;*

*Si la atención plena degenera, todas las cualidades serán destruidas.*

Quiere decir, que mientras la atención plena esté presente estamos cuidando de nuestras cualidades, pero si degenera así mismo nuestras cualidades se destruyen.

## Texto raíz

*Y en Una guía para el estilo de vida del bodhisatva (estrofa 5.26-30) se dice:*

*Incluso los que tienen mucho conocimiento,  
fe y perseverancia entusiástica,  
serán deshonrados por una caída (moral),  
debido al error de carecer de la introspección.*

*Los que han sido despojados por el ladrón de la falta de introspección,  
que sigue a la pérdida de la atención,  
incluso después de acumular virtudes,  
entran en estados de existencia de sufrimiento.*

Significa que aunque hayamos recibido muchas enseñanzas y por lo tanto, tengamos mucho conocimiento y fe en ellas. Aunque hayamos puesto mucho esfuerzo y perseverancia para llevarlas a cabo, pero si la vigilancia [introspección] no está presente, seguiremos cometiendo negatividades y cayendo en existencias de sufrimiento. Si no tenemos introspección es porque carecemos de atención plena.

## Texto raíz

*Esta banda de ladrones, las aflicciones mentales,  
busca una entrada y cuando la encuentra  
saquea y destruye la vida  
en los reinos de existencia afortunados.*

*Por lo tanto, la atención plena  
nunca debe moverse de la puerta de la mente.  
Si se ha ido, debe ser restablecida recordando la angustia  
de los estados de existencia de sufrimiento.*

Aunque hayamos acumulado muchas acciones virtuosas necesitamos acompañarlas de la atención plena que es como el vigilante de la entrada de nuestra mente, porque las emociones negativas siguen en nuestra mente y están esperando cualquier oportunidad para invadirla y robarnos todo lo bonito que hemos logrado. Así perdemos todo nuestro esfuerzo y creamos causas para renacer en los reinos inferiores. Pero si nos aseguramos de tener atención plena estaremos cuidando de nuestras acciones virtuosas.

## Texto raíz

*La atención plena surge fácilmente en los afortunados  
por su asociación con un maestro espiritual,  
por reverenciar las instrucciones  
de un preceptor y por su temor.*

Quiere decir que la atención es algo a cultivar y una forma de hacerlo es viendo defectos e inconvenientes en la conducta opuesta. Se refiere a la atención plena de no cometer las 10 acciones no virtuosas y una forma de alimentar esta atención es viendo que si cometemos estas acciones negativas, vamos a experimentar muchos sufrimientos. De esta forma, le veremos cada vez mas defectos y por eso tendremos miedo de cometer negatividades. Esto nos ayuda a mantener la atención de no dejarnos llevar por las emociones negativas.

Otra forma de alimentar la atención plena es relacionándonos con los maestros espirituales que nos dan instrucciones. Admirando sus instrucciones y respetándolas.

Texto raíz

*El aumento de todas las cualidades excelentes de las tierras y caminos es posible sobre la base de estas dos: atención plena e introspección, y todos los logros adquiridos en la estabilización meditativa dentro del sutra y del tantra se logran por medio de la atención plena especial. Por lo tanto, este método de confiar en la atención plena es de suma importancia para aquellos que, desde lo profundo de su corazón, desean practicar. En relación a esto, en Una guía para el estilo de vida del bodhisatva se dice (estrofa 5.22-23):*

*Que desaparezcan mis posesiones,  
honor, cuerpo o medios de vida;  
o incluso que disminuyan otras virtudes,  
pero que mi mente nunca degenera.*

*Ruego a todos los que deseen salvaguardar sus mentes:  
Que protejan diligentemente su  
atención plena y su introspección.*

Claro que no es agradable que disminuyan nuestras posesiones o se degenera nuestro cuerpo pero eso es tolerable, sin embargo, lo que no puedo permitir es que mi mente se degenera. Aunque se deterioren otras cosas nunca puedo permitir que mi mente se deteriore. Por eso Shantideva ruega a todos los que quieren cuidar de su mente que protejan como si fuera su propia vida la atención plena y la introspección.

Estamos trabajando para controlar nuestra mente y si queremos conseguirlo debemos cultivar la atención y la introspección. La introspección tiene un papel fundamental porque vigila si lo que estamos haciendo es correcto o no, y la atención [memoria] recuerda si algo esta bien o no.

Guesela: En *El Bodisatvacharyavatara* este tema de la atención e introspección es muy parecido a estos versos y Shantideva menciona una analogía para entender la atención y la introspección, ¿cual es?.

Estudiante: Sería como llevar un recipiente con aceite hirviendo sobre la cabeza y alguien al lado con una espada amenazando con herirte si se te derrama un poco.

Guesela: Imagina que llevas sobre tus manos un bol lleno de aceite y al lado alguien con un cuchillo que te dice que vayas a la otra orilla de la habitación y que si derramas una gota de aceite te corta con el cuchillo. Entonces te desplazas con mucho cuidado y vigilancia.

En el budismo se trabaja con la mente para transformarla y darle la forma que queremos.

Guesela: Cuando vimos el tema de la calma mental estudiamos la diferencia entre el apego y la agitación. La agitación mental hace parte del apego pero se diferencian en cuanto a lo que abarcan, ya que el apego abarca mas y la agitación menos. La agitación es cuando tu mente se dirige hacia uno objeto de apego que previamente has percibido, en cambio, el apego puede ser a cualquier tipo de objeto y no necesariamente sobre algo que has percibido previamente.

**La estabilización meditativa [concentración]**

*En relación a la entidad de la estabilización meditativa, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la estabilización meditativa?*

*RESPUESTA: Es estabilizar la mente en su solo punto con respecto a la cosa imputada. Tiene la función de servir como base para el conocimiento.*

Con cosa imputada se refiere a una cosa que es creada o sobre-impuesta. Aunque se dice imputada es en el sentido de sobre-impuesta. Cuando estas cultivando la estabilización meditativa necesitas establecer un objeto para emplazar tu mente que es una sobre-imposición, por eso se llama cosa u objeto imputado.

Esta palabra también se utiliza cuando decimos “meramente imputado”, pero no tiene que ver con los fenómenos “meramente imputados”, sino que se refiere a los fenómenos que son sobre-impuestos o a los que le ponemos algo extra, por ej. cuando tienes un objeto de deseo le sobre-pones cualidades extra, lo mismo pasa con el objeto en que emplazas tu mente que es a nivel de la conciencia mental. Por lo tanto, tu fabricas el objeto y por esto es sobre-impuesto.

Estamos diciendo que el objeto de concentración es sobre-impuesto porque lo fabricas con la conciencia mental como cuando te concentras en la figura de un Buda del tamaño de un dedo, eres tu quien lo fabricas. Puedes utilizar cualquier objeto que hayas fabricado a nivel mental. Es una apariencia a nivel conceptual lo que percibes. Pero aunque lo fabricas o recreas con la mente no significa que no sea un no existente [existe].

Pregunta:

Estudiante: ¿Como se puede desarrollar la calma mental con algo que es conceptual y equivocado?

Guesela: Para conseguir la estabilización meditativa [concentración] se observa un objeto a nivel conceptual o un objeto fabricado por la conciencia mental, y por lo tanto, es equivocado porque no podemos de repente desarrollar la concentración unidireccional en un objeto no conceptual y al ser conceptual es equivocado. Pero hay que recordar que al principio es así pero después se puede convertir en no conceptual.

Si queremos desarrollar la concentración primero tratamos de visualizar la imagen de un Buda y emplazar la mente unidireccionalmente sobre esta imagen. Para recrear la imagen en tu mente primero ves directamente cómo es un Buda y luego lo visualizas del tamaño de un dedo. Al comienzo es difícil emplazar la mente y recrear el objeto. Por eso la palabra es sobre-impuesto porque nosotros estamos creando esa imagen. En el contexto del tantra sería el estadio de generación donde te visualizas como la deidad pero todavía en a nivel conceptual o fabricado.

Texto raíz

*Como se ha mencionado, es estabilizar la mente en su solo punto, y al observar una cosa imputada, continuamente se enfoca en ella. La función objetiva de la estabilización meditativa se especifica como “una cosa imputada [sobre-impuesta]”, porque cuando se cultiva la estabilización meditativa, la mente se mantiene en un objeto de observación imputado [sobre-impuesto] mentalmente.*

La mente se mantiene en un solo punto sobre un objeto recreado. Aunque hay diferentes tipos de objetos sobre los que te puedes enfocar unidireccionalmente los podemos agrupar en cuatro.

Texto raíz

*Además, aunque aparentemente hay muchos objetos de observación para la estabilización meditativa, al resumirlos encontramos cuatro [grupos]:*

- (1) Objetos de observación para purificar el comportamiento*
- (2) Objetos de observación para purificar las aflicciones*
- (3) Objetos de observación penetrantes*
- (4) Objetos de observación para [desarrollar] habilidad*

**Objetos de observación para purificar el comportamiento:** Sería el objeto de la visión y terminológico, es decir, la vacuidad y lo convencional. Se les llama así para poder distinguir entre lo que es la realidad de lo que no lo es, o lo que es correcto de lo que no lo es.

**Objetos de observación para purificar las aflicciones:** Se logra entrar en los reinos superiores cuando se desarrolla la concentración que está observando dos aspectos:

- Los inconvenientes del reino del deseo como que la vida es muy corta.
- Ver mas atractivo el reino superior [diferente al reino del deseo].

Gracias al estado de concentración se desencanta del reino del deseo y purifica las emociones negativas, porque detiene las emociones mas burdas del reino del deseo ya que le interesa mas el reino superior. Cuando pasa al siguiente estado de concentración ve el nivel inferior en el que estaba como desagradable y mas agradable el superior.

Guesela: ¿Cuales son los objetos de observación penetrantes o que abarcan?

Estudiante: Las cuatro nobles verdades, los 16 aspectos de las cuatro nobles verdades.

Guesela: Están en el lam rim todos estos grupos.

**Objetos de observación penetrantes:** Se refiere a que si el engaño mas manifiesto en un momento determinado es el apego necesitas contemplar la fealdad del objeto y así lo disminuimos. Si es el enfado te concentras en el amor. Si es la ignorancia te concentras en la interdependencia. Si es el orgullo piensas en los aspectos que están fuera de tu conocimiento.

**Objetos de observación para desarrollar habilidad:** Son los 5 agregados, los 18 constituyentes, las 12 fuentes y los 12 vínculos de originación interdependiente.

La siguiente parte es una refutación.

Texto raíz

*Hoy en día, parece que hay algunas instrucciones en desacuerdo con las palabras empleadas en las escrituras enseñadas por el Conquistador, que muestran el método de la meditación introspectiva por medio de observar una forma que aparece ante la consciencia visual. Sin embargo, Arya Asanga afirma con claridad que la estabilización meditativa no es producida dentro de las consciencias sensoriales; más bien se*



*produce únicamente en una consciencia mental. Además, su objeto de observación no es la forma que aparece ante una consciencia sensorial; más bien es solo un objeto mental imputado por la consciencia.*

Preguntas:

Estudiante: En el Lam rim se dice que se puede desarrollar la concentración observando objetos, en el caso de los no budistas, como por ej. cuernos, ¿es así?.

Guesela: La concentración se desarrolla a nivel de la consciencia mental. Sin embargo, no estamos diciendo que las formas no puedan servirnos de objeto de contemplación para desarrollar la concentración. Para desarrollar la calma mental tomamos como objeto de observación la imagen de un Buda y para ello primero tenemos que observar cómo es un Buda como su postura y luego recrearlo a nivel mental.

Es verdad que en los textos se dice que algunas personas han conseguido la calma mental utilizando como objetos de observación cuernos, alfileres o alubias, pero no es que lograron la calma mental solo mirándolos, sino que primero se miran estos objetos y luego se fabrican a nivel de la consciencia mental. Por lo tanto, hace falta utilizar la consciencia mental y no las sensoriales. Lo que observas lo recreas a nivel de la consciencia mental y es un objeto a nivel de la consciencia mental el que observas.

Estudiante: Cuando hablamos de la atención ¿es la misma atención que las cuatro atenciones de los sentidos, en el cuerpo, en la mente, etc., y es el mismo que cuando hablamos de las cuatro atenciones o es diferente?.

Guesela: Hay que tener claro que en este contexto la concentración como factor mental se refiere a una concentración inicial y no un nivel elevado de concentración.

En cuanto a las cuatro atenciones supremas: en el cuerpo, en las sensaciones, en los fenómenos y en la mente, estas 4 en realidad son de la naturaleza del camino. Podemos utilizarlas para meditar en ello y desarrollar concentración pero ahora estamos hablando de la concentración desde un nivel mas básico.

Esta concentración se desarrolla a través de un objeto a nivel mental, pero en el caso de la calma mental que es un nivel de concentración supremo, todos los fenómenos se pueden convertir en objeto de observación como la forma, el olor, el sonido, etc.

En cuanto a los 4 aspectos supremos de atención, son otra cosa, porque ellos deben poseer la sabiduría o la atención.

**24 Noviembre 2016****Recitación del mantra del Buda de la medicina**

Comenzamos recitando el mantra del Buda de la medicina para el beneficio de las personas fallecidas, para que obtengan un buen renacimiento. También pedimos por las personas enfermas para que puedan recuperarse.

Este es un buen recordatorio de que en cualquier momento podemos morir, así nos determinamos a desarrollar un buen corazón, especialmente practicar la virtud con las personas cercanas. También nos recuerda que no importa lo famosos que seamos porque en cualquier momento dejaremos esta vida.

Todos sois buenas personas y lo estáis haciendo bien, pero es bueno recordar que debéis mejorar como personas y practicar el buen corazón con las personas cercanas. Es importante que ahora practiquéis la virtud y para ello es importante el estudio. Debemos estudiar y aprovechar esta oportunidad que son nuestros preparativos para el momento de la muerte.

Hay personas muy conocidas que tienen mucha gente a su disposición y mucho dinero, pero todo esto no importa cuando llega la muerte, porque en ese momento todo se deja y solo nos llevamos las acciones cultivadas, por eso debemos intentar llevarnos acciones virtuosas.

Esto no es para tener miedo, sino para que recordemos nuestra realidad. Como en el Tíbet los poblados tenían muy pocas personas cuando alguien fallecía todos los habitantes del poblado se daban cuenta y los grandes Gueses kadampas decían “en ese lugar alguien ya ha sido llamado” refiriéndose a la muerte. Así también la muerte me van a llamar mi, por eso debo hacer los preparativos necesarios. Esto nos recuerda la impermanencia, que en cualquier momento nos puede llegar la muerte y debemos prepararnos.

**Continuamos con el comentario**

Seguimos con la estabilización meditativa, en la parte que menciona el objeto en que se emplaza la mente.

Texto raíz

*DILEMA: Entonces, ¿para lograr estabilización meditativa es necesario que el objeto sea definitivamente un objeto real [correcto]?*

*RESPUESTA: No. Ya sea que el objeto sea real o irreal, si con atención uno se familiariza intencionalmente con él una y otra vez, entonces será percibido de forma clara y no conceptual. Como se menciona en el [texto de Dharmakirti llamado] Un comentario sobre el ‘Compendio de cognición válida’ (Pramanvarttikakarika) de Dignaga:*

*Por lo tanto, una gran familiarización ya sea de algo real o irreal,*

*da como resultado una mente clara y no conceptual cuando dicha familiarización es llevada a cabo.*

La estabilización meditativa es concentrar la mente unidireccional en un objeto con el que nos hemos familiarizado. Este objeto puede ser algo real o irreal, pero en cualquier caso, es un objeto interno con el que nos familiarizamos.

Texto raíz

*La función de la estabilización meditativa “actúa como base para el conocimiento”, ya que por medio de la sabiduría analítica que investiga individualmente, y dependiendo de la estabilización meditativa de la calma mental, la mente alcanza un equilibrio interno, logrando así la visión especial al observar las modalidades y las variedades.*

Si cultivamos la estabilización meditativa generamos la calma mental y la mente alcanza un equilibrio interno. Con la calma mental nos enfocamos en la visión especial [visión superior], es decir, nos ayuda a lograr la visión superior gracias a observar las modalidades y variedad [verdad convencional y última].

Texto raíz

*Una guía para el estilo de vida del bodhisatva (estrofa 8.4) dice:*

*Al reconocer que las aflicciones mentales son erradicadas con la visión superior dotada de la calma mental, primero debería intentar obtener la calma mental.*

*Esto se logra con el alegre desapego hacia este mundo.*

Primero debemos conseguir la calma mental y con ella obtenemos un estado de concentración unidireccional que nos ayuda a desarrollar la visión superior. Con la visión superior podemos hacer frente a las emociones negativas [engaños] y conseguir todo lo que deseamos, gracias a la combinación de la calma mental y la visión superior.

Esta exposición aparece en el *Bodisatvacharyavatara* y es desde el punto de vista del Sutra donde se dice que para que se de la unión de la calma mental y la visión superior hay un orden determinado, primero se genera la calma mental y posteriormente la visión superior. Pero no solo los Sutras lo dicen sino también los tres Tantras inferiores [Kriya Tantra, Charya Tantra y Yoga Tantra].

Sin embargo, se puede obtener primero la visión superior y luego la calma mental según el Tantra *Mahanutara yoga tantra*, por eso no hay un orden determinado.

Texto raíz

*De la misma forma, La escritura sobre la disciplina (Vinaya) enseña una y otra vez que el adiestramiento en la estabilización meditativa depende de la ética, y que el adiestramiento en la sabiduría depende de la estabilización meditativa. De esta manera, aquellos que desean la liberación desde lo profundo de su corazón, deben de considerar a estos grandes textos como instrucciones esenciales.*

Se refiere a los tres adiestramientos superiores: La ética, la concentración y la sabiduría, que son instrucciones a realizar. Estos tres adiestramientos no son exclusivos de la filosofía budista, sino que lo tienen en común con otras religiones como con los

hinduistas. Sin embargo, se diferencian en que este adiestramiento es “superior” dando a entender que es en el contexto exclusivo de la filosofía budista.

### **La sabiduría adquirida (*shes rab*)**

*En relación a la entidad de la sabiduría adquirida, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la sabiduría adquirida?*

*RESPUESTA: Diferencia con fuerza las cualidades de las cosas que son examinadas. Tiene la función de superar la duda.*

*Como se ha mencionado, la sabiduría adquirida es un conocedor que puede diferenciar de manera individual los defectos y las virtudes de los objetos que son examinados.*

La sabiduría examina para ver las diferencias individuales del objeto como sus defectos y virtudes. Los objetos pueden ser de tres tipos: virtuosos, no virtuosos y neutros.

Texto raíz

*Los objetos que son analizados por la sabiduría adquirida son de tres tipos: virtuosos, no virtuosos y neutros. [La sabiduría adquirida] diferencia individualmente los defectos y las virtudes de éstos.*

*Existen cuatro formas de razonamientos para diferenciar los defectos y las virtudes:*

- *Funcional*
- *Dependiente*
- *Lógico*
- *De naturaleza*

Estos cuatro tipos de razonamientos suelen salir en otros contextos. Si obtenemos certeza respecto a estos 4 tipos de razonamiento, la duda se supera. Por lo tanto, su función específica es superar la duda.

### **Razonamiento funcional**

Guesela: ¿A que se refiere con este razonamiento?

Estudiante: Lo relaciono con objeto, impermanente, que tiene causas. Es decir, a objeto como cosa funcional.

Guesela: Es algo parecido, por ej. el fuego tiene la cualidad de quemar. Es un objeto que es agente [el fuego] y la acción que realiza [quemar].

### **Razonamiento dependiente**

Estudiante: Significa que todos los fenómenos dependientes dependen de causas y condiciones.

Guesela: ¿Cual es la causa del espacio no compuesto? ¿Cual es la causa de vacuidad?.

Este razonamiento lo utilizamos para eliminar la concepción de que algo existe por sí mismo, porque si depende de otro no existe por sí mismo, por ej. lo pequeño existe en relación a algo grande y lo grande puede ser algo pequeño en relación con algo mas grande. Por lo tanto, se refuta que exista por sí mismo.

Este razonamiento de originación dependiente nos ayuda a ver que todos los fenómenos no son establecidos por sí mismos o no existen por sí mismos.

### **El razonamiento lógico**

Este razonamiento es el que utilizamos normalmente a través de silogismos por ej. algo es impermanente porque lleva a cabo una función o todo lo que existe está vacío de identidad porque es interdependiente.

### **Razonamiento de naturaleza**

Se llama así porque se analiza la naturaleza de los fenómenos por ej. el agua es húmeda, el fuego se eleva, experimentamos sufrimientos por la naturaleza del samsara, etc.

Gracias a estos cuatro tipos de razonamientos la duda se supera, por lo tanto, su función específica es la de superar la duda. Con esto en mente la siguiente estrofa es una aspiración.

Texto raíz

*Al obtener certeza de estas cuatro formas de razonamiento por medio del análisis, la duda queda superada. Por lo tanto, su función se especifica como la de “superar la duda”. Con esto en mente, el totalmente omnisciente [Tsong-kha-pa] dice en [su texto Al inicio, durante y al finalizar] (estrofa 14) lo siguiente:*

*Habiendo examinando de día y de noche  
todo lo que he escuchado con los cuatro puntos de la lógica,  
que pueda desvanecer cualquier duda  
con el discernimiento que surge de tal contemplación.*

Todas las enseñanzas se deben analizar a través de estos 4 puntos de razonamiento día y noche para que se desvanezca cualquier duda, y surja el discernimiento que distingue una cosa de otra.

Esta oración es una de las compuestas por Lama Tsongkapa cuando su madre dejó esta vida.

Todo lo que escuchéis [sabiduría de escuchar] analízalo con los 4 razonamientos [sabiduría del análisis] y así se desvanecen las dudas. Con esta claridad de conocimiento lleva a cabo la contemplación [sabiduría de la meditación].

El signo de que una persona tiene conocimiento de las enseñanzas, que refleja la sabiduría de escuchar, es que es una persona humilde. El signo de que tiene la sabiduría de la meditación es que tiene menos engaños.

Texto raíz

*[Un análisis del conjunto de los factores mentales determinantes]*

*¿Cuál es la razón para nombrar “determinantes” a estos cinco factores mentales como la aspiración y demás? Se dice que “determinan de manera individual” ya que estos factores mentales mantienen [un objeto] por medio de percibir sus características individuales.*

Con esto terminamos los factores mentales omnipresentes y determinantes. Esta explicación se ha dado en base al texto de *Compendio de conocimiento* de Asanga.

Cuando Vasubandhu se refiere a estos dos grupos de factores mentales [omnipresentes y determinantes] dice: “si hay mente, ésta siempre va acompañada de estos dos grupos de factores mentales”. Por lo tanto, ambos son factores mentales omnipresentes. Pero hay que dejar claro que esta exposición es según su propia escuela, pero el resto de escuelas no la aceptan.

Cuando Vasubandhu menciona los 10 factores mentales uno de ellos lo llama de forma distinta que es la sabiduría adquirida, en su lugar le llama sabiduría especial o superior.

## **LOS 11 FACTORES MENTALES VIRTUOSOS**

Son aquellos que por su propia naturaleza son virtuosos y no cambian a no virtuosos.

Texto raíz

*[C] Los once factores mentales virtuosos (dge ba)*

*Hay once factores mentales virtuosos:*

- (1) Fe*
- (2) Vergüenza*
- (3) Consideración*
- (4) Ausencia de apego*
- (5) Ausencia de odio*
- (6) Ausencia de ignorancia*
- (7) Esfuerzo*
- (8) Docilidad (flexibilidad)*
- (9) Escrupulosidad*
- (10) Ecuanimidad*
- (11) Ausencia de malevolencia*

Esta exposición es de acuerdo a Asanga porque para Vasubandhu hay 10 factores mentales virtuosos. No califica como factor mental virtuoso la ausencia de ignorancia porque para él, ya está incluida en el factor mental de la sabiduría superior o especial.

### **La fe**

*[C1] Fe (dad pa)*

*En relación a la entidad de la fe, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la fe?*

*RESPUESTA: Es una convicción, claridad y deseo de lograr, en relación a algo que existe y que está dotado con excelentes cualidades y poder. Tiene como función servir de base para la aspiración.*

*Tal y como se ha mencionado, la fe es un conocedor con el aspecto de convicción, claridad o deseo de obtener, y sirve como antídoto directo a la falta de fe. Al dividirla, encontramos tres tipos:*

*La fe aclaratoria,*

*La fe convicción y*

### La fe de aspiración.

Este tema es complejo. Hemos hablado mucho de la fe, especialmente de la fe ciega y de convicción y se nos anima a cultivar la fe de convicción, aunque la fe ciega también es importante porque nos trae beneficios.

Guesela: ¿Este tipo de fe ciega también se mencionan en otras religiones?

Estudiante: Sí se menciona.

Guesela: Si os dais cuenta la fe ciega no aparece en la división que acabamos de dar de los tres tipos de fe. En los 100 textos que conforman el *Kangyur* y el *Tengyur* no existe el término de fe ciega, de hecho, es un término del siglo XXI.

Estudiante: La fe ciega es la base de otras religiones como los practicantes cristianos porque no se cuestionan nada.

Guesela: ¿La palabra “fe ciega” existe en los libros antiguos del catolicismo?

Estudiante: En los textos se menciona por ej. “creo en esto, en esto, etc.” sin cuestionarte nada.

Guesela: Pregunto esto por la siguiente historia. En una ocasión estuve en una convención en la que también estaba S.S El Karmapa junto a 10 monjes por un lado y 20 monjas el otro, donde discutían acerca de la fe, en especial la fe ciega. Un grupo de estos monjes decían que la fe ciega no existía porque ni siquiera aparecía en el *Kangyur* y *Tengyur*. En cambio, otro grupo sostenían que sí existía la fe ciega.

Otra razón para negar la existencia de la fe ciega es que en tibetano “fe ciega” significa “la fe de los confundidos o poco inteligentes”. Es decir, para alguien que no tiene las cosas claras. En este grupo se dijo que este término es algo nuevo de esta época.

Si somos honestos, la mayor parte de nuestra fe es ciega, como por ej. la historia de la anciana que veneró el diente de un perro porque pensaba que era una reliquia del Buda y acumuló virtud por ello.

### Preguntas

Estudiante: Antes ha mencionado que los tres adiestramientos superiores también están en el hinduismo pero que no se les llaman “superiores” ¿porque no son adiestramientos superiores como en el budismo?

Guesela: En el budismo este adiestramiento se llama “superior” porque está acompañado de la toma de refugio.

Estudiante: Cuando mencionó la oración de Lama Tsongkapa hizo referencia a que su madre dejó esta vida ¿a que se refería?

Guesela: Cuando su madre fallece Lama Tsongkapa compone varias oraciones y este texto llamado *Al inicio, durante y al finalizar* es uno de ellos, tiene solo tres páginas.

Este texto tiene varias estrofas y una de ellas se menciona en este texto raíz haciendo referencia a los tres tipos de sabiduría: de escucha, análisis y meditación.

Estudiante: Sobre la estabilización meditativa se dice que el objeto puede ser real o no real. También ha dicho que da lo mismo porque la mente lo percibe de forma directa y no conceptual. ¿Entonces la meditación analítica no puede llevar a la calma mental porque es conceptual?

Guesela: En la estabilización meditativa el objeto puede ser real o irreal. Lo importante es que como nos familiarizamos intencionadamente con el objeto, llega un momento en que se percibe de forma clara. Es verdad que el texto dice no conceptual, pero no se refiere a directo sino a que no hay pensamientos que te distraigan del objeto. Tienes el objeto y mantienes tu mente emplazada de forma unidireccional en el y así te familiarizas hasta que lo sostienes de forma muy clara sin pensamientos que te distraigan.

Por lo tanto, en la estabilización meditativa el objeto se mantiene a nivel conceptual, y la meditación analítica puede ir acompañada de la estabilización meditativa.

Estudiante: ¿Entonces no se convierte en directo?

Guesela: No es un conocedor directo, por ej. si tu objeto de meditación es la vacuidad y consigues emplazar la mente unidireccionalmente en la vacuidad, adquieres la calma mental. Si fuera directo significaría que estás viendo la vacuidad de forma directa, entonces, que pasó con el resto de pasos.

Estudiante: El otro día pregunte por el objeto en la estabilización meditativa y dijo que era equivocado porque era conceptual y luego pasaba a no conceptual. Lo entendí en el sentido de que era directo y no que significaba ausencia de conceptos.

Guesela: Cuando es conceptual es equivocado, cuando se convierte en percepción directa no es equivocado por ej. los que están en el camino de preparación en el nivel *del mas alto dharma*, están contemplando la vacuidad a nivel conceptual, por eso es equivocado. En el momento en que ven directamente la vacuidad deja de ser equivocado porque es directo.

Estudiante: ¿Con la vacuidad y con la imagen de un Buda siempre será conceptual?

Guesela: Tratar de visualizar la imagen del Buda o de una deidad con todos sus detalles es totalmente conceptual.

Estudiante: En relación al tantra, ¿el estadio de generación también sería conceptual?

Guesela: El estadio de generación definitivamente es conceptual.

Estudiante: Ha explicado que de acuerdo al *Mahanutara yoga tantra* primero se puede dar la sabiduría y luego la calma mental ¿como se logra esto?.

Guesela: Es una de las peculiaridades del *Mahanutara yoga tantra* que dice que no es indispensable que primero obtengas la calma mental y luego la visión superior porque se puede dar primero la visión superior. En la iniciación de *Vajrayogini* se habla de las visualizaciones y del estadio de generación, cuando se cultiva el estadio de generación se esta cultivando la visión superior y luego se da la estabilización meditativa para la calma mental. El truco está en el estadio de generación.



## Introducción

Sabéis lo importante que es la fe. Gracias a la fe, un creyente confía en su religión o filosofía, aunque la fe puede tener distintos niveles. Es importantísimo tener fe cuando se sigue una religión porque nos ayuda a seguir sus principios.

Se puede decir que la fe es un aspecto positivo que nos ayuda con nuestra creencia. Pero es más difícil identificar los tipos de fe.

La fe tiene ciertas características que son las siguientes.

Texto raíz

### **[C1] Fe (dad pa)**

*En relación a la entidad de la fe, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la fe?*

*RESPUESTA: Es una convicción, claridad y deseo de lograr, en relación a algo que existe y que está dotado con excelentes cualidades y poder. Tiene como función servir de base para la aspiración.*

*Tal y como se ha mencionado, la fe es un conocedor con el aspecto de convicción, claridad o deseo de obtener, y sirve como antídoto directo a la falta de fe.*

Las diferentes religiones tienen un objeto en el que creen, como por ej. en un dios creador, etc., y muchas veces vemos personas que movidas por la fe lloran porque han visto cualidades en el objeto de su fe. ¿Esta descripción que característica de la fe sería [convicción, claridad o deseo de lograr]?

Estudiante: Sería deseo de lograr.

Guesela: ¿Cómo el deseo de lograr puede provocar lagrimas en alguien?. Por eso es un tema complejo. Esta descripción es con la finalidad de acercarnos a la comprensión de lo que es fe.

Cuando una persona ve cualidades en quien ha puesto su fe, le conmueve tanto, que por eso llora. Desde mi punto de vista sería la característica de *claridad* porque ve sus cualidades y al verlas siente agrado dentro de el mismo.

Esta descripción de la fe que se menciona en el texto raíz no es definitiva, porque no distingue bien lo que es fe, de lo que no lo es y puede generar dudas, como por ej. si la fe sirve como antídoto directo a falta de fe, los factores mentales omnipresentes y determinantes también pueden servir de antídoto a la falta de fe.

Guesela: ¿Los factores mentales omnipresentes y determinantes puede ser fe?

Estudiante: No, porque éstos pueden ser no virtuosos, en cambio, la fe siempre es virtuosa.

Guesela: Esto es cierto, pero la fe va acompañada de las tres características que hemos mencionado y ¿los factores mentales omnipresentes y determinantes también tienen estas tres características de la fe [convicción, claridad y deseo de lograr]?

Estudiante: No necesariamente.

Guesela: De hecho, los factores mentales omnipresentes y determinantes también sirven de antídoto a la falta de fe y por lo tanto, también tienen claridad porque hay un objeto en el que colocan su fe.

Este es un punto a debate porque la descripción de la fe es: *un conocedor con el aspecto de convicción, claridad y deseo de obtener y sirve como antídoto directo a falta de fe.* Pero no necesariamente el conocedor que tiene estas características es fe, porque los factores mentales omnipresentes y determinantes también pueden tener estas características y no son fe.

### **Divisiones**

- Aclaratoria
- De convicción
- De aspiración

### **Fe aclaratoria**

Texto raíz

*La fe aclaratoria es la claridad que surge en la mente al ver las excelentes cualidades de aquellos que las poseen, como las de las Tres Joyas. ¿Por qué se le llama aclaratoria? Porque por ejemplo, así como al poner en el agua sucia una joya que aclara, inmediatamente limpia la suciedad del agua, de la misma forma cuando se genera este tipo de fe, la oscuridad de la mente se despeja, de modo que pueden ser generadas las excelentes cualidades dentro del continuo mental.*

Dudo mucho que ésta sea la definición de fe aclaratoria, porque solo nos están acercando a lo que es la fe aclaratoria a través de ejemplos.

El texto utiliza el ejemplo de una joya que aclara el agua, pero de forma práctica podemos pensar en las pastillas que se utilizan para desinfectar el agua. De la misma forma, esta fe quita la oscuridad de nuestra mente.

La oscuridad de la mente es una mente confusa por ej. debemos generar devoción hacia el maestro pero a veces la mente descontrolada le ve defectos o genera dudas sobre si las tres joyas existen. La fe aclaratoria quita esta oscuridad o confusión de nuestra mente para que generemos excelentes cualidades en nuestro continuo mental. Por eso este tipo de fe es muy importante.

Esta fe nos ayuda a quitar la confusión de nuestra mente pero no por tener esta fe surgen inmediatamente las buenas cualidades, sino que hace que nuestra mente sea apropiada para generar buenas cualidades en nuestro continuo mental.

Guesela: La fe aclaratoria ¿sería fe ciega o de convicción?

Estudiante: La fe aclaratoria es la que nos hace tomar refugio en las tres joyas, es esta claridad.

Estudiante: Es mas fe de convicción porque aquí hay claridad o algún tipo de sabiduría.

Guesela: La fe aclaratoria es una fe de convicción porque tiene claridad por ej. en las cualidades de las tres joyas. Esta claridad viene de razonar en sus cualidades, por lo tanto, la claridad está basada en un razonamiento. La fe aclaratoria está basada en un razonamiento gracias al cual vemos las cualidades de por ej. las tres joyas, por eso es una fe de convicción.

Estudiante: Yo hubiera dicho que es fe ciega porque ve las cualidades pero porque sabe que las posee y no por estar basada en un razonamiento lógico como la de convicción.

Guesela: La fe aclaratoria es la que ve las cualidades de por ej. de las tres joyas, como su capacidad de beneficiarnos y hace que sientas agrado hacia ellas y generes fe. La fe aclaratoria es la mente que tiene muy clara las excelentes cualidades de su objeto y gracias a ello genera fe. Pero ves sus cualidades gracias a reflexionar en ellas, por eso es una fe de convicción. Es verdad que ahora veremos la definición de la fe de convicción, pero ambas no son contradictorias.

Estudiante: Entonces, la fe aclaratoria está basada en la de convicción.

Guesela: No es así la afirmación, sino que en base al razonamiento surge la fe aclaratoria, por ej. si vamos a hacer una barbacoa en la montaña pero no estamos seguros de si se puede hacer o no, si en ese momento vemos salir humo pensamos que probablemente podremos hacerla. Por lo tanto, hay una razón que te lleva a una conclusión.

De la misma forma, gracias a la fe aclaratoria ves cualidades porque has reflexionado en ellas y surge agrado hacia el objeto de tu fe. Por eso se insiste en que lo analicemos para que podamos ver por nosotros mismos sus cualidades y así generar gusto o predilección por ellas. Pero de todas formas la fe aclaratoria y de convicción no son contradictorias.

Pero creo que no hay mucho de estos tres tipos de fe en este siglo XXI. Es una cosa que había en el pasado pero que en la actualidad se carece y por eso se habla de otras cosas.

### **Fe de convicción**

Texto raíz

*La fe de convicción es lograr la convicción en el surgir dependiente o en las acciones y sus efectos, contemplando estas doctrinas como fueron expuestas por el Conquistador.*

Describen la fe de convicción a través de ejemplos.

El karma es un tema muy complejo, pero si lo razonamos o investigamos, empezaremos a convencernos y a creer que hay una relación causa y efecto o una relación de acciones que traen un resultado y gracias a este análisis generamos la fe de convicción.

Después de hacer este razonamiento lógico en la ley de causa y efecto se llega a un convencimiento, pero es verdad que no se conoce totalmente.

Guesela: ¿Cómo se divide la mente que supone correctamente?<sup>33</sup>.

Guesela: La mente que supone correctamente es aquella que aunque no tiene todo el razonamiento perfectamente desarrollado, llegar a una conclusión correcta o se acerca a algo que existe.

Aunque no lo tenga cien por cien asimilado, de alguna manera cree en ello o está convencido de ello, por ej. cree que la ley del karma tiene que ser así. Aunque no conoce exactamente todo el razonamiento, está convencido de que tiene que ser así. Esta mente es buena porque nos está acercando a algo que existe y esto es beneficioso.

## Fe de aspiración

Texto raíz

*La fe de aspiración surge por ejemplo, al haber contemplado la modalidad de las cuatro nobles verdades, descubriendo los sufrimientos verdaderos y los orígenes verdaderos como objetos de abandono y las cesaciones verdaderas y caminos verdaderos como objetos de logro, y comprendiendo que esforzándose de la manera adecuada éstos pueden ser logrados, surge esta fe que piensa "definitivamente lograré la cesación del sufrimiento".*

La describen a través de ejemplos. Esto os lo recuerdo muchas veces durante las enseñanzas.

Hasta ahora hemos identificado los tres tipos de fe utilizando ejemplos, pero no se han cubierto todos los puntos.

Guesela: Un ejemplo de fe ciega es la siguiente historia.

Se trata de un lama al que le gustaba mucho hacer bromas y en una ocasión alguien vino a verle y tenía muchos huecos en la cara. Esta persona le dijo "no soy muy listo, pero lo que me diga lo voy a hacer" y el lama le dijo "tienes la nariz y la boca como un mala de raksha".

Esta persona pensó que el lama le había dado un mantra y lo recitaba mucho con mucha fe, hasta tal grado que empezó a tener fama de sacar espíritus de las casas o de ayudar a recuperarse a personas enfermas gracias a recitar este mantra.

Después de haber pasado un tiempo, este lama se enfermó gravemente y aunque le hacían puyas no mejoraba. Entonces, uno de sus discípulos le dijo que había escuchado que en el pueblo había un practicante tántrico muy bueno, que curaba los enfermos y que si quería lo llamaría y el lama aceptó.

Cuando esta persona vino ante el lama, como había pasado mucho éste no le reconoció. El practicante de forma muy ceremoniosa comenzó a recitar el mantra "tienes la boca y

---

<sup>33</sup> Nota del transcriptor:

1. Conciencia que supone correctamente que no tiene una razón
2. Conciencia que supone correctamente que tiene una razón contradictoria
3. Conciencia que supone correctamente cuando la razón es indefinida
4. Conciencia que supone correctamente cuando la razón no está establecida
5. Conciencia que supone correctamente que tiene una razón pero no está probada

nariz como un mantra de raksha". En ese momento el lama suelta una gran carcajada que hizo que la bola que tenía en su garganta saliera.

Este es un ejemplo de fe ciega porque esta persona fue con devoción a pedirle al maestro un mantra especial y aunque el lama no le dio un mantra, él pensó que sí se lo había dado. Gracias al poder de su fe, esas palabras adquirieron poder suficiente para casi convertirse en un mantra. Por eso la fe ciega también es beneficiosa.

Texto raíz

*Lo que he hecho aquí es identificar los tres tipos de fe basándome en algunos ejemplos; sin embargo aquí no se han cubierto todos los [puntos]. En estos días, en nuestro mundo, se dice que la predilección y la fe son lo mismo; tener predilección por la cerveza se define como "tener fe en la cerveza", sin embargo la predilección y la fe no son lo mismo.*

A nivel cotidiano la palabra fe se utiliza de igual forma que la palabra predilección, pero no significan lo mismo porque aunque tengas predilección por ej. por una cerveza, eso no significa que le tienes fe. Además, la fe por su propia naturaleza es virtuosa, en cambio la predilección puede ser virtuosa o no virtuosa.

Texto raíz

*La fe por sí misma es un factor mental virtuoso, a diferencia de la predilección que puede tener su aspecto virtuoso y su aspecto no virtuoso.*

Por ej. si tenemos predilección por cierta comida, esta predilección puede ser virtuosa o no virtuosa. Pero en mi opinión podría ser virtuosa, no virtuosa o neutra.

Para distinguir la fe de la predilección se relacionan de 4 formas.

Texto raíz

*Al explicar esto a detalle, encontramos cuatro posibilidades:*

- (1) Aquello que es predilecto pero que no es fe
- (2) Aquello que es fe pero que no es predilecto
- (3) Aquello que es ambos
- (4) Aquello que no es ninguno

**Algo que es predilección pero no es fe:** Como tener predilección por el hijo, por la pareja, por beber alcohol o por comer algo sólido después de medio día, que se refiere a los *gelongs* y *getsun* que no pueden comer ningún alimento sólido después del medio día.

**Algo que es fe pero no predilección:** Sería fe ver los inconvenientes del samsara o el sufrimiento del samsara, pero no es predilección porque no es algo agradable.

**Algo que sea ambas [fe y predilección]:** Cuando se tiene fe y predilección desde lo mas profundo en el maestro espiritual, al contemplar sus excelentes cualidades así como los beneficios de las acciones íntegras y sus resultados.

**Algo que no es fe ni predilección:** Sería el enfado, el sufrimiento, etc.

Estudiante: En el caso de las bebidas alcohólicas es predilección pero no es fe ¿pero es antes de beber y se mantiene después de beber también?.

Guesela: Predilección es sinónimo de gusto como por la bebida alcohólica. La predilección se mantiene antes y después de beber pero no hay fe. No puede tenerse fe en la bebida alcohólica porque es fuente de errores y equivocaciones y te puede llevar a cometer negatividades. Si ves que la bebida hace que cometes errores o negatividades surge la fe para no beber alcohol.

Texto raíz

*DILEMA: Entonces, ¿son la predilección y el respeto lo mismo, o algo distinto?*

*RESPUESTA: De nuevo, aunque en el mundo se consideren que son lo mismo, no es así. Sentir predilección hacia un guía espiritual es **fe**, pero **respetarlo** supone contemplar su bondad, conocer la vergüenza y reconocer su gran valor; por lo tanto, cuando [la fe y el respeto] surgen en el continuo mental, son dos factores mentales diferentes.*

A nivel cotidiano se utiliza el término respeto y predilección de forma indistinta pero no son lo mismo, porque puedes sentir predilección por ej. hacia un maestro espiritual porque te agrada y le tienes fe y sentir respeto después de contemplar su bondad y reconocer su gran valor, por lo tanto, son dos factores mentales distintos.

Guesela: Como ejemplo de algo que predilección pero no respeto podéis utilizar los ejemplos anteriores, por ej. tienes predilección hacia tu pareja pero no significa que haya respeto.

El respeto puede ser físico, con el habla y mental. Cuando hay respeto físico la mayoría de veces es porque hay pensamientos de respeto, pero hay casos en que no hay respeto en la mente pero demuestras respeto físico o verbal, por ej. si tu jefe es insoportable muestras respeto pero no hay predilección.

Con lo que nos tenemos que quedar es que hay tres tipos de fe: Aclaratoria, de convicción y de aspiración. Es importante cultivar cualquiera de estas tres. Con la finalidad de que todo lo que estudiamos no sean meras palabras, porque las palabras no nos ayudan. Todo lo que estudiamos es para generar la aspiración de que surja en nosotros [fe de aspiración], para tener claridad y acercarnos a nuestra meta [fe aclaratoria] y para tener la de convicción al reflexionar acerca de ello [fe de convicción].

La finalidad de todo esto es que se generen en nuestra mente cualidades. Por eso se dice que el Lam rim es un texto distinto a otros textos como Lo rig. Es diferente porque el Lam rim es muy inspirador y te ayuda a tener muy claro el proceso que hay que realizar y te ayuda a cultivar estos tipos de fe. La fe es la base para adentrarnos seriamente en el camino y practicar. En cambio otros textos no son tan claros como el Lam rim.

Se trata de tener fe en el camino a recorrer para involucrarnos en el y lograr cualidades en nuestra mente. Es importante tener fe en las tres joyas, pero también es importante conocer el camino a recorrer para involucrarnos y para hacerlo hace falta la fe.

Es importante que valoremos la fe porque es lo que hace implicarnos en el camino espiritual y ayuda nuestro continuo mental. Algunas veces cuando estudiamos grandes textos filosóficos es difícil encontrarles su lado práctico, para ello es importante la fe, a

diferencia de otros textos donde aparece de forma manifiesta lo que hay que practicar. Es importante la fe porque el tiempo que dedicamos al estudio de estos textos será de beneficio, es gracias a la fe.

Por eso no debemos menospreciar la fe sino verla como algo esencial porque es de donde surge el dharma virtuoso, todo el bienestar y felicidad.

Además, el Buda dijo que cuando no hay fe es como una semilla tostada que no puede dar ningún brote. Sin fe no puede surgir ningún tipo de dharma virtuoso o cualidades, por eso debemos poner esfuerzo en alimentar nuestra fe.

## Preguntas

Estudiante: El Buda comentó que no había que basarnos en una fe ciega sin fundamento, entiendo que había que fundamentarla primero.

Guesela: Tienes razón pero a mi me gusta la fe ciega. Por eso estudiamos, porque necesitamos conocer y así generar una fe mas firme y de convicción. El Buda dijo que aunque el lo dijera no es razón suficiente para creerlo, sino que debemos razonarlo.

El Buda nos dio esta libertad, pero sus palabras tienen sentido, porque si lo hacemos solo porque él lo dijo, entonces no tomaríamos todo el sentido de sus instrucciones. Hace falta el análisis y la reflexión porque hacer algo porque alguien lo diga es diferente a hacer algo porque lo has razonado. Por eso el Buda dijo que pensáramos si sus enseñanzas nos beneficiaba o perjudicaba, de hecho, el Buda dio diversas enseñanzas para distintos tipos de personas, para que tuviéramos la libertad reflexionar en ello. Así, cuando lo analizas vas con mayor fuerza o te involucras de otra forma que si no lo haces.

Pero si nuestra mente no es capaz de analizarlo, la fe ciega no esta mal, sino que por el momento nos ayuda a acercarnos y a lo mejor algún día llegemos a comprenderlo.

Muchas veces os digo que si no tenemos fe de convicción porque todavía no lo hemos razonado y tampoco tenemos fe ciega porque dicen que no es muy buena, entonces nos quedamos con las manos vacías, sin una y sin la otra, es mejor tener una.

Pero lo que has dicho lo entiendo porque como buen comerciante si te dan algo, antes tienes que comprobar que sea lo que te dicen que es, por ej. si te dicen que es oro antes de creerlo primero lo limpias, luego lo cortas y finalmente lo pones al fuego. Una vez ha pasado estas tres pruebas, crees que es oro. Lo mismo sucede con las enseñanzas, debemos pasarlas por las tres cogniciones válidas y si no las contradicen te involucras en ellas, de lo contrario las puedes dejar a un lado. Estamos hablando de las tres cogniciones válidas. Se trata del conocedor directo, válido y subsiguiente<sup>34</sup>.

---

<sup>34</sup> Nota del transcriptor. Sobre este punto en clases anteriores el lama dijo lo siguiente: "Así como para trabajar el oro primero lo calientas, luego lo cortas y luego lo pules, de la misma manera si no contradice el análisis del conocedor válido directo, del conocedor inferencial por el poder del hecho y del inferencial por creencia significa que existe. El Buda dijo que sus enseñanzas las tratáramos como el oro y si veíamos que estaban bien las aceptáramos refiriéndose a estos tres tipos de conocedores válidos. Si sus enseñanzas no contradicen los tres conocedores válidos entonces son correctas y si las contradice las dejas a un lado. El Buda utilizó la analogía de quemar el oro en referencia al conocedor directo válido, de cortar el oro en referencia al inferencial por el poder del hecho y de pulir el oro en referencia al conocedor inferencial por creencia."

## **El día de Lama Tsongkapa**

Hoy es nuestra última clase del año. El fin de semana tendremos el retiro de Vajrasatva en la que os daré esta iniciación. También haremos sesiones de recitación del mantra de cien sílabas de Vajrasatva y es muy importante que asistamos.

También quiero recordaros que el viernes 23 de diciembre es el día de Lama Tsongkapa y haremos la práctica de *Lama Chopa*, *Tsog* y ofreceremos luces. Es un día muy importante porque a lo largo del año hay días especiales relacionados con el Buda en que todas las acciones se multiplica por cien mil y el día de Lama Tsongkapa es similar porque todo se multiplica cien mil veces. Esto no lo he visto en ningún libro sino que así lo considero.

Es algo extraordinario porque Lama Tsongkapa apareció en este mundo hace mas de 660 años y sin embargo, sus enseñanzas siguen vigentes, lo cual es digno de apreciar. Es importante que participemos de este día porque es un día en que recordamos sus acciones supremas. Si hacemos un esfuerzo por dedicar este día a Lama Tsongkapa y recordar lo que hizo, es una manera de empezar a prestar atención al camino espiritual y beneficiarnos.

## **La impermanencia y muerte**

Cuando comenzamos las actividades a principios del año parecía que quedaba mucho tiempo pero el tiempo pasa y ya estamos en la última clase del año. El día que pensábamos que estaba lejano ya llegó. Esto nos recuerda que el tiempo avanza y que tenemos que apurarnos en aprovechar esta vida que tenemos.

Vamos a recitar las Alabanzas a Tara pensando en todo lo que ha sucedido este año, en todas las guerras, epidemias, conflictos, desastres naturales, etc., incluso a veces pensábamos que mas graves no podían ser los problemas. Dedicamos estas oraciones para que estas situaciones desagradables se terminen y que el año que viene no vuelvan a aparecer.

Muchos de vosotros habéis venido ininterrumpidamente a clases y quiero agradecerlos por tener interés por las enseñanzas. Pero si tenemos esta oportunidad de recibir enseñanzas es gracias a este centro, por eso dedicamos nuestras oraciones para los socios porque gracias a ellos tenemos este lugar y la oportunidad de beneficiar a los demás.

Por supuesto que también pensamos en el beneficio de todos los seres, para que obtengan la felicidad que buscan, pero en particular por los socios y por las personas que colaboran con su trabajo para que este lugar funcione. Dedicamos para que tengan una larga vida, libre de enfermedades y con situaciones favorables que les permitan cumplir con sus objetivos.

Procuramos ser personas mahayana que significa que es nuestra responsabilidad hacer que estas enseñanzas beneficien a los seres.

¿Quiere decir que por estas oraciones se acaban las guerras, no existen terremotos o desastres naturales? la respuesta es que no necesariamente, pero sigue siendo



beneficioso porque es palabra de Buda. Hay que tener en cuenta que cuando el karma madura ni el propio Buda puede detenerlo y aunque la oración no termina de forma inmediata con los problemas sí crea las condiciones para que pronto lleguen a su fin.

Lo importante de hacer oraciones es que desarrollamos la actitud de pensar en los demás, y así acumulamos méritos y beneficiamos a los demás por ser nuestra fuente de inspiración.

### **(Repaso de la clase anterior)**

Todos los 51 factores mentales son importantes pero algunos merecen más explicación. La última clase vimos la distinción entre la fe y la predilección a través de 4 posibilidades. La fe y el respeto se utilizan como términos similares pero en realidad su significado es distinto pero es verdad que hay cosas en que se aplican ambas.

Ahora estamos en la parte del respeto. La fe a veces se utiliza indistintamente con la predilección y otras veces con el respeto, esto implica que la predilección y el respeto se utilizan de manera indistinta o como sinónimos cuando en realidad no lo son por ej. tenemos respeto pero no predilección hacia la policía, los políticos, etc.

Texto raíz

*DILEMA: Entonces, ¿son la predilección y el respeto lo mismo, o algo distinto?*

*RESPUESTA: De nuevo, aunque en el mundo se consideren que son lo mismo, no es así. Sentir predilección hacia un guía espiritual es fe, pero respetarlo supone contemplar su bondad, conocer la vergüenza y reconocer su gran valor; por lo tanto, cuando [la fe y el respeto] surgen en el continuo mental, son dos factores mentales diferentes.*

### **(Continuamos con el comentario)**

Texto raíz

*Será posible comprender sus modalidades detalladamente al analizar con una sabiduría que investiga de manera individual, tal y como aparecen en los grandes tratados, examinando con introspección la forma en la que son generados en el continuo mental. No será posible comprenderlos [textos] solamente por medio de las palabras. Con esto en mente, el totalmente omnisciente [Tsong-kha-pa] aconseja repetidamente que, para poder practicar de manera sincera, es necesario confiar en un guía espiritual que sea hábil y escuchar ampliamente acerca del significado de las escrituras.*

Quiere decir que escuchemos constantemente enseñanzas para poder entender las escrituras.

Texto raíz

*Sin embargo, en nuestros días cuando este gran sistema de textos es explicado a seres que no son muy listos, que carecen del tesoro de la inteligencia y que tienen un mérito inferior, se asustan, se aterrorizan y huyen, al igual que una serpiente huye al oler la orina, o como un niño pequeño que se asusta a ver un remolino. Aquellos que ven el supremo discurso de los grandes eruditos y de los expertos de la tierra de los*

*nobles [es decir: La India] como instrucciones superficiales son como estrellas que intentan brillar durante el día [es imposible hacerlo].*

El consejo que se da es tomar las enseñanzas como instrucciones personales a realizar. Si ves las enseñanzas como algo superficial que no hay que practicar, es como una estrella que quiere brillar cuando está el sol. Esto es un grave error porque todas las enseñanzas son instrucciones personales a llevar a cabo.

Texto raíz

*Aquí se explica que la fe “tiene la función de actuar como base para la aspiración”, porque como ya se explicó, el esfuerzo es la causa de todas las excelentes cualidades; y para generarlo, es necesaria la aspiración que busca esas cualidades. Para generar aspiración, se deben percibir esas cualidades y tener la fe de convicción en ellas. Por esta razón, con frecuencia la fe es alabada más de una vez en las escrituras y en sus comentarios como la base de todas las cualidades virtuosas.*

Esto nos ayuda a apreciar la importancia de la fe. También nos están hablando de como el esfuerzo gozoso es la causa de las excelentes cualidades, esta es una cita del texto *La entra al camino medio* de Chandrakirti que dice: “El esfuerzo gozoso es la base de donde surgen todas las excelentes cualidades” porque la acumulación de méritos y de sabiduría suprema es gracias al esfuerzo, por eso es la base de las excelentes cualidades.

Texto raíz

*Con respecto a esto, La formula de las tres joyas que arden (Ratnolka-dharani) dice lo siguiente:*

*La fe es el predecesor, y como una madre, es quien procrea.  
Es quién protege y hace que aumenten todas las excelentes cualidades.  
Elimina las dudas y libera de los cuatro grandes torrentes,  
la fe simboliza la ciudad de la felicidad y de la bondad.*

En el texto raíz no se menciona “los cuatro grandes torrentes” sino “el gran torrente o ríos”.

Los 4 grandes torrentes son:

- Desde el punto de vista resultante: Nacer, Envejecer, Enfermar, y Morir.
- Desde el punto de vista causal: Ignorancia, visiones, existencia y apego.

Texto raíz

*La fe no es turbia y brinda claridad a la mente.  
Hace que el orgullo sea abandonado y es la raíz del respeto.  
La fe es una joya, un tesoro,  
y es el mejor cimiento (texto raíz: supremas piernas).  
Al igual que las manos, es la base para acumular virtud.*

Tiene sentido porque cuando tenemos fe hacia algo generamos veneración y respeto por ello y esto contrarresta el orgullo, por eso la fe es la raíz del respeto. Es algo tan valioso que vale la pena tenerlo. Se menciona que la fe es como las manos porque nos permite acumular mas y mas virtud.

En realidad en el texto raíz en lugar de decir “La fe no es turbia” dice “La fe no lleva a locura”, ¿a que se refiere con esto?.

Estudiante: A la locura que provoca a los engaños.

Guesela: Por ejemplo, cuando estábamos en Buxa recibiendo enseñanzas llegábamos en punto a la clase, había muy poco espacio y cuando queríamos ir al baño tratábamos de ir y regresar rápido. Con estas condiciones no nos cansábamos y creo que es por la fe.

De la misma manera, si la clase se pasa rápido aunque estéis con las piernas cruzadas y la disfrutáis es por la fe, pero si hay aburrimiento, cansancio o movéis mucho es por falta de fe y aspiración.

Texto raíz

*También El sutra de las diez enseñanzas (Dasa-dharmaka-sutra) menciona:*

*La fe es el mejor vehículo  
a través del cual serás guiado y emergerás definitivamente.  
Por esta razón, las personas inteligentes  
con confianza la siguen.*

*Las buenas cualidades no crecerán  
en las personas que no tienen fe,  
así como [no crecen] los verdes retoños  
de las semillas que han sido quemadas por el fuego.*

A pesar de que no haya fe auténtica escuchar enseñanzas no es un tiempo desperdiciado porque estamos dejando huellas positivas, pero no le sacamos el máximo beneficio. Por eso debemos cultivar fe en quien expone las enseñanzas y en las enseñanzas que se exponen. Se insiste en la importancia de la fe porque todas las buenas cualidades surgen de ella.

Texto raíz

*De esta forma, todas las buenas cualidades van acompañadas de la fe. [En su texto] Un compendio de entrenamiento (Siksamucchaya) [Shantideva] afirma: “Hay que arraigar con firmeza la fe”, y también enseña que la fe es la raíz de todos los caminos.*

En general la motivación es importante al igual que la fe para acumular grandes méritos por ej. si alguien que va por un camino en que está lloviendo y al ver una *tsa tsa* movido por su fe y buena intención le pone un zapato viejo encima para protegerla, acumula muchos méritos. Si mas tarde cuando ha parado de llover otra persona pasa por el mismo lugar y al ver la *tsa tsa* cubierta con el zapato y motivado por su fe y buena motivación lo quita, por esta acción también acumula muchos méritos.

En conclusión, la fe es aclaratoria, de convicción y de aspiración. Además, en este siglo XXI se puede agregar la fe ciega. Es verdad que se procura desarrollar principalmente la fe de convicción pero no hay que menospreciar la fe ciega porque nos quedaríamos con las manos vacías.

Si todavía no tenemos fe de convicción porque todavía no llegamos a un razonamiento y encima no tenemos la fe ciega porque la menospreciamos, entonces nos quedamos sin ningún tipo de fe. Aunque la fe ciega no sea la mejor es muy beneficiosa.

La siguiente historia refleja los beneficios de la fe: Es la de un padre de familia que tenía sus hijos casados y tenía una buena situación económica. Entonces decidió buscar un maestro para practicar el dharma que era Drugpa Kunley quien era una emanación de Chenrezig que daba la apariencia de estar loco.

Cuando lo encontró le dijo que le diera enseñanzas sencillas porque no era muy listo y Drugpa Kunley le dio la siguiente estrofa que tenía 4 líneas “hago postraciones al hombre, a la mujer y...” que aunque tenía un significado también tenía un contenido sexual. También le dijo que lo recitara en voz alta cada vez que se acordara de su maestro.

Posteriormente en una comida familiar su hija le preguntó por su maestro y en ese momento soltó su bol de sopa y empezó a recitar la estrofa en voz alta. Como los tibetanos son muy vergonzosos todos salieron de la casa y cuando abrió los ojos todos habían desaparecido.

La familia pensó que estaba loco y decidieron hacerle una casa aparte donde le llevaban la comida. Una mañana en que le llevaban su comida no lo encontraron, se asustaron y empezaron a llamar el resto de la familia porque se imaginaban lo peor, pensaron que se había suicidado.

Cuando todos estaban reunidos escucharon su voz desde el espacio que les decía que no se preocuparan, que gracias a su maestro estaba en una tierra pero había olvidado el *mala*. Así que les pidió que construyeran una estupa y metieran el *mala* dentro. Song Rimpoche una vez contó que esta estupa todavía existía hasta 1959 y se podía visitar.

Podemos decir que el padre tenía muchos méritos acumulados porque en esta vida solo tenía una fe ciega.

**16 Febrero de 2017**

## Introducción

Nos identificamos con el cuerpo que en este momento tenemos y describimos como lo que somos cuando en realidad cambiamos de cuerpo de vida en vida. En cada vida tomamos otro cuerpo y hay renacimientos donde no tomamos una forma física. Lo que nos define en realidad no es el aspecto físico sino mental que identificamos como “yo” que es el continuo mental que existe desde tiempo sin principio.

Aunque nos identificamos con la parte física no lo somos porque va cambiando, por eso cuando tomamos otros renacimientos no nos definimos por lo físico sino por lo mental.

Es importante entender nuestra mente porque es lo que tenemos y no la parte física. Hay tres aspectos mentales: un aspecto de nuestra mente que nos beneficia, un aspecto de nuestra mente que nos daña y un aspecto neutral. De esto se trata el estudio de Lo rig [la mente y sus conocedores], de estudiar nuestra mente para distinguir estos aspectos.

Hay momentos en los que tenemos un estado mental neutro por ej. si estamos sentados en el sofá y no tenemos pensamientos negativos, ni virtuosos sino que estamos relajados. En esos momentos la mente no desaparece sino que no está presente una mente beneficiosa, ni dañina pero sí la función mental.

Otro ejemplo sería si viendo una película generamos apego porque la vemos atractiva. Esta es una mente perjudicial que nos hace daño. Lo que nos hace daños no es la película sino la manera en que nos relacionamos con ella, porque podemos utilizarla para recordar las enseñanzas y pensar por ej. que son imágenes que están saliendo de un televisor y por tanto, no es real y así mismo es la realidad como una imagen o reproducción de algo. De esta forma reflexionamos en la vacuidad.

Esta claro que aunque sea la misma película la que ven dos personas, una de ellas puede generar un pensamiento que le daña y otra que le beneficia, de esta forma vemos como funciona la mente, que es la que determina si una acción es virtuosa o no virtuosa. Al igual que al estar aquí reunidos escuchando enseñanzas, podemos tener una mente crítica que lo niega todo o que busca aspectos negativos en las enseñanzas, que sería una mente dañina, o podemos tener un auténtico deseo de aprender para aplicarlo en nuestra vida, que sería una mente beneficiosa. También podemos estar aquí porque nos da vergüenza salir que sería una mente neutra.

Por eso es tan importante observar nuestra mente y saber si generamos pensamientos virtuosos, no virtuosos o neutros y trabajar con nuestra mente para darle la forma que queremos. La manera de hacerlo es observarla y para ello hace falta conocer como funciona la mente.

Aunque de manera natural surgen en nosotros emociones negativas, cada vez que nos demos cuenta debemos cortar con ellas y no darles mas espacio para luego dirigir nuestra mente hacia la virtud, pero la única forma de hacerlo es observando nuestra mente.

## Continuamos con el comentario

### Vergüenza (*ngo tsha shes pa*)

Texto raíz

*En relación a la vergüenza, El compendio de conocimiento menciona:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la vergüenza?*

*RESPUESTA: Es evitar las acciones incorrectas debido a la desaprobación propia. Sirve de base para restringir de manera efectiva la conducta errónea.*

*Como se ha dicho, la vergüenza es evitar las acciones incorrectas debido a la desaprobación propia.*

El punto clave es: que uno mismo lo desaprueba y por eso evita cometer acciones incorrectas.

Guesela: ¿Que significa que por la desaprobación propia evitas las acciones incorrectas?.

Estudiante: Que sale de ti mismo el evitar las acciones negativas porque lo has considerado por el estudio y sabes que es incorrecto.

Guesela: Es correcto. De forma amplia sería que en primer lugar hay que saber qué acciones son negativas, pero no basta con saberlo sino evitarlas. El siguiente paso sería verle defectos a las acciones negativas por eso hablamos de los inconvenientes de dejarnos llevar por el enfado.

Dejarnos llevar por el enfado tiene dos tipos de inconvenientes: los que vemos y los que no vemos. Así cuando surge el enfado lo detenemos porque sabemos que vamos a terminar mal. Esto mismo se aplica al resto de emociones negativas.

Es usual que en los lugares de trabajo haya material de trabajo que a veces es compartido con el resto de compañeros y debemos tener cuidado de no ser arrogantes en el sentido de utilizarlo nosotros y no considerar el resto de compañeros, no utilizarlo bien o no cuidarlo. No pensar en este aspecto se llama falta de vergüenza.

La vergüenza es muy similar a la consideración por eso a veces cuesta distinguirlos.

### Consideración (*khrel yod pa*)

*En relación a la consideración, El compendio de conocimiento menciona:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la consideración?*

*RESPUESTA: Es evitar las acciones incorrectas debido a la desaprobación de los demás.*

*Tiene la función de lograr eso [es decir, de servir como base para restringir de manera efectiva una conducta errónea].*

*Como se ha dicho, la consideración es evitar las acciones incorrectas debido a la desaprobación de los demás.*

El objetivo es no caer en acciones incorrectas, por ej. hay personas que de manera cotidiana dicen “no le tengo miedo a nada ni a nadie y hago lo que quiero”. Es la actitud de una persona que no tiene vergüenza, ni consideración porque no piensa en evitar

cometer acciones negativas por lo que piensan los demás, ni por las consecuencias que sus acciones le traerá.

La consideración y vergüenza es algo positivo porque es una manera de refrenarnos de cometer negatividades para no infringir las normas sociales o las leyes.

La vergüenza es cuando estamos a punto de involucrarnos en una acción incorrecta y no la realizamos por pensar que es algo que nos va a perjudicar y la consideración es cuando estamos a punto de cometer una acción negativa pero en ese momento pensamos que es mejor no realizarla porque los demás van a pensar mal de nosotros, como por ej. el Buda que es omnisciente y lo conoce todo no va a estar complacido con nuestro comportamiento o nuestro Lama.

Quienes hacen la práctica de *Gaden-la gye-ma* mantienen al Lama en su corazón y le ofrecen comida y como el lama esta en su corazón sienten vergüenza porque les ve, de esta forma evitan cometer negatividades.

Texto raíz

*[Un análisis de dos de ellos: vergüenza y consideración]*

*¿Cuál es la diferencia entre vergüenza y consideración? Aunque ambas son similares en el sentido de que sirven como base para restringir la conducta incorrecta, la vergüenza es cuando uno está por involucrarse en alguna acción incorrecta, y la evita pensando: “Esto no es algo que debería hacer.” En el caso de la consideración, en el momento en el que uno está por realizar alguna conducta incorrecta, la evita debido a otros pensando: “No se vería bien si otros me desprecian [como resultado de mi mala conducta]”. Uno evita la conducta inadecuada debido a la desaprobación del guru o de los maestros: Siendo este el objeto principal [que causa] dicha abstención. Su función es “servir como base para una restricción efectiva de una conducta incorrecta,” debido a que la vergüenza y la consideración son definitivamente necesarias para restringir las conductas físicas, verbales y mentales inadecuadas. Si no están presentes la vergüenza y la consideración, no será posible abstenerse de ninguna conducta incorrecta. Porque si uno mismo no se preocupa por el resultado de sus propias acciones, ni por el malestar ocasionado a un guru, maestro, etc., no hay forma de cesar con la conducta errónea.*

Tiene mucho sentido porque nuestro maestro es aquel en quien debemos cultivar fe y respeto y actuar de acuerdo a esa confianza evitando cometer acciones negativas para complacerle.

Texto raíz

### **Ausencia de apego (*ma chags pa*)**

*En relación a la ausencia de apego, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la ausencia de apego?*

*RESPUESTA: Es carecer de apego hacia la existencia [cíclica] y hacia los artículos de la existencia [cíclica]. Tiene la función de servir como base para no involucrarse en conductas erróneas.*

*Como se ha dicho, es un conocedor que no siente atracción y que carece de apego.*

**Ausencia de odio (*zhe sdang med pa*)**

*En relación a la ausencia de odio, El compendio de conocimiento dice:*

**PREGUNTA:** *¿Qué es la ausencia de odio?*

**RESPUESTA:** *Es carecer de malicia en relación a los seres, al sufrimiento y a las fuentes del sufrimiento. Tiene la función de servir como base para no involucrarse en conductas erróneas.*

*Tal y como se ha dicho, es un conocedor que vence al odio tras observar cualquiera de los tres objetos que generan odio [es decir: Los seres, el sufrimiento y las fuentes del sufrimiento] y su falta de malicia.*

Estos tres tipos de objetos pueden hacer que surja el odio al observarlos, corta con ellos y así vences al odio.

Respecto a los objetos que producen odio, en otros contextos se dice que son: los amigos enemigos, extraños, pero la realidad es no hay límites en cuanto a los objetos que pueden producir enfado porque cualquier objeto puede ser el origen del enfado.

Texto raíz

**Ausencia de ignorancia (*gti mug med pa*)**

*En relación a la ausencia de ignorancia, El compendio de conocimiento dice:*

**PREGUNTA:** *¿Qué es la ausencia de ignorancia?*

**RESPUESTA:** *Es el conocimiento [que surge] del logro de algo deseado, de la escritura, de la contemplación o de la realización, y es un conocimiento del análisis individual. Tiene la función de servir como base para no involucrarse en conductas erróneas.*

*Como ya se ha dicho, es un conocimiento que tras un análisis individual puede servir como antídoto a la ignorancia [que surge] de su causa: Ya sea la innata o la adquirida.*

Con “*algo deseado*” se refiere a la sabiduría mundana correcta que es cuando has escuchado enseñanzas sobre las acciones virtuosas y no virtuosas y después de la reflexión tienes certeza en que una acción virtuosa trae felicidad y una negativa sufrimiento.

“*De la escritura*” se refiere a la sabiduría de escuchar y “*de la contemplación*” es cuando desarrollas concentración unidireccional que contempla la sabiduría desarrollada. Esta sabiduría se adquiere del análisis y tiene la función de servir como base para evitar conductas erróneas. En especial se busca eliminar la ignorancia del aferramiento al “yo”.

Hay dos causas de la ignorancia: la innata y la adquirida y también dos tipos de sabiduría: la innata y la adquirida. La sabiduría (inteligencia) innata depende del reino en el que naces por ej. si naces en el reino de los dioses puedes ver los renacimientos anteriores y futuros, o tener la sabiduría del reino de los humanos o tener una sabiduría mas limitada en el reino de los animales. La sabiduría adquirida es la que logras a través del esfuerzo.

Texto raíz

***[Un análisis de tres de ellos: ausencia de apego, ausencia de odio y ausencia de ignorancia]***



*Estos tres factores mentales son como la raíz de todas las cualidades virtuosas, el método para cesar con toda conducta incorrecta, y son la esencia de todos los caminos. Todos los caminos y estadios tienen como objetivo abandonar los tres venenos y sus impresiones, y todo tipo de conducta incorrecta definitivamente proviene de alguno de los tres venenos.*

Estas tres ausencias son muy importantes porque nos ayudan a avanzar en el camino y evitar caer en conductas erróneas. Son muy importante en el vehículo hinayana y en el vehículo mahayana para avanzar a través de las tierras y caminos, además de los tres venenos otro enemigo a destruir es la actitud egocéntrica que son sus huellas.

Texto raíz

*Por lo tanto, su función se especifica como la de “servir como base para restringir de manera efectiva la conducta errónea.”*

*Las divisiones que son ejemplos de estos [tres factores mentales] son infinitas, porque, en gran medida, todos los caminos se incluyen dentro de ellos.*

Estos tres factores mentales virtuosos: ausencia de apego, de odio y de ignorancia abarcan los 15 caminos porque deben estar presentes.

El texto enfatiza la importancia de estos tres factores mentales.

Texto raíz

*Además, en relación a la ausencia de apego:*

*La actitud de un individuo de capacidad inicial, es generar ausencia de apego a esta vida y buscar su bienestar en vidas futuras.*

*La actitud de un individuo de capacidad intermedia, es generar ausencia de apego hacia todas las maravillas de la existencia [cíclica], habiendo invertido profundamente su aferramiento.*

*La actitud de un individuo de capacidad superior, es generar ausencia de apego hacia dos cosas: Hacia la existencia [cíclica] y hacia el estado de paz [solitaria], y buscar el nirvana que no mora.*

Por lo tanto, cualquiera que sean los caminos está presente la ausencia de apego.

Texto raíz

*Al dar esta explicación, se deduce que todas las escrituras tendrán que ser explicadas aquí. Pero ¿cómo podría hacerlo? Así que en este caso, me limitaré a mostrar la puerta de aquellos inteligentes. De esta forma, lo mismo se aplica también a la ausencia de apego y a la ausencia de ignorancia.*

## **Preguntas**

Estudiante: Cuando se ha mencionado la ausencia de odio en el texto se dice que surge en base a tres objetos como los seres y las fuentes de sufrimiento ¿Cuales son las fuentes de sufrimiento?

Guesela: La ausencia de odio es cortar con el odio o no generar una mente maliciosa hacia las personas que te hacen daño, hacia el sufrimiento y hacia las fuentes de sufrimiento que se refiere a todo lo que te provoca daño o malestar.

Estudiante: Con relación a los tres objetos de odio no entiendo cómo el odio esta relacionado con el enfado y puede verse como un rechazo, en este caso hacia el sufrimiento, pero no hay enfado sino rechazo.

Guesela: Para que quede mas claro, ausencia de enfado y de odio es amor y el enfado o el odio son todo lo contrario al amor.

Estudiante: Pero no puedes tener amor hacia un objeto que es inanimado.

Guesela: No es que generes amor sino que por ej. si te golpeas con una mesa hay ausencia de odio con el objeto si ves que está vacío de esencia y tu mente no se altera sino que está en paz y es un estado de amor que es la ausencia de odio o de rechazo.

Estudiante: Se dice que no generemos apego hacia las cosas de este mundo pero tenemos que reconocer que sin las cosas de este mundo no podemos practicar, por lo tanto, encuentro muy difícil este equilibrio.

Guesela: Para practicar no hacen falta muchas cosas como en el caso de Milarepa que fue un excelente practicante. Es verdad que no estamos viviendo épocas en que nos podemos retirar porque tenemos benefactores sino que tenemos que ganarnos la vida, pero si tienes tus necesidades básicas cubiertas como un lugar donde vivir, comida y ropa debemos sentirnos satisfechos y practicar.

Sin embargo, pensamos que necesitamos una casa mejor y nuestra mente empieza a crear necesidades, pero si el objetivo es practicar no hace falta mucho.

Por otro lado, si tienes la fortuna de tener comodidades esta bien utilizarlas pero el problema es cuando no las tienes y las quieres porque la mente que quiere mas nos perjudica.

Sabemos de personas que se van a practicar a la montaña pero no vivimos en esa época y tenemos que ganarnos la vida pero sintiéndonos satisfechos con lo que tenemos y no apegarnos a las cosas de esta vida como por ej. necesitar estar en un país, etc.

## **Introducción**

Lo primero que hemos hecho son postraciones con el objetivo de que disminuya la actitud de orgullo, que es algo que nos hace mucho daño. También hemos hecho un minuto de meditación para favorecer tener una buena motivación porque venimos de fuera con una mente agitada y lo utilizamos ya sea para reflexionar o para tranquilizar nuestra mente. También recitamos el *Sutra del Corazón* que contiene la esencia de la enseñanza budista que es la vacuidad, con el objetivo de que tanto la persona que da la enseñanza como el que las escucha lo hagan de una manera correcta. Recitarlo Ayuda a que cualquier obstáculo que impide generar esta buena motivación se elimine. Tomamos refugio en el Buda, Dharma y Sanga para que nuestras acciones físicas, de palabra y mentales sean buenas. Ponemos nuestra confianza o fe en que los objetos de refugio nos ayudan a desarrollar esta conducta correcta.

Hacemos la toma de refugio y generamos la mente de la bodichita porque estamos haciendo algo para el beneficio de los seres, para que puedan encontrar el bienestar que están buscando.

El objetivo es ser buenas personas, en particular que nuestra mente sea bondadosa y para ello tenemos herramientas que nos ayudan a controlar nuestra mente y dirigirla hacia la bondad, por ej. en occidente lo normal es que un chico de 18 años empiece a buscarse la vida estudiando y si prefieren quedarse en casa parece que no está luchando por buscarse la vida.

Esto es para entender que deberíamos tener la inquietud de salir a buscar la bondad, porque desarrollar un buen corazón no nos viene del cielo sino que tenemos que estudiar qué es un buen corazón, cómo lo desarrollamos y querer aplicarlo en nuestra vida.

## **Repaso de la clase anterior**

Vimos la ausencia del apego, de odio y de ignorancia, por ej. si nos postramos con una motivación enfocada en las vidas futuras y no en esta vida, es una actitud de ausencia de apego. También podemos hacerlo sin apego al samsara y sin apego a la actitud egocéntrica, esta última es la actitud de una persona de capacidad superior. Esto también se aplica a la ausencia de odio y de ignorancia.

Se enfatiza la ausencia de apego, del odio y de ignorancia porque cuando están presentes la acción virtuosa que se realiza es de la mejor calidad y mucho mas poderosa. En la medida que lo consigamos seremos cada vez ser mejores y desarrollaremos al máximo nuestro potencial.

Estas tres son lo opuesto al apego, odio e ignorancia que tienen el problema de ser las principales causas del sufrimiento, por eso se llaman los tres engaños raíz, por ej. un árbol tiene un tronco de donde salen sus ramas, hojas, flores y frutos. De la misma manera, la ignorancia sería el tronco de donde surge el apego y el odio. De estas tres surgen el resto de emociones negativas.

## Continuamos con el comentario

### Texto raíz

*En este caso, la **ausencia de ignorancia** es un tipo de sabiduría de investigación individual, y es de dos tipos:*

- (1) [La ausencia de ignorancia] adquirida a través del nacimiento*
- (2) [La ausencia de ignorancia] surgida a través de la aplicación*

*[La ausencia de ignorancia] adquirida a través del nacimiento se explica por medio de “[haber surgido] de frutos” [en la cita anterior], debido a que surge del fruto de las acciones pasadas sin tener que depender de las circunstancias de esta vida, y*

**Ausencia de ignorancia adquirida a través del nacimiento:** Se refiere al resultado madurado de las acciones previas que son independientes de las circunstancias de esta vida. Significa que gracias a nuestras acciones pasadas ahora tenemos cierta comprensión [sabiduría] que no se ha obtenido por ciertas circunstancias de esta vida, por ej. algunas personas son listas desde que nacen porque no tienen que leer mucho un tema para entenderlo, mientras a otras personas les cuesta mas.

### Texto raíz

*[La ausencia de ignorancia] que surge a través de la aplicación se refiere a estas tres: La sabiduría que surge de la escucha, la sabiduría que surge de la reflexión y la sabiduría que surge de la meditación.*

**Ausencia de ignorancia surgida de la aplicación:** Sería una sabiduría adquirida que depende de haber desarrollado la sabiduría de escuchar, reflexionar y meditar, por ej. si alguien nos enseñan la sílaba “k” en sánscrito sería la sabiduría de escuchar, cuando lo reflexionamos sería la sabiduría de la investigación y cuando la contemplamos sería la sabiduría que surge de la meditación. Hay que tener en cuenta que escuchar y recibir la información es primordial porque nos lleva a eliminar la ignorancia que desconoce algo.

### Texto raíz

*Las escrituras del Conquistador así como sus comentarios, son el fundamento que uno debe de escuchar para generar la sabiduría que surge de la escucha. Las escrituras del maestro tienen doce divisiones:*

- (1) El conjunto de discursos*
- (2) El conjunto de descripciones melódicas*
- (3) El conjunto de profecías*
- (4) El conjunto de versos*
- (5) El conjunto de expresiones con un propósito*
- (6) El conjunto de antecedentes*
- (7) El conjunto de expresiones de realización*
- (8) El conjunto de leyendas*
- (9) El conjunto de historias de sus nacimientos*
- (10) El conjunto de lo muy extenso*
- (11) El conjunto de las maravillas*
- (12) El conjunto de los establecimientos*

Cuando estudiamos estas enseñanzas lo importante es tener una motivación pura porque son para controlar nuestra mente. Se refiere a los 3 tipos de motivaciones: buscar un buen renacimiento en las vidas futuras, salir del samsara y alcanzar la budeidad.

Cualquiera de estas tres motivaciones es una motivación correcta que hace que el estudio nos ayude a dominar nuestra mente.

En el texto se menciona “*las escrituras del conquistador*” y algo diferente a estas enseñanzas sería estudiar literatura, poesía, etc., pero en este contexto la motivación pura sería en relación a las enseñanzas del conquistador.

Se han clasificado las escrituras del conquistador en 12 divisiones que incluye su palabra (Kangyur) y sus comentarios (Tengyur). Esta división es con la finalidad de que comprendamos los tipos de textos que podemos encontrar, pero no es una división definitiva ni excluyente. También se clasifican en 9 y en 3, esta última es la división que mas nos interesa conocer.

Texto raíz

*El Acharya Chandrakirti enseñó que éstas doce divisiones de las escrituras pueden resumirse en nueve divisiones; por medio de tomar las siguientes cuatro como una sola: Los principales antecedentes y los que se asocian con éstos [es decir, del punto (7) al (10) en la lista anterior], y así [los doce] se resumen en nueve. Las nueve [divisiones] pueden a la vez incluirse en tres:*

- (1) *La cesta de los discursos (sutrapitaka)*
- (2) *La cesta de la disciplina (vinayapitaka)*
- (3) *La cesta del conocimiento (abhidharmapitaka)*

El primer grupo de la división en 12 se llama *el conjunto de discursos* donde se encuentran: los Sutras del vinaya y del conocimiento claro. Este conjunto de discursos se pueden condensar en las 3 Cestas y en 2: Hinayana y Mahayana.

### Las 3 Cestas

Son: La Cesta del Sutra, La Cesta del Abhidharma y la Cesta del Vinaya.

- *La Cesta del Sutra*: trata sobre el adiestramiento superior de la concentración.
- *La Cesta del Vinaya*: trata sobre el adiestramiento superior de la ética.
- *La Cesta del Abidharma*: trata sobre el adiestramiento superior de la sabiduría.

Texto raíz

*El tema principal de estas tres cestas son los tres adiestramientos. Con frecuencia se enseña que:*

- (1) *El tema principal de la cesta de la **disciplina** es el adiestramiento en la ética.*
- (2) *El tema principal de la cesta de los **discursos** es el adiestramiento en la estabilización meditativa.*
- (3) *El tema principal de la cesta del **conocimiento** es el adiestramiento en la sabiduría.*

Pero el texto da otra explicación.

Texto raíz

*Además, El compendio de conocimiento enseña que:*

- *Los tres adiestramientos son igualmente enseñados en la cesta de los **discursos**;*
- *Los dos adiestramientos de la ética y la estabilización meditativa son enseñados en la cesta de la **disciplina**, y*
- *El adiestramiento en la sabiduría se enseña en la cesta del **conocimiento**.*

Es un texto de Asanga el que dice que los 3 adiestramientos superiores se reflejan por igual en las 3 Cestas. Esta no es una explicación común pero tiene mucho sentido que los tres adiestramientos superiores por igual estén incluidos en la *Cesta de los discursos*, porque en esta Cesta también se incluyen los discursos del Tantra que no mencionan el aspecto de la ética y la sabiduría.

También se menciona que en la *Cesta de la disciplina* se incluye el adiestramiento de la estabilización meditativa y en la *Cesta del conocimiento* se enseña el adiestramiento de las sabiduría.

El autor menciona el porque da esta explicación a continuación.

Texto raíz

*¿Cuál es la intención detrás de todo esto? Solamente siguiendo los límites estipulados por la disciplina, confiando adecuadamente en la atención plena y en la introspección, uno será capaz de cesar de manera efectiva con el sopor y la agitación, lo cual se convierte en el método supremo para la generación de la estabilización meditativa. Hoy en día, contar con una comprensión de dichos estadios del camino es algo extremadamente raro.*

El autor de este texto Ye-she Gyel-tsen, fue tutor del 8° Dalai Lama y menciona la importancia de combatir el sopor y la agitación mental para facilitar la concentración a través de la ética, la atención plena y la introspección. Sin embargo este conocimiento hoy en día es muy raro.

Texto raíz

*Por lo tanto, es necesario escuchar ampliamente acerca de las tres cestas así como de sus comentarios: Tras haber escuchado, sobre esta base uno analiza una y otra vez el significado de lo que se ha escuchado utilizando los cuatro tipos de razonamiento, generando así un determinado tipo de consciencia.*

#### Los 4 tipos de razonamiento<sup>35</sup>

- Funcional
- Dependiente
- Lógico (silogismos)
- De naturaleza.

Texto raíz

*Hay que poner en práctica la totalidad del camino por medio de meditar con concentración y de manera analítica acerca del significado que has obtenido gracias a la comprobación que proviene de la sabiduría que surge de la contemplación. Estas son las afirmaciones de los grandes pioneros que volvieron a trazar el camino.*

*Por lo tanto, aquellos inteligentes deben involucrarse en un camino que agrade a los Conquistadores. Escuchar es la excelente causa de la sabiduría de investigación individual.*

---

<sup>35</sup> G.Lamsang (apuntes de Lo rig 24 Nov.2016): **Razonamiento funcional:** por ej. el fuego tiene la cualidad de quemar. Es un objeto que es agente [el fuego] y la acción que realiza [quemar]. **Razonamiento dependiente:** Este razonamiento de origenación dependiente nos ayuda a ver que todos los fenómenos no son establecidos por sí mismos o no existen por sí mismos. **El razonamiento lógico:** este razonamiento es el que utilizamos normalmente a través de silogismos por ej. algo es impermanente porque lleva a cabo una función. **Razonamiento de naturaleza:** se llama así porque se analiza la naturaleza de los fenómenos por ej. el agua es húmeda, el fuego se eleva, experimentamos sufrimientos por la naturaleza del samsara, etc.

La *sabiduría de investigación individual* nos ayuda a desarrollar conocimiento y su causa es escuchar enseñanzas. Por eso se dice que los inteligentes que se involucran en el camino que agrada a los conquistadores deben escuchar.

Texto raíz

*Así que si uno no escucha de manera extensa [las enseñanzas], y sigue al igual que un borrego la estupidez como los tontos, permaneciendo de una forma relajada como un holgazán, sin contemplar nada en lo absoluto, y aún así revolcándose en la presunción de ser alguien con un buen corazón, que practica el Dharma, que se involucra en la práctica, etcétera, esto es desperdiciar el excelente apoyo de las libertades con las que se cuenta. Arruinando a otros que comparten esta fortuna, e incluso uno se convertirá en una condición que contribuirá a la grave degeneración de las enseñanzas. Por lo tanto, aquellos que deseen el bien para sí mismos, deben de generar la creencia desde lo profundo de su corazón en relación a los tipos de sabiduría de investigación individual explicados anteriormente.*

Nos aconsejan que seamos buenas personas pero no basta con saberlo, sino que se debe utilizar la sabiduría de escuchar de base para desarrollar un análisis. Ser buenas personas tiene que basarse en la sabiduría de saber qué es ser buena persona y que comportamiento debe llevarse a cabo. De lo contrario, se desperdicia este buen renacimiento de libertades y dones.

Como conclusión, para ser buenas personas no es suficiente con tener buenos sentimientos, sino comprender las ventajas y desventajas de no serlo y el comportamiento que se debe seguir.

### **Preguntas**

Estudiante: Estos factores mentales virtuosos como la ausencia de deseo, de ignorancia, etc., son cualidades de la mente pero como se expresan con una negación no sugieren nada más, ¿a que estadios o conciencias del camino corresponden?

Guesela: Estas ausencias abarcan desde el Buda hasta los seres, pero en diferentes grados, por ej. el Buda tiene la ausencia de apego, de odio e ignorancia de forma perfecta o exaltada y nosotros en menor medida.

Es un negativo pero afirmativo como la ausencia de odio es el amor, la ausencia de apego sería estar libre de aferramiento a algo y la ausencia de ignorancia es sabiduría.

Estudiante: ¿Se puede decir que la vasija es ausencia de deseo?

Guesela: Las 3 ausencias son factores mentales y por lo tanto, se trata de una mente.

Estudiante: Una vez escuché que los cuernos del conejo son también ausencia de identidad de persona.

Guesela: Estas hablando de cosas opuestas. En los cuernos del conejo o en una vasija no hay apego, ni ausencia de apego, es decir, no posee estos dos. En este caso estamos hablando de algo que posee dos cosas opuestas, por eso se dice que los cuernos del conejo no tiene ausencia de identidad porque no existe. Entonces una misma cosas posee dos opuestos. Del mismo modo la vasija no tiene apego ni ausencia de apego, por lo tanto, hay dos ausencias en un objeto. Algo opuesto sería la columna y la vasija

entonces, Carlo no es ni columna ni vasija, por lo tanto, hay dos opuestos en un objeto. Este tipo de preguntas salen en un debate, es un juego de lógica.



## Continuamos con el comentario

Podéis pensar que esta sabiduría ya la hemos desarrollado en el factor mental determinante de *sabiduría adquirida* y ahora estamos viendo la *ausencia de ignorancia* que significa sabiduría, pero es un tema muy importante. La sabiduría es muy útil como por ej. si un ladrón es inteligente sabe como hacer las cosas para que no lo atrapen, de lo contrario lo descubren fácilmente.

Por lo tanto, la sabiduría se puede aplicar a diferentes ámbitos ya sean buenos o malos. Pero la sabiduría que estamos viendo es virtuosa por naturaleza, que es la ausencia de ignorancia.

Cuando falta la sabiduría es como una persona ciega que no sabe hacia donde dirigirse para llegar a su destino. En cambio, alguien que ve perfectamente bien no tiene dificultades para llegar a su meta. De esto se trata, si no se tiene la perfección de la sabiduría aunque se tengan el resto de las 5 perfecciones es como alguien ciego que no sabe como llegar a la iluminación.

Esta analogía de ser como una persona ciega aparece en el texto *La raíz de la sabiduría* de Chandrakirti.

Texto raíz

***En este sentido, el Resumen de los versos de la perfección de la sabiduría en ocho mil líneas (Ratnagunasancayagatha) dice:***

*¿Cómo pueden entrar a la ciudad millones y millones de individuos ciegos, que no cuentan con una guía, sin ni siquiera conocer el camino?*

*Sin sabiduría, las otras cinco perfecciones no tienen visión;*

*Sin un guía, no es posible hacer contacto con la iluminación.*

*En el momento en el que estén fuertemente unidas con la sabiduría,*

*Entonces se adquieren los ojos [la visión] y este nombre se ha alcanzado.*

***El Venerable Maitreya también menciona [en su obra: El sublime continuo del gran vehículo (Uttaratantra)] (estrofa 5.14-15) lo siguiente:***

*El conceptualizar las tres esferas [del agente, la acción, y el objeto],*

*Se afirma que es un oscurecimiento al conocimiento.*

*Los conceptos como la avaricia*

*Se afirma que son oscurecimientos aflictivos.*

*Aparte de la sabiduría,*

*Ninguno de los otros sirve como causa para abandonar esto.*

*Por lo tanto, la sabiduría es superior. Y se basa en el escuchar.*

*Por lo tanto, la escucha es lo superior.*

Se refiere a las tres esferas porque las percibimos como inherentemente existentes pero están vacías de existencia inherente y es un oscurecimiento al conocimiento [oscurecimiento a la sabiduría] cuando los percibimos como verdaderamente existentes. Se menciona solo la avaricia pero se refiere en realidad al resto de engaños.

La sabiduría de escuchar es superior y en ella se basan el resto de sabidurías de la reflexión y meditación.

## Texto raíz

*Y el Acharya Aryasura [en su Compendio de perfecciones (Paramitasamasa)] dice:  
 Aquellos cegados que han escuchado poco, no conocen los tipos de meditación.  
 Careciendo de esto, ¿qué es lo que van a contemplar?  
 Por lo tanto, debes esforzarte en escuchar. Con esto como causa,  
 Tras contemplar y meditar, surgirá una sabiduría vasta.*

Con “los tipos de meditación” se refiere a que si no se escuchan enseñanzas no hay base para meditar. Estas estrofas mencionan la importancia de desarrollar la sabiduría de escuchar.

## Texto raíz

*El supremo erudito Vasubandhu también menciona [en su Tesoro de conocimiento] (verso 6.5ab) que:  
 Por medio de vivir con ética, escuchando y contemplando,  
 Hay una fuerte aplicación a la meditación.  
 Tales citas se mencionan una y otra vez en las escrituras así como en los comentarios.*

Estas dos líneas de Vasubandhu son muy importantes. Se refieren al modo de vivir, haciendo referencia a tratar de vivir de acuerdo al dharma. En especial, si nos vamos a retirar para meditar y contemplar debemos tener ciertas condiciones favorables y una de ellas es tener una mente con pocos deseos. Hay una estrofa en el *Lama chopa* que menciona los distintos tipos de deseos que se generan en nuestra mente y con menos deseos vivimos de acuerdo a las enseñanzas y nos podemos aplicar en la escucha, la reflexión y la meditación.

Si con una mente mas satisfecha escuchamos enseñanzas el acto de escuchar es mas beneficioso, y da lugar a una buena sabiduría de análisis y meditación.

**Esfuerzo gozoso (brtson ‘grus)**

## Texto raíz

*En relación al esfuerzo, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el esfuerzo?*

*RESPUESTA: Es un estado mental entusiasta en relación a acorazarse, a la aplicación, a la no-inferioridad, a la irreversibilidad y a la no-satisfacción. Tiene la función de lograr y llevar a cabo [todo] tipo de virtud.*

Tiene la función de lograr y completar todo tipo de virtud. Cita de Guesela: todas las cualidades provienen del esfuerzo gozoso, que podamos completar las dos acumulaciones (sabiduría y méritos) es gracias a el.

Es un estado mental que se deleita o disfruta de las acciones virtuosas.

## Texto raíz

***Tal y como lo dijo el Acharya Vasubandhu [en su texto Una explicación de los cinco agregados]:***

*PREGUNTA: ¿Qué es el esfuerzo?*

*RESPUESTA: Es el antídoto contra la pereza y un estado mental que se entusiasma con la virtud.*

**También, en Una guía para el estilo de vida del bodhisatva (estrofa 7.2) se dice:**

*¿Qué es el esfuerzo? Es el entusiasmo por lo positivo.*

*En el mundo actual se le llama “esfuerzo” a todo lo que suponga luchar por conseguir algo. Pero las citas previas indican que ese tipo de esfuerzo relacionado con los asuntos de esta vida, tales como cosechar, no es esfuerzo. Ya que lo que se entiende por esfuerzo es el entusiasmo por la virtud; el tipo de esfuerzo empleado en los asuntos de esta vida, es lo opuesto al esfuerzo, conocido como “apego a las malas actividades”.*

Guesela: ¿Que es el esfuerzo?

Estudiante: Es un factor mental virtuoso que se deleita en la práctica de la virtud.

Guesela: De forma sencilla, el esfuerzo gozoso por su propia naturaleza o entidad es virtuoso porque es el deleite en realizar acciones virtuosas.

La cita nos deja claro que el esfuerzo gozoso es un factor mental virtuoso porque se deleita en la virtud y es diferente a ser alguien que trabaja mucho que sería una persona diligente pero no esfuerzo gozoso.

En realidad, las tareas cotidianas no son esfuerzo gozoso pero si por ej. alguien se dedica al campo para dar de comer a un monasterio sería una actividad cotidiana y también esfuerzo gozoso. También si alguien por ej. prepara té para agradar a otra persona que realiza una práctica religiosa. En estos casos sería esfuerzo gozoso porque está enfocado hacia algo virtuoso. Al contrario, si el esfuerzo está enfocado en cosas de esta vida no sería esfuerzo gozoso. Lo contrario al esfuerzo gozoso es la pereza.

### **Tipos de pereza**

- La pereza del apego a las malas actividades
- La pereza del desanimado
- La pereza de posponer las cosas.

La pereza es un gran obstáculo para nosotros porque por su culpa perdemos tiempo que podemos utilizar para realizar acciones virtuosas.

### **La pereza del apego a las malas actividades**

En el texto se menciona que el esfuerzo utilizado para las cosas de esta vida es lo opuesto al esfuerzo gozoso porque es un tipo de apego o de pereza en la que te sientes atraído hacia actividades sin sentido. Es bueno que la identifiquemos.

Lo que va a determinar si es o no una actividad relacionada con asuntos de esta vida es la motivación y no el acto en sí. Si se realiza esa actividad con una motivación dirigida a esta vida son acciones sin sentido y un tipo de apego. Pero si la misma acción la realizamos con la motivación de ayudar a la sociedad o de beneficiar a un solo ser y no por satisfacción propia dirigida a esta vida, es una actividad de acuerdo con el dharma. Por lo tanto, el esfuerzo que se pone en realizar esa actividad no es un tipo de pereza.

Es complejo tratar de explicar este tipo de pereza porque no es algo definitivo sino que depende de la motivación. La motivación determina si es un tipo de pereza porque te esfuerzas en algo sin sentido, o es algo virtuoso porque va de acuerdo al dharma, por ej. si una persona no solo por placer propio o por cuestiones de esta vida sino pensando que

tiene un precioso renacimiento humano que es una oportunidad invaluable para hacer acciones virtuosas y practicar el dharma decide cuidarlo, todo el esfuerzo que pone por mantener su cuerpo sano como comer bien, comprar productos de buena calidad no serían este tipo de pereza.

Puede que haya cierto apego al cuerpo y que por eso se haga, pero en mi opinión no sería este tipo de pereza de sentir atracción hacia las acciones sin sentido por la motivación con la que se realiza.

### **3 Tipos de esfuerzo gozoso**

- Esfuerzo gozoso semejante a la armadura
- Esfuerzo gozoso de acumular cualidades virtuosas
- Esfuerzo gozoso de trabajar para el bienestar de los demás.

#### **Esfuerzo gozoso semejante a la armadura**

Sería cuando nos vamos a involucrar en algo virtuoso como por ej. antes de ir a meditar o antes de ir a un retiro, etc. Serían los preparativos que hacemos antes de realizar las acciones virtuosas.

#### **Esfuerzo gozoso de acumular cualidades virtuosas**

Sería cuando ya estamos realizando la acción virtuosa.

#### **Esfuerzo gozoso de trabajar para el bienestar de los demás**

Cuando para el bienestar de los demás o de un solo ser, pones esfuerzo o diligencia en su bienestar.

Esta división no es como otro tipo de divisiones que es definitiva porque si es una, no puede ser la otra, sino que una persona puede estar realizando una acción virtuosa como meditar, que sería el esfuerzo de acumular cualidades virtuosas, con la motivación de beneficiar a los demás, que sería el esfuerzo gozoso de trabajar para el bienestar de los demás. Por lo tanto, en un solo acto se pueden encontrar dos o tres tipos de esfuerzo gozoso.

En el texto de *Bodisatvacharyavatara* se dice que para conseguir el esfuerzo gozoso hacen falta los cuatro poderes o fuerzas. Éstas acompañan o empujan el esfuerzo gozoso para que progrese.

Texto raíz

*La manera de practicar las fuerzas de las condiciones favorables del esfuerzo, las cuatro fuerzas o poderes: El poder de la aspiración, el poder de la tenacidad, el poder del gozo y el poder del abandono.*

#### **Los 4 poderes o fuerzas**

- El poder de la aspiración
- El poder de disfrutar
- El poder de la estabilidad
- El poder del descanso.

**El poder de la aspiración:** Se refiere a que si sabes hacia donde te diriges te esfuerzas por conseguirlo.

**El poder de disfrutar:** Como por ej. cuando un niño esta jugando está disfrutando tanto que aunque sea la hora de comer no tiene hambre.

**El poder de la estabilidad:** Cuando hemos analizado las ventajas y desventajas de algo trae consigo seguridad y determinación de que es así, esta firmeza empuja el esfuerzo.

**El poder de la descanso:** Hay momentos en que necesitas parar pero con la finalidad de seguir adelante y de mejorar.

Los tipos de esfuerzo son de acuerdo al *Gran tratado de los estadios del camino a la iluminación*.

## 5 Tipos de esfuerzo gozoso

Texto raíz

*El compendio de conocimiento señala cinco tipos:*

- (1) *El esfuerzo semejante a una armadura*
- (2) *El esfuerzo de la aplicación*
- (3) *El esfuerzo de la no-inferioridad*
- (4) *El esfuerzo de la irreversibilidad*
- (5) *El esfuerzo de la no-satisfacción.*

**El esfuerzo semejante a la armadura:** Serían los preparativos que hacemos antes de realizar las acciones virtuosas.

Texto raíz

*(1) El esfuerzo semejante a una armadura es colocarse la gran armadura de la actitud antes [de la batalla], siendo un entusiasmo mental previo al involucramiento en la virtud.*

*Tal y como se menciona en El compendio de perfecciones de [Aryasura]:*

*Considera que un día largo y una noche larga abarcan los límites del pasado y del futuro de la existencia cíclica,*

*Un año está compuesto por días como éstos,*

*Un eon muy largo [se compone de estos años] y*

*Un gran número de éstos eones igualan en número a las gotas de agua del oceano.*

*A través del cultivo [constante, durante un periodo determinado], generaré solamente el estado mental único de la iluminación.*

*Incluso aunque sea necesario practicar de tal manera para lograr cada una de las demás acumulaciones,*

*Por medio de la compasión, no tendré cansancio;*

*Sin apatía, alcanzaré la excelente iluminación.*

*Cuando dentro de la existencia cíclica, uno deja de pensar sólo en su propio sufrimiento, y genera esa fuerte armadura infinita;*

*A este [individuo] se le conoce como el héroe compasivo que ha adoptado por primera vez una conducta perfecta.*

Significa generar el estado mental de que cueste lo que cueste y sin importar el tiempo que dure no pararé, tengo claro que debo alcanzar la completa iluminación y aunque tenga que llenar un océano de gota en gota, aunque tarde mucho tiempo no pararé. Mi

mente está enfocada únicamente en la iluminación, he visto lo que es el samsara, por lo tanto, no hay otra cosa mas que hacer que esforzarme en alcanzar la iluminación.

## El esfuerzo de la aplicación

Texto raíz

*El esfuerzo de aplicación es un estado mental que se deleita al involucrarse en la práctica a través de la aplicación. Es de dos tipos: Aplicación constante y aplicación respetuosa.*

### Divisiones

- Aplicación constante
- Aplicación respetuosa.

**Aplicación constante:** Hace referencia a que no importa el tiempo que tarde siempre persevera en conseguir su meta.

**Aplicación respetuosa:** Cuando sabes que con determinados actos acumulas méritos y por veneración a estos méritos continuas esforzándote.

### Preguntas

Estudiante: ¿Evitar las 10 acciones no virtuosas se considera ausencia de ignorancia?.

Guesela: No lo es. Sería ausencia de ignorancia en relación a no aferrarse a la entidad o a la existencia verdadera. ¿Cuales son las 3 acciones no virtuosas de la mente?.

Estudiante: La codicia, la malicia y las visiones erróneas.

Guesela: Las visiones erróneas principalmente hacen referencia al aferramiento al yo, cuando lo contrarrestamos sería ausencia de ignorancia. La codicia y la malicia son potenciadas por el apego. Si no nos aferramos al yo porque no existe verdaderamente esta comprensión da lugar a la ausencia de ignorancia. La ausencia de ignorancia se refiere principalmente a la vacuidad.

Estudiante: ¿La sabiduría no contempla el desconocer la ley de causalidad o karma?

Guesela: Esta sería una ignorancia secundaria que se describe como una confusión pero principalmente la ausencia de ignorancia se refiere a la raíz que es el aferramiento a un yo.

Estudiante: ¿Que es la visión errónea?

Guesela: En tibetano significa la visión opuesta. Es lo opuesto a la visión mundana correcta, que es creer en la ley de causa y efecto, por lo tanto, sería no creer en ella.

En realidad la visión errónea abarca mas que eso pero en el contexto de las 10 acciones no virtuosas visión errónea es lo opuesto a la visión mundana correcta.

**Continuamos con el comentario**

Cada uno de estos temas podrían explicarse de forma mas amplia pero tenemos un tiempo limitado. Por lo menos estamos resaltando los aspectos mas importantes de cada uno.

El tema de la sabiduría y el esfuerzo gozoso son amplios y el autor lo desarrolló mucho por eso le dedicamos mas tiempo para comentarlo. Estos temas son muy importantes por eso requieren mayor explicación.

**Esfuerzo gozoso**

A nivel mundano cuando alguien es perseverante y se esfuerza en la virtud sería esfuerzo gozoso. Es muy importante saber cómo cultivarlo y la siguiente analogía de Guntam Gempe Droma lo ilustra: el esfuerzo gozoso tiene que ser como un riachuelo que no cesa. Así de continuo y constante debería ser nuestro esfuerzo gozoso.

A veces practicamos con intensidad y dejamos de comer o dormir por practicar porque tenemos expectativas de obtener resultados pronto, y cuando no los conseguimos nos desanimamos porque pensamos que no funciona y abandonamos. Esto es un problema. Es mejor hacer un esfuerzo constante porque del esfuerzo gozoso resultan las buenas cualidades que esperamos.

Texto raíz

*El compendio de conocimiento señala cinco tipos:*

- (1) El esfuerzo semejante a una armadura*
- (2) El esfuerzo de la aplicación*
- (3) El esfuerzo de la no-inferioridad*
- (4) El esfuerzo de la irreversibilidad*
- (5) El esfuerzo de la no-satisfacción.*

La clase anterior vimos los dos primeros tipos de esfuerzo gozoso.

**El esfuerzo gozoso de la no inferioridad**

Texto raíz

*El esfuerzo de la no-inferioridad, es generar entusiasmo al involucrarse en la virtud, de tal manera que uno no se descorazona pensando: "¿Cómo podría hacer esto alguien como yo?".*

Este tipo de esfuerzo gozoso es muy importante porque te comparas con los demás pero no por envidia sino por ver que si otros son capaces de hacerlo tu también puedes. Al igual que los demás, eres un ser humano y tienes el linaje búdico, por lo tanto, esta capacidad está en ti. Es cierto que se practica también gracias al poder que se ha desarrollado o a las condiciones que se tienen en la vida, pero en cuanto al potencial y capacidad todos los seres son iguales.

De esta forma nos sentimos capaces de hacerlo tomando el ejemplo de otras personas que están practicando las enseñanzas y así buscamos llegar a su mismo nivel y sentirnos capaces. Esto sería lo opuesto a la pereza de no sentirse capaz. En realidad, deberíamos

sentirnos incapaces pero en los asuntos mundanos y no en la práctica del dharma que deberíamos sentirnos valientes y capaces.

Por supuesto que si estamos llevando a cabo un trabajo mundano con el propósito de mantenernos también debemos sentirnos capaces, pero tenemos que sentirnos incapaces en realizar acciones negativas.

Texto raíz

*[Aryasura en su obra] La guirnalda de historias de los nacimientos (Yatakamala, estrofa 14.10-11) dice:*

*El desánimo no ayuda a liberarse de la escasez.*

*Por lo tanto, no te atormentes por la pena.*

*Si las habilidades para alcanzar la meta deseada se realizan con firmeza,*

*Con facilidad, te liberarás incluso de grandes dificultades.*

*Por lo tanto, sin tener miedo o sentirte infeliz,*

*Alcanza tu propósito con un método apropiado.*

*Si estás fortalecido con el esplendor estable de la habilidad,*

*Estará en tus manos poder alcanzar todas tus metas.*

Es decir, si nos decimos a nosotros mismo “no puedo” esto no sirve de nada porque no va a eliminar la carencia que tenemos. No debemos atormentarnos con estos pensamientos porque no ayuda a resolver nuestra situación sino que esta actitud de sentirnos incapaces solo nos hace daño y hace insoportable la situación.

Cuando dice “si se realizan con firmeza [las habilidades]” quiere decir que si nos esforzamos y perseveramos lo conseguiremos. Dice “con facilidad nos liberamos de las dificultades” significa que aunque sea difícil, con constancia y perseverancia lo conseguirás, incluso la liberación si te esfuerzas y eres constante.

Si te lo propones sin miedo, desanimo o sentimiento de incapacidad tendrás confianza e iras creando un hábito de ello, porque no hay nadie fuera que decida quien va a un reino superior y quien a uno inferior sino que únicamente está en nuestras manos.

## **El esfuerzo de la irreversibilidad**

Texto raíz

*El esfuerzo de la irreversibilidad es un estado mental consumado que se deleita de tal modo que no puede ser desviado por las circunstancias durante el momento en el que se involucra en actividades virtuosas.*

En la vida se presentan circunstancias favorables y desfavorables pero una vez te involucras en una acción virtuosa, gracias a este tipo de esfuerzo no la abandonas y disfrutas de realizarla. Por lo tanto, si dejas de disfrutar al realizar una acción virtuosa es porque careces de este tipo esfuerzo gozoso.

Texto raíz

*Además, el totalmente omnisciente Lama [Tsong-kha-pa] menciona [en sus Himnos de experiencia] (estrofa 18a-f) lo siguiente:*

*Cuando te colocas el esfuerzo semejante a una armadura, con firmeza y en todo momento,*

*De manera natural aumentarán tus excelentes cualidades de [aprendizaje] de las escrituras y logros espirituales como la luna resplandeciente,*



Con esfuerzo gozoso consigues todas las cualidades en las que te adiestras y serás como la luna creciente.

Continúa el texto raíz

*Toda tu conducta será significativa,  
Y cualquier acción que realices se logrará tal y como lo has deseado.  
Comprendiendo esto, los hijos espirituales de los  
Conquistadores navegan sobre las grandes olas del esfuerzo eliminando así la pereza.*

Los bodisatvas saben lo que se puede conseguir con el esfuerzo gozoso, por eso lo practican y así eliminan la pereza.

### **El esfuerzo de la no satisfacción**

Se refiere a que sea cual sea la acción virtuosa que realizas como estudiar enseñanzas, meditar o practicar, nunca piensas “ya cumplí, ya es suficiente, ya me puedo dedicar a otra cosa” sino que te sientes insatisfecho y quieres practicar más, por ej. cuando se hace el retiro de acercamiento se debe cumplir con un número de mantras, sería el caso de alguien que cuando termina este retiro le apetece seguir haciendo mas mantras. En cambio, hay que sentirse satisfechos con las cosas materiales como el dinero.

Texto raíz

*El esfuerzo de la no-satisfacción es un esfuerzo que no solamente se satisface con conseguir virtudes insignificantes, sino que busca virtudes superiores.*

*Además, considerar sólo una pequeña parte del camino como si fuera la principal y desechar las demás, representa un serio obstáculo en relación a dejar impresiones [mentales] de la totalidad del sendero. Por lo tanto, es de suma importancia tener una visión general de todo el camino en su conjunto.*

El problema de sentirse satisfecho con la práctica cuando se ha conseguido una pequeña parte, es que se olvida del resto de camino o adiestramiento. Esto crea un serio obstáculo, por eso el *Lam rim* nos presenta el camino completo para saber como tenemos que adiestrarnos y no conformarnos con practicar solo una parte.

Texto raíz

*En relación a esto, El gran tratado de los estadios del camino a la iluminación dice:*

*Arya Asanga dice en repetidas ocasiones que es necesario contar con dos [cualidades]: (1) No desanimarse incluso aunque hayas comprendido adecuadamente el método para adiestrarse en la práctica de las [acciones] vastas, (2) no estar satisfecho sólo con cualidades mínimas.*

Cuando estudiamos enseñanzas a veces encontramos temas difíciles como por ej. la generosidad de ofrecer nuestro cuerpo y hay que tener cuidado de no desanimarse pensando que eres incapaz de hacerlo porque en el *Lam rim* se dice que solo debes hacerlo cuando llegues al nivel en que dar tu cuerpo te produzca gozo y ningún sufrimiento, antes de esto debes cuidar de tu cuerpo.

Tampoco se debe estar satisfecho con tener ciertas cualidades como la calma mental o la clarividencia en vez de utilizarlo para alcanzar la budeidad. No podemos conformarnos con una parte del camino sino desarrollar todos los adiestramientos hasta la totalidad del camino que nos lleva a la budeidad.

No significa que la calma mental o la clarividencia sea mala, sino que si alguien la consigue no se puede conformar con eso. También si llegas a comprender un texto que estas estudiando no debes sentirse satisfecho porque sería un error, sino mantener las ganas de aprender mas y que te sirva de instrumento para desarrollar cualidades mas elevadas.

#### Texto raíz

*En la actualidad, sucede lo siguiente, se piensa: “He alcanzado un nivel elevado en el camino”, cuando simplemente uno ha comenzado a desarrollar una buena cualidad; y aunque sea realmente una buena cualidad, sólo es una parte del camino. Y a uno le complace meditar sólo en ella. Sin embargo, quienes conocen a fondo los puntos clave del camino, explican con su propia experiencia de las líneas directrices de las escrituras y del razonamiento, que esto es sólo una fracción de virtud, y con sólo esto no has llegado a ninguna parte. Al comprenderlo, te sentirás totalmente desanimado. Así pues, quienes no permanecen satisfechos con únicamente cierta porción de virtud, los que buscan una distinción más elevada, y que no se desaniman incluso ante la necesidad de aprender adiestramientos continuamente, son muy escasos.*

Cuando se logra tener conocimiento profundo de las enseñanzas se conoce todo el camino a recorrer y que lo alcanzado es solo una pequeña porción, así no se desaniman en el adiestramiento continuo sino que se siguen esforzando porque su meta es lograr la totalidad del camino. Este tipo de personas son muy escasas.

#### Texto raíz

*El esfuerzo tiene la función de “lograr y llevar a cabo toda clase de virtud”, ya que la totalidad de las virtudes dependen del esfuerzo. Sobre esto, La exhortación a la resolución excepcional dice:*

*Al esforzarse, nada en absoluto  
Resultará difícil de obtener,  
Ya sea algo creado en este mundo  
O algo creado más allá de este mundo.*

*Siendo este el caso, a través del esfuerzo, ¿qué persona sabia se agotaría?  
Aquellos que están en el [estado de la] iluminación o budeidad,  
Habiendo visto las desventajas de la apatía y el sopor,  
Constantemente se esfuerzan.  
De la misma forma, yo los exhorto a hacer esto.*

La primera estrofa indica que cuando a nivel cotidiano se admira una cualidad en alguien como la paciencia, esta cualidad es resultado del esfuerzo. Asimismo, la budeidad se consigue gracias al esfuerzo, por eso los inteligentes no se desaniman ni cansan. Para ello debes ver las desventajas de la apatía y del sopor y las ventajas del esfuerzo gozoso. Todo esto es para animarnos a practicar el esfuerzo gozoso.

#### Texto raíz

*[Maitreya menciona en su obra] Un ornamento de los sutras Mahayana (Mahayanasutralamkararika) (estrofa 16.65-66) lo siguiente:*

*De entre todas las virtudes, el esfuerzo es la suprema;  
Dependiendo de él, uno obtiene [las otras virtudes].  
A través del esfuerzo, uno logra de inmediato un estado de felicidad superior, así como logros comunes y supremos.  
A través del esfuerzo, uno obtiene los recursos deseados de la existencia [cíclica];*

*A través del esfuerzo, uno posee una pureza destacada;  
A través del esfuerzo, uno se libera al trascender el conjunto transitorio;  
A través del esfuerzo, uno despierta a la total iluminación.*

*Debido a que todas las excelentes cualidades dependen del esfuerzo, el método para generar esfuerzo es extremadamente importante.*

Incluso evitar cometer las 10 acciones no virtuosas es gracias al esfuerzo gozoso, así como cualquier cualidad mundana o suprema hasta la budeidad. Por lo tanto, todas las cualidades dependen del esfuerzo gozoso por eso lograrlo es primordial.

#### Texto raíz

*En relación a este método, si al analizar con detenimiento y comprender las citas del Abhidharma mencionadas anteriormente, es posible que las técnicas para generar esfuerzo parezcan demasiado extensas. No obstante, resulta difícil para aquellos como yo con una poca capacidad intelectual, entender [la manera de generar esfuerzo] basándose sólo en eso. De esta forma, es sumamente importante comprender lo siguiente de acuerdo al Gran tratado de los estadios del camino a la iluminación del totalmente omnisciente [Tsong-Kha-pa]:*

- *Los beneficios de generar esfuerzo;*
- *Las desventajas de no generarlo;*
- *La forma en la cual detiene los factores incompatibles: La pereza de posponer las cosas, la pereza a las actividades poco significativas y la pereza del desprecio hacia uno mismo;*
- *La manera de practicar las fuerzas de las condiciones favorables del esfuerzo, las cuatro fuerzas o poderes: El poder de la aspiración, el poder de la tenacidad, el poder del gozo y el poder del abandono.*

*Ya que no puedo mencionar todo aquí, debes comprender esto leyendo con detenimiento Una guía para el estilo de vida del bodhisatva y El gran tratado de los estadios del camino a la iluminación.*

Nos mencionan 3 tipos de pereza: de posponer las cosas, de involucrarnos en actividades mundanas y de sentirnos incapaces. La forma de vencerlas es practicando las cuatro fuerzas que son condiciones que favorecen el esfuerzo gozoso.

#### Las 4 fuerzas

- La aspiración
- La tenacidad (estabilidad)
- El gozo
- El abandono.

**La fuerza de la aspiración:** Es ver beneficios en el esfuerzo gozoso para tener la fuerza de aspirar a desarrollarlo.

**La fuerza de la tenacidad (estabilidad):** Cuando has analizado los beneficios de generar el esfuerzo gozoso así como las desventajas de no hacerlo y has decidido conseguirlo, has adquirido estabilidad o certeza en lograrlo.

**La fuerza del gozo:** Es como los niños cuando disfrutan de un juego que no quieren realizar otra actividad. De igual modo, si disfrutas de realizar acciones virtuosas querrás seguir haciéndola.

**La fuerza del abandono:** Sería descansar para continuar con energía renovada. De esta forma nos protegemos de practicar intensamente durante un periodo y al no conseguir resultados desanimarnos y abandonar.

También pensar que es difícil y dejarlo a un lado, así estará lejos la posibilidad de conseguirlo.

**Preguntas:**

Estudiante: ¿La sabiduría adquirida y la ausencia de ignorancia son muy parecidas o diferentes?

Guesela: No son lo mismo, porque la ausencia de ignorancia se refiere principalmente a la vacuidad, en cambio la sabiduría adquirida a través del nacimiento se refiere a las personas que tienen habilidades distintas como dedicarse al campo o construir casas.

La ausencia de ignorancia es una sabiduría virtuosa, en cambio la sabiduría adquirida a través del nacimiento es neutra. Se llama así porque según el reino en que naces tienes cierta capacidad. Si naces en un reino superior tienes capacidades superiores por haber nacido en ese reino, sería de naturaleza virtuosa y se adquieren por el nacimiento y no por el esfuerzo, por ej. quien nace en el reino de la forma tiene la capacidad de ver su vida anterior y futura.

Sin embargo cuando hablamos del factor mental de la sabiduría adquirida, ésta puede ser tanto no virtuosa como virtuosa como la sabiduría mundana perfecta. Hay distintos libros sobre los factores mentales y en algunos se dice que el factor mental de sabiduría adquirida, que forma parte de los 5 factores mentales determinantes, es necesariamente virtuosa. Sin embargo, de acuerdo al texto que seguimos los 5 factores mentales determinantes por naturaleza no son virtuosos sino que dan mayor fuerza a un acción virtuosa o no virtuosa.

Estudiante: Al igual que en algún momento la bodichita no se degenera ¿en algún momento el conocimiento del dharma cuando se pasa de una vida a otra no se olvida?

Guesela: El punto en que lo que conoces de dharma no se olvida es en la medida en que tus emociones negativas disminuyen, así pasa de vida en vida.

Te comprendo porque todo lo que hemos estudiado cuando lleguemos a la siguiente vida se habrá olvidado, pero lo que puede pasar es que como lo estudias por segunda ocasión cuando utilices un texto te será mas fácil estudiarlo que la primera vez, por ej. en el monasterio de Ganden hay un maestro que se encarga de guiar a través de los libros, su nombre es Tenzin Sampo pero le han puesto el apodo de Nampa Sanguiepa porque es alguien que conoce todo el texto sin esforzarse.

Este lama da las enseñanzas y luego se va a dormir, pero es muy bueno en lo que enseña. Probablemente estos textos los estudio en vidas pasadas y por eso ahora los enseña sin esfuerzo. Le llaman Nampa Sanguiepa porque estudia durmiendo.

## Introducción

La última clase vimos el factor mental del esfuerzo gozoso que el autor describe de forma detallada al igual que hizo con la ausencia de ignorancia. La ausencia de ignorancia se refiere a la sabiduría, pero la sabiduría como tal ya se ha visto en el factor mental de sabiduría adquirida. Los demás factores mentales son mas cortos.

## Docilidad (*shin tu sbyangs pa*)

Texto raíz

*En relación a la docilidad (también llamada flexibilidad), El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la docilidad?*

*RESPUESTA: Es hacer servicial el cuerpo y la mente por medio de romper la continuidad de estados desfavorables del cuerpo y de la mente. Tiene la función de eliminar todos los oscurecimientos.*

Esta descripción es de acuerdo a Asanga. Se refiere a que tanto el cuerpo como la mente se involucran con mucha facilidad en acciones virtuosas.

Texto raíz

*Como se ha mencionado, es un conocedor que deja una impresión tal, que la mente puede dirigirse de la forma en la que uno desee hacia un objeto virtuoso de observación. Y esto rompe con la continuidad de estados desfavorables del cuerpo y de la mente.*

De forma sencilla, cuando se termina con la tendencia de cometer negatividades con el cuerpo y la mente fácilmente se pueden realizar acciones virtuosas físicas y mentales.

Guesela: ¿De que surge la flexibilidad?. Nos referimos a la flexibilidad de que el cuerpo y la mente se dirijan hacia la virtud cuando se desee.

Estudiante: Es el resultado de *samatha* o concentración.

Guesela: Entonces, ¿hasta que no se consiga la calma mental no se tiene flexibilidad?.

Estudiante: No.

Guesela: En el contexto de la concentración hay 5 peligros y 8 antídotos, ¿Cual es el antídoto de la pereza?.

Estudiante: Uno de ellos es la flexibilidad.

Guesela: Para tener el antídoto de la flexibilidad ¿hizo falta la calma mental?.

Estudiante: No.

Guesela: Hay distintos niveles de flexibilidad por eso no se aplica solo para la calma mental, por ej. si alguien se cuida comiendo comida sana, en la cantidad adecuada, haciendo ejercicio, etc., hace que su cuerpo se encuentre mas flexible o en mejor condición para desarrollar actividades. También, cuando la mente ve los beneficios de realizar acciones virtuosas surge la flexibilidad en la mente.

Para que se entienda mejor se menciona lo que no es flexibilidad, que sería por ej. si alguien comienza a leer el texto de *Bodisatvacharyavatara* pero le cuesta porque no

entiende y siente pesadez. En cambio, hay flexibilidad cuando alguien que quiere leer este texto porque está convencido de sus beneficios, siente una especie de ligereza y su mente está mas activa comprendiendo lo que lee. En este caso hay flexibilidad porque está haciendo algo virtuosos sin mucha dificultad.

Guesela: El caso de una persona que se van de fiesta toda la noche sin sentir pesadez en su cuerpo ¿sería flexibilidad?.

Estudiante: Si.

Guesela: ¿Es un acto virtuoso?

Estudiante: Depende.

Guesela: ¿Como podría ser virtuoso?.

Estudiante: Según la motivación con la que se hace.

Guesela: Es flexibilidad solo cuando son acciones virtuosas y no tienes dificultad para realizarlas. Conseguir docilidad (flexibilidad) es algo muy bueno porque nos ayuda a conseguir nuestra metas.

En el contexto de la concentración la pereza tiene cuatro antídotos que son:

- La fe [al ver los beneficios de la concentración].
- La aspiración [tener el deseo por conseguirla].
- El esfuerzo y
- La flexibilidad.

Pero podemos aplicarlo a cualquier acción virtuosa, por ej. cuando te convences de los beneficios de hacer algo [la fe] surge en ti la aspiración que te impulsa a esforzarse por conseguirlo, hasta que consigues tener flexibilidad que es hacer acciones virtuosas sin esfuerzo.

Como principiantes debemos tener en cuenta otros factores que nos ayudan a obtener flexibilidad: comer bien; dormir las horas necesarias sin irse a dormir muy temprano, ni hasta muy tarde en la mañana sino que buscar un equilibrio y controlar nuestros sentidos.

### **Divisiones:**

- Flexibilidad física
- Flexibilidad mental

### **Flexibilidad física**

Texto raíz

*La docilidad física es aquella que, por el poder de la estabilización meditativa se purifica la inutilidad corporal [física], hasta el punto en que el cuerpo se vuelve dichoso y luminoso, como una bola de algodón y capaz de ser usado en la actividad virtuosa de acuerdo con los propios deseos.*

En este caso no se refiere a cualquier tipo de flexibilidad como la que se consigue por comer bien, etc., sino que es en el contexto de la concentración. Cuando se consigue la

calma mental se adquiere flexibilidad física y mental que significa realizar acciones virtuosas sin dificultad.

## **Flexibilidad mental**

Texto raíz

*La docilidad mental es aquella que, gracias al poder de la estabilización meditativa, la mente se vuelve libre de inutilidad, hasta el punto en el que cuenta con la facilidad de involucrarse con un objeto de observación sin ningún impedimento.*

Continúa el texto:

*Además, el gran Lama [Tsong-kha-pa] menciona [en sus Himnos de experiencia] (estrofa 19a-d):*

*La concentración es el rey que gobierna la mente;*

*Al concentrarse, [la mente] se vuelve inamovible como la reina de las montañas.*

*Al emplearla, se involucra con todos los objetos virtuosos de observación,*

*E induce al gran gozo de hacer maleables el cuerpo y la mente.*

Esto se consigue cuando se adquiere la calma mental. Cuando se tiene calma mental el objeto de observación en el que se emplaza la mente se mantiene inamovible como una montaña. Además, es capaz de emplazarse en cualquier objeto virtuoso sin dificultad y el tiempo que se desee.

La flexibilidad tiene como función eliminar las tendencias negativas u obstrucciones porque hace que todas las condiciones desfavorables del cuerpo y la mente sean purificadas.

De este modo, la flexibilidad que deriva de la calma mental va en aumento al igual que el gozo, por lo que la concentración aumenta mas y gracias a esto la mente tiene la fuerza necesaria para eliminar los oscurecimientos.

## **Escrupulosidad (*bag yod*)**

Texto raíz

*En relación a la escrupulosidad, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la escrupulosidad?*

*RESPUESTA: Es el cultivo de cualidades virtuosas a través de permanecer en la ausencia de apego, ausencia de odio, ausencia de ignorancia, así como el esfuerzo, protegiendo a la mente de las contaminaciones. Tiene la función de servir de base para consumir y obtener totalmente todos los éxitos mundanos y supra mundanos.*

Es un factor mental muy importante y se obtienen muchos beneficios al desarrollarlo.

Se refiere a que una persona esta pendiente de que su mente no cometa acciones incorrectas mientras actúa. Por lo tanto, es una mente que está atenta de no cometer negatividades con su cuerpo, palabra y pensamientos. La escrupulosidad protege la mente de las contaminaciones.

Hay diferentes grados de escrupulosidad, por ej. la que tiene alguien que en medio del bullicio esta totalmente centrado y vigilante de que su mente sea correcta o la que tiene otra persona que necesita un ambiente mas tranquilo para poder vigilar su mente.

Para que se comprenda mejor, por ej. en la sociedad tibetana no está bien visto que se beba alcohol y si alguien continuamente está bebiendo los demás le aconsejan que lo deje. Pero si esa persona desoye los consejos pensando que es su problema y hace lo que quiera con su dinero, en su mente no hay escrupulosidad. En cambio si se da cuenta que tienen razón en su mente hay escrupulosidad.

La escrupulosidad tiene la función de servir de base para conseguir los éxitos mundanos y supra mundanos.

Texto raíz

*Tal y como se ha mencionado, es un estado de consciencia que aprecia lo virtuoso por medio de esforzarse por mantener [a la mente] fuera de la influencia de las aflicciones, protegiendo a la mente de las contaminaciones.*

Este factor mental protege la mente para que no esté bajo la influencia de los engaños.

Texto raíz

*En relación a esto, [Asanga, en su obra] Los niveles del bodhisatva (Bodhisattvabhumi) menciona cinco tipos:*

- (1) La escrupulosidad con respecto a lo anterior
- (2) La escrupulosidad con respecto a lo posterior
- (3) La escrupulosidad con respecto a lo intermedio
- (4) La escrupulosidad previa a la actividad
- (5) La escrupulosidad de comportamiento concordante

**La escrupulosidad con respecto a lo anterior:** Es la corrección de los errores del pasado para que vayan de acuerdo con el dharma, por ej. cuando se trata de corregir las acciones negativas que se recuerdan para no volver a caer en ellas.

Texto raíz

*La corrección de errores del pasado en concordancia con el Dharma;*

**La escrupulosidad con respecto a lo posterior:** Es cuando se recuerdan las enseñanzas y se quieren poner en práctica de forma escrupulosa en el futuro.

Texto raíz

*La firme intención de hacer esto en el futuro;*

**La escrupulosidad con respecto a lo intermedio:** Es cuando en el presente se cultiva la escrupulosidad de cuidar nuestra mente de las emociones aflitivas.

Texto raíz

*Llevarlo a cabo en el presente sin olvidarlo;*

**La escrupulosidad previa a la actividad:** Es cuando se sujeta la mente fuertemente a ese propósito, por ej. cuando nos alegramos de realizar acciones virtuosas y nos determinamos volverlas a realizar al día siguiente y cuando cometemos errores pero lo vemos como algo negativo y decidimos no volver a repetirlo. Pero si no nos arrepentimos de las acciones negativas, ni nos alegramos de las virtuosas perdemos una oportunidad.



Texto raíz

*Sujetar con fuerza a la mente pensando: "Que maravilloso sería si yo pudiera comportarme y mantenerme de tal forma en la que tales errores no surgieran";*

**La escrupulosidad de comportamiento concordante:** Es hacer lo que nos hemos propuesto y comportarnos de tal forma que evitamos cometer el mismo error de nuevo.

Texto raíz

*Con este fundamento, comportarse y mantenerse de acuerdo a esto.*

Continúa el texto raíz

*Debido a que tiene la función de servir de base para obtener todos los éxitos mundanos y supra mundanos, es sumamente importante como una raíz de todas las tierras y caminos.*

La raíz de las tierras y caminos es la escrupulosidad.

Texto raíz

*Por eso, el protector Nagaryuna menciona en [su Carta a un amigo] (estrofa 13):*

*El sabio enseñó que la escrupulosidad es la fuente del néctar [de la inmortalidad] y la ausencia de escrupulosidad es [la fuente] de la muerte.*

*Por lo tanto, para aumentar tus cualidades virtuosas,  
Con respeto permanece siempre en la escrupulosidad.*

Con néctar se refiere a algo valioso y que destruye algo.

**Preguntas:**

Estudiante: ¿Puede definir el gozo?

Guesela: Es una experiencia difícil de describir como intentar describir el sabor de un dulce en la boca. Cuando conseguimos la flexibilidad logramos tener flexibilidad física y mental, no hay malestar ni cansancio sino una buena predisposición física y mental para involucrarse en acciones virtuosas. Si no hay pesadez hay gozo y se disfruta de lo que se hace.

## Introducción

Alguien está vivo o muerto en relación a la conciencia, por eso es tan importante estudiarla. Se puede decir que en nuestra conciencia hay tres linajes: el de la mente que beneficia, el de la mente que perjudica y el de la mente que ni beneficia, ni perjudica. Para comprender estos linajes estudiamos este texto de Lo rig (la mente y sus conocedores).

Tenemos distintas mentes y este texto nos ayuda a distinguir las que nos benefician, para desarrollarlas mas y las que nos perjudican para disminuirlas, es decir, controlar nuestra mente.

Guesela: ¿Cuántas mentes son las que nos benefician?

Estudiante: 11.

Guesela: ¿Estas son mente SEM?. Las mentes beneficiosas son aquellas que protegen la mente de no cometer las 10 acciones no virtuosas, que serían los aspectos de conciencia, que son 5.

Entre la mente SEM y los factores mentales hay 5 similitudes, así que, es en este sentido la respuesta correcta, por ej. cuando los factores mentales están dirigidos hacia la virtud, por las cinco similitudes también se comparte con la mente SEM.

Guesela: ¿Cuántas mentes son las que nos hacen daño?

Estudiante: Son 5.

Guesela: No es del todo correcto.

En relación a las mentes beneficiosas la respuesta correcta sería: Si los factores mentales virtuosos son 11, gracias a las 5 similitudes entre la mente SEM y los factores mentales también se encuentran [Y: los 11 FM virtuosos] en la mente SEM, por ej. Cuando en la mente surge el factor mental de la fe, no solo está [Y: la fe] en el factor mental sino que, por las 5 similitudes entre la mente SEM y los factores mentales, también está [Y: la fe] en la mente SEM. Igual sería cuando está el factor mental de la ausencia de apego, la ausencia de odio, etc.

Guesela: Entonces, ¿Cuántas son las mentes dañinas?

Estudiante: Son 20, 6 + 5.

Guesela: Te refieres a los 6 engaños raíz, pero ¿de donde han salido los 5?

Estudiante: Serían las 5 similitudes.

Guesela: No se incluyen las 5 similitudes porque no son factores mentales. Cuando en tu mente surge el factor mental del apego, este factor mental impregna la mente SEM gracias a las 5 similitudes

Guesela: ¿Cuántos son los factores mentales variables?

Estudiante: Serían 5 [FM omnipresentes] + 5 [FM determinantes] + 4 factores mentales variables.

Guesela: Es correcto. Los factores mentales variables pueden ser virtuosos o no virtuosos, mas adelante los veremos.

En conclusión, hay factores mentales que son beneficiosos, por eso los necesitamos y otros que nos dañan, por eso se deben eliminar, esto se logra reconociéndolos.

## Continuamos con el comentario

### Ecuanimidad (*btang snyoms*)

*En relación a la ecuanimidad, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la ecuanimidad?*

*RESPUESTA: Es algo discordante con los estados mentales aflictivos, una imparcialidad de la mente, que mora en un estado natural y permanece espontáneamente dentro de la permanencia de la ausencia de apego, odio e ignorancia, así como del esfuerzo. Tiene la función de no conceder una oportunidad a las aflicciones.*

A continuación se da un ejemplo de ecuanimidad, pero no significa que solo se refiera a esto.

#### Texto raíz

*Como se ha dicho anteriormente, basándose en las técnicas que existen para fijar la mente en un sólo punto en un objeto de observación, se alcanzan gradualmente las nueve moradas. Al lograr la novena, ya no es necesario el esfuerzo para usar los antídotos contra la laxitud y la excitación, y uno logra una permanencia espontánea de la mente.*

## Divisiones

#### Texto raíz

*A nivel general, existen tres tipos de ecuanimidad:*

- (1) La ecuanimidad de aplicación<sup>36</sup>*
- (2) La ecuanimidad de sensación*
- (3) La ecuanimidad inconmensurable*

La ecuanimidad se refiere principalmente a la ecuanimidad del discernimiento.

**La ecuanimidad de aplicación [discernimiento]:** Por un lado tenemos los defectos que queremos destruir y por otro, las cualidades que queremos alcanzar, pues la ecuanimidad es el estado mental en que controlas los defectos y consigues logros.

Es un estado mental relajado porque ya no estas luchando por eliminar defectos, ni por conseguir cualidades, por ej. cuando te hacen fijo en el trabajo después de tanto esfuerzo, te relajas porque tienes trabajo para toda la vida. Igual sucede con la ecuanimidad, hasta ahora hemos luchado contra los engaños poniendo antídotos, pero ya no hace falta ponerlos sino que la mente está relajada.

#### Texto raíz

*De estos tres tipos, este [factor mental] se refiere a la ecuanimidad de aplicación. En relación a esto, Los estadios del camino a la iluminación mencionan que uno debe de comprender a detalle lo siguiente:*

- El método de enfocar la mente en el objeto de observación en el momento de la primera morada,*

---

<sup>36</sup> Comentario del traductor: mejor llamarlo del discernimiento porque está relacionado con este agregado.

- *El método de confiar en los antídotos contra la laxitud y la excitación, hasta lograr el método de aumentar esa permanencia en el objeto que se está observando,*
- *En esos momentos, [emplear] el método de confiar en los antídotos contra la laxitud y la excitación,*
- *Finalmente, el método de alcanzar en la estabilización meditativa la concentración en un solo punto,*
- *La diferencia entre si es o no es necesario estar alerta en relación a la laxitud y a la excitación,*
- *El método para lograr la ecuanimidad y demás.*

Se refiere a los diferentes niveles de concentración. La función de la ecuanimidad es no dar lugar a mas engaños y cuando se consigue el 9º estado de concentración, es fácil conseguir esta meta, al eliminar los engaños manifiestos, por ej. estas tratando de emplazar la mente en un objeto de concentración, pero hay una lucha interna entre el sopor y agitación que hacen perder la claridad del objeto, por eso se ponen antídotos constantemente. Cuando llega el momento en que no tienes que poner mas antídotos porque ya no hay sopor mental, entonces estas relajado. Este es un ejemplo de ecuanimidad<sup>37</sup>.

#### Texto raíz

*La función de la ecuanimidad se especifica como la de "no dar oportunidad a las aflicciones", porque cuando se obtiene la novena morada mental, es fácil superar las aflicciones manifiestas del reino del deseo, y en especial durante el equilibrio meditativo tampoco surgen la laxitud ni la excitación.*

#### **Ausencia de malevolencia (*rnam par mi 'tshe ba*)**

#### Texto raíz

*En relación a la ausencia de malevolencia [o no violencia], El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la ausencia de malevolencia?*

*RESPUESTA: Es un estado mental compasivo y está involucrado con la ausencia de odio. Tiene la función de no ocasionar daño.*

*Tal y como se ha dicho, la ausencia de malevolencia es un tipo de paciencia, que, careciendo de maldad, observa a los seres que sufren y piensa: "Que puedan estar libres de tal [sufrimiento]".*

Es un estado mental relacionado con la compasión.

#### Texto raíz

*En esto consiste el no dañar a los seres, la no violencia, que es la esencia de las enseñanzas del Conquistador. Se dice en [el sutra]:*

*La paciencia es la austeridad suprema.*

*El Buda dijo: "La paciencia es el nirvana supremo".*

*Un monje que perjudica o daña otro*

*No es un aprendiz de virtud.*

Uno de los compromisos al tomar refugio es no dañar a los demás, que está relacionado con la Joya del Dharma. Para demostrar que este principio es palabra del Buda, aparece en este Sutra. Aunque se refiera a un monje se aplica en realidad a todas las personas.

<sup>37</sup> Comentario del Lama: Para comprender mejor los 9 niveles de la calma mental debes recurrir al Lam rim.

### Texto raíz

*Incluso en las enseñanzas del Conquistador, hablando en el contexto del Vinaya, el otorgar un filtro o colador de agua durante el rito [de ordenación], es un signo de compasión. Debido a que uno debe definitivamente de evitar dañar a los demás así como tampoco dañar su base [sus cuerpos], la enseñanza dice que es necesario entonces contar con un filtro por el beneficio de los seres que viven en el agua, para así evitar causarles daño.*

En la India, el agua tiene muchos animales que pueden morir cuando hierves el agua, por eso se utiliza un colador, para evitar dañarles. En realidad, tendría que utilizarse siempre el colador si somos escrupulosos en evitar dañar.

Pero hay que comprender que esto se dice en el contexto de la India ya que nuestra agua es potable porque está purificada y no hay vida.

### Texto raíz

*Y en relación a las instrucciones, se nos advierte sobre la necesidad de morar en las cuatro cualidades que hacen de uno un aprendiz de virtud:*

*Incluso cuando alguien se burle de ti, no lo ridiculices como respuesta.*

*Incluso cuando alguien se enoje contigo, no te enojés en respuesta.*

*Incluso cuando seas golpeado, no respondas al golpe.*

*Incluso cuando una de tus fallas sea expuesta, no expongas los defectos de otros.*

Cuando alguien se burle de ti implica también, si te llaman la atención, en ambos casos no se debe responder ridiculizando a la otra persona o llamándole también la atención. En cuanto a que alguien exponga tus faltas, esto es muy genérico por eso hay que especificarlo mas, se refiere a señalar el estatus social o casta de los demás.

### Texto raíz

*Por lo tanto, si aquellos inteligentes analizan y comprenden todo esto de manera adecuada, lograrán entender que no dañar es el corazón de las enseñanzas.*

Debemos ser muy cuidadosos en no dañar a los demás, porque si conseguimos mantenerlo estamos llevando a cabo la esencia de las enseñanzas del Buda y dirigiéndonos hacia la budeidad.

Tener la oportunidad de encontrarnos con estas enseñanzas, que nos indican como comportarnos, nos hace muy afortunados. Pero no es suficiente con esto, sino que debemos aplicarlas, como decían los antiguos Gueses Kadampa: “*Las enseñanzas externas no me son tan útiles, las enseñanzas internas son las que me hacen falta*”.

### Texto raíz

*[Un análisis del conjunto de los factores mentales virtuosos]*

*DILEMA: En relación a la virtud, ¿se han explicado [estos factores mentales] de manera exhaustiva?*

*RESPUESTA: En general, las virtudes se explican en cinco tipos:*

*(1) Virtudes por entidad [por naturaleza]*

*(2) Virtudes por relación*

*(3) Virtudes por relación subsiguiente*

*(4) Virtudes por motivación*

*(5) Virtudes por [su estado] último*

*(1) Las once [virtudes] que se explicaron ya, es decir la fe y el resto, son virtudes por **entidad**,*

ya que se generan en la entidad de la virtud de su mero establecimiento, sin depender de otros factores como la motivación. Por lo tanto, aquí he hablado de las once virtudes principales.

(2) “Las virtudes por **relación**” son mentes y factores mentales que acompañan a alguna de las once virtudes a través de las cinco semejanzas, como la fe y el resto.

(3) “Las virtudes por relación **subsiguiente**” son impresiones de virtud.

(4) “Las virtudes por **motivación**” son de hecho, acciones físicas y verbales motivadas por la fe, etc.

(5) “Las virtudes por [su estado] **último**” se dice que son la talidad o vacuidad, debido a que todos los oscurecimientos se purifican al observar y meditar en la talidad; por lo tanto se les llama “virtudes” aunque en realidad no lo sean.

**Virtudes por relación:** Significa que cuando surge un factor mental virtuoso, gracias a las 5 similitudes entre la mente SEM y los factores mentales, la mente se convierte en virtuosa.

**Virtudes por la motivación:** En ocasiones la acción física o de palabra por sí misma es neutra, pero si la motivación es virtuosa como por ej. la fe, la acción se convierte en virtuosa.

Guesela: ¿Que sería la acción de comer?.

Estudiante: Neutra.

Guesela: Este es un ejemplo de una acción que por su propia entidad, no es virtuosa porque comemos por tener hambre. ¿Cuándo se convierte la acción de comer en virtuosa o no virtuosa?

Estudiante: Seria virtuosa si pensamos, que lo que comemos nos sirve para fortalecer el cuerpo y así beneficiar mejor a los demás.

Guesela: Es correcto, de hecho hay una oración que dice: contempla la comida como si fuera una medicina y come sin apego, ni arrogancia. También se puede utilizar para practicar la generosidad, ofreciendo la comida a los animales que viven en nuestro cuerpo, pensando que ahora les ofrecemos alimento, pero cuando seamos un Buda les ofreceremos el Dharma.

**La virtud por su estado último:** En realidad la talidad no es virtud, porque es permanente.

Texto raíz

*Cuando las virtudes explicadas anterior mente se dividen desde el punto de vista de las circunstancias o de la situación, se dividen en ocho tipos:*

- (1) La virtud por obtener un nacimiento
- (2) La virtud por aplicación
- (3) La virtud por una actividad [dirigida] delante de uno
- (4) La virtud por beneficio
- (5) La virtud por resistir
- (6) La virtud que actúa como antídoto
- (7) La virtud por pacificación
- (8) La virtud por causa concordante

**Preguntas**

Estudiante: En los 11 factores mentales virtuosos no se incluye la compasión, ni la mente de la bodichita ¿porque?.

Guesela: Tampoco esta el camino de acumulación, ni de preparación. Entiendo la pregunta, pero en estos grupos están incluidas, porque la compasión esta en la ausencia de malevolencia y el amor en la ausencia de odio.

La compasión tiene varios sentidos porque si lo enfocas hacia ti mismo es renuncia y si lo enfocas hacia los demás es compasión. En otras palabras, si el objeto que observa la mente es en relación a los demás, sería ausencia de odio, si es en relación a mi mismo, sería renuncia.

Estudiante: Hemos mencionado tres tipos de ecuanimidad, pero solo hemos hablado de la ecuanimidad de aplicación, ¿puede mencionar las otras dos?.

Guesela: Las otras dos no se desarrollaron porque son evidentes. La ecuanimidad de las sensaciones constantemente la experimentamos, se refiere a una sensación neutra que es cuando no hay sensación placentera, ni de sufrimiento. La ecuanimidad inconmensurable se aplica hacia todos los seres inconmensurables, cuando no hay rechazo hacia unos, ni apego hacia otros.

La ecuanimidad de la sensación también se refiere a cuando por ej. escuchas palabras desagradables y te es indiferente, lo contrario sería generar enfado que produce una sensación de sufrimiento o apego hacia algo agradable.

Estudiante: La ausencia de malevolencia ¿es lo mismo que la acción virtuosa de ausencia de odio?.

Guesela: Si, curiosamente la malicia es lo opuesto a la ausencia de malevolencia, por lo tanto, la ausencia de odio sería prácticamente lo mismo.

**Introducción**

Hemos terminado los 11 factores mentales virtuosos. Esta oportunidad de estar reunidos es para mejorar como personas y que generemos bondad. Es cierto que si tenemos la oportunidad e interés de venir, es porque tenemos méritos y estamos aprendiendo a reconocer lo virtuoso de lo no virtuoso a través del análisis, que uno nos beneficia y el otro nos perjudica, también, que si realizamos una determinada acción qué beneficios o perjuicios obtenemos.

Hoy hacemos la práctica de *Tsog* porque es el día 10 del calendario tibetano. También hicimos oraciones al comienzo que son muy importantes, porque hoy es un día muy especial y así nos aseguramos que todo lo que hacemos esté día esté bien dirigido y se convierta en algo valioso. Así que debéis sentirnos muy contentos de estar aquí.

El calendario tibetano va de acuerdo a la luna, por eso el día de luna nueva es el día 1º y el día 15 es el día de luna llena. Los días de luna nueva y luna llena son muy favorables para crear virtud, al igual que los días 10 y 25 del calendario tibetano, porque el día 25 es el día de *Vajrajoguini* y el día 10 según la tradición Gelugpa es el día de *Chakrasamvara*, pero según la tradición *Nyingma* es el día de *Padmasambhava*. También el día 8 del calendario tibetano es especial porque es el día de Tara y por eso las acciones que se realizan estos días son mas virtuosas.

**Continuamos con el comentario**

Estamos en la división de las virtudes desde el punto de vista de las circunstancias.

Texto raíz

*Cuando las virtudes explicadas anteriormente se dividen desde el punto de vista de las circunstancias o de la situación, se dividen en ocho tipos:*

- (1) *La virtud por obtener un nacimiento*
- (2) *La virtud por aplicación*
- (3) *La virtud por una actividad [dirigida] delante de uno*
- (4) *La virtud por beneficio*
- (5) *La virtud por resistir*
- (6) *La virtud que actúa como antídoto*
- (7) *La virtud por pacificación*
- (8) *La virtud por causa concordante*

**La virtud por obtener un nacimiento (innata).** Sería por ej. cuando surge fe en lo que estudiamos o sentimos alegría cuando entramos a una Gompa. Esto es debido a que en vidas pasadas hemos dejado muchas huellas positivas en nuestro continuo mental.

**La virtud por aplicación.** Se refiere al deseo por conseguir la budeidad que surge dependiendo de 4 condiciones:

- Confiar adecuadamente en un maestro espiritual virtuoso.
- Escuchar la doctrina excelente. Que se puede tomar desde dos puntos de vista: por un lado, el hecho de escuchar las enseñanzas y por el otro, por escuchar o entender la vacuidad.



- Creer en estas enseñanzas de forma adecuada.
- Practicar la doctrina que conduce al logro del nirvana.

**La virtud por una actividad [dirigida] delante de uno.** Sería cuando se visualiza el campo de méritos enfrente de nosotros y hacemos postraciones, ofrecimientos, etc.

**La virtud por beneficio.** Se refiere a las acciones virtuosas que hacen madurar a los seres por medio de las 4 formas de reunir discípulos.

Guesela: ¿Cuales son los 4 medios de reunir discípulos?.

Estudiante: La generosidad, utilizar palabras agradables, ayudar a los estudiantes a poner en práctica las enseñanzas, ser uno mismo el modelo para los estudiantes.

Guesela: Es correcto.

**La virtud por resistir.** Se refiere a las acciones virtuosas, que sirven de medio para conseguir un renacimiento en un reino superior o el bienestar definitivo. En tibetano significa aferrarse completamente.

Guesela: ¿Que entendeis por resistir?.

Estudiante: No terminamos de entenderlo porque la explicación es que se refiere a realizar acciones íntegras [completas].

Guesela: La palabra “resistir” significa, realizar toda la virtud que te impide caer en los reinos inferiores o hundirte más en el samsara. Entonces, es aferrarte a un buen renacimiento o al bien definitivo.

**La virtud que actúa como antídoto.** Se refiere a las acciones virtuosas que tienen el poder de eliminar los objetos de abandono y lo que no es favorable.

**La virtud por pacificación.** Le han llamado “virtud” pero en realidad no es virtud, y se refiere a la verdad de la cesación.

Texto raíz

*La pureza que libera del apego,  
La virtud que libera de los reinos inferiores,  
El único, el último, el supremo Dharma que pacifica.*

Cuando se acumulan acciones virtuosas uno mismo se está protegiendo de no renacer en los reinos inferiores, por eso se dice “el dharma que pacifica”. Cuando realizamos una acción virtuosa nos estamos liberando de los reinos inferiores y solo va a traer como consecuencia un buen resultado y no uno desfavorable, además, nos lleva a conseguir la verdad de la cesación.

En particular, se refiere a la verdad de la cesación en el sentido de que cuando se alcanza, se está libre de condiciones desfavorables.

**La virtud por causa concordante.** Se refiere a los 5 tipos de clarividencia, y los 10 poderes que surgen al lograr la verdad de la cesación.

De estas virtudes, algunas pueden ser virtuosas por sí mismas virtuosas y otras designadas.

Antes se preguntó, porqué la mente de la bodichita no estaba incluida en estos factores mentales virtuosos, tampoco está la sabiduría que comprende la vacuidad, ni los 15 caminos o la mente omnisciente. No están, porque estamos hablando de los factores mentales de forma general, en el sentido de que están en la mente de cualquier ser humano, en cambio la mente de la bodichita, la sabiduría que comprende la vacuidad, etc., solo se desarrollan a través del trabajo interno.

Texto raíz

*[Un análisis de las no-virtudes]*

*De manera similar, las no-virtudes se dividen en cinco:*

- (1) Las no-virtudes por entidad*
- (2) Las no-virtudes por relación*
- (3) Las no-virtudes por relación subsiguiente*
- (4) Las no-virtudes por la motivación*
- (5) Las no-virtudes por [su estado] último*

**Las no-virtudes por entidad:** Se refiere a los engaños [Y: raíz] y secundarios.

Guesela: ¿Significa que tanto los engaños [Y: raíz] como los secundarios necesariamente son no virtuosos?

Estudiante: Si, solo faltaría que fueran virtuosos.

Guesela: Por tu razonamiento te diría, que si no es virtuoso necesariamente tiene que ser virtuoso.

Estudiante: En este caso no, pero los engaños siempre son no virtuosos.

Guesela: Este es un punto interesante. Los engaños [Y: raíz] y secundarios no necesariamente son no virtuosos, porque los que son necesariamente no virtuosos son los engaños del reino del deseo, pero los engaños de los reinos de forma y no forma no son no virtuosos sino neutros. Esto también se menciona en la traducción al castellano cuando dice “por lo general son”, que es la clave.

**Las no-virtudes por relación.** Se refiere a las mentes principales SEM y los factores mentales, que comparten la aflicción por la similitud entre ambas. No hablamos en cuanto a la mente SEM, sino de los factores mentales que acompaña a los factores mentales aflictivos.

Estamos hablando de los factores mentales que no son negativos, pero que por acompañar a los factores mentales aflictivos se convierten en aflictivos.

Estudiante: Serían los 5 factores mentales determinantes, 4 variables y 5 omnipresentes.

Guesela: Correcto. Estos son no virtuosos no porque sean engaños, sino porque están relacionados con la mente SEM y los factores mentales por sus similitudes.

**Las no-virtudes por relación subsiguiente.** Son las huellas mentales de la no virtud.

**Las no-virtudes por la motivación.** Son las acciones físicas y verbales motivadas por estos engaños.

Guesela: Las acciones físicas y verbales ¿para que sean acciones negativas necesariamente tienen que estar impulsadas por los engaños?

Estudiante: No.

Guesela: Es correcto, imaginar que vas caminando por la calle cuando aparece una cucaracha en el camino, que no ves y la pisas. En este caso no la viste y tampoco estabas motivado por los engaños, pero el animal ha muerto. Es una acción negativa de matar, pero no está completa porque le hizo falta varios aspectos.

Este tipo de ejemplos es bueno pensarlos cuando estudiemos, para que no sean solo palabras sino que se aplique a nuestra conducta.

Guesela: ¿Cual sería el ejemplo de una acción negativa verbal que no esté motivada por un engaño?.

Estudiante: Tener un concepto errónea sería un engaño.

Guesela: No, estamos hablando de la motivación, porque se puede tener una visión errónea y no necesariamente estar motivados a realizar una acción. Es decir, puedes tener engaños y no estar presente una motivación.

Estudiante: Sería si sientes devoción hacia un falso maestro, que nos puede llevar por un mal camino, pero que no reconocemos su maldad.

Guesela: Es mas sencillo, por ej. si te vas a tomar un café y empiezas a hablar, muchas veces no estas motivado por un engaño, sino que se convierte en una acción no virtuosas porque malgastas mucho tiempo en hablar por hablar.

**Las no-virtudes por [su estado] último:** Se refiere a los fenómenos que pertenecen a la existencia cíclica [samsara]. Se les llama no virtud por su estado último, pero no necesariamente son no virtuosas, por ej. estos agregados contaminados son no virtuosos por su estado último, pero no son no virtuosos. Se les llama “último” porque son las fuentes de donde surgen los desánimos superiores.

Texto raíz

*Las no-virtudes por [su estado] último son [fenómenos] que pertenecen a la existencia cíclica. Debido a que estas son la fuente de la cual surgen desánimos superiores, se les llama entonces “no-virtudes debido a [su estado] último”. Sin embargo, no es definitivo el hecho de que todo lo que está incluido en la existencia cíclica carezca de virtud.*

Continúa el texto raíz

*También, en relación a las no-virtudes que se han explicado, existen muchas distinciones entre las [virtudes] en sí mismas y las designadas, así como entre sus divisiones y sus funciones.*

*La división de las no-virtudes desde el punto de vista de las circunstancias es la siguiente:*

- (1) *La no-virtud por logro en el momento del nacimiento*
- (2) *La no-virtud por aplicación*
- (3) *La no-virtud por una actividad [dirigida] delante de uno*
- (4) *La no-virtud por daño*
- (5) *La no-virtud por resistencia*
- (6) *La no-virtud debido a que no es propicia*
- (7) *La no-virtud por interferencia.*

## **Recitación del mantra de Migtsema**

Recitamos el mantra de Migtsema, porque el pasado viernes falleció el Ganden Tripa y estamos viviendo un periodo crucial, en especial, la tradición Gelugpa se enfrenta a diversos obstáculos. Ha fallecido muy pronto porque recientemente había sido nombrado, esto indica que estamos viviendo un periodo de muchos obstáculos y el riesgo de que las enseñanzas de la tradición Gelugpa degeneren.

Por eso es importante hacer oraciones, para que las enseñanzas de Lama Tsong Khapa perduren y se expandan para beneficio de todos los seres. También para que podamos encontrarnos con los sostenedores de estas enseñanzas y continuar recibéndolas.

Actualmente se están haciendo oraciones en este sentido en muchos lugares como el Tíbet y la India. Incluso la tradición Sakya se ha unido a estas oraciones para que estas enseñanzas permanezcan.

Como seguidores de las enseñanzas Gelugpas debemos unirnos a estas oraciones, para que los grandes maestros tomen renacimiento y podamos reconocerlos, recibir sus enseñanzas perfectas y para que las enseñanzas Gelugpas perduren. También para que el nuevo Ganden Tripa tenga una larga vida. Como necesitamos acumular muchos méritos para que este propósito se cumpla, recitamos esta oración con esto en mente.

## **Introducción**

Estamos en la parte del texto que habla de las virtudes y las no virtudes. Estas enseñanzas ya las conocemos, y comprendemos la distinción entre la virtud y la no virtud, por eso nos parece que se repite constantemente. Pero no se repite porque no lo hayáis comprendido o no lo estéis haciendo bien, sino que es el estilo de estas enseñanzas. Tienen el objetivo de que se queden grabadas en nuestra mente.

Es verdad, que vivimos en condiciones que dificultan la práctica, como estar siempre con prisa, tener un trabajo, obligaciones familiares, etc., pero a pesar de ello, debemos buscar tiempo para reflexionar y observar la mente. Así identificamos los pensamientos que no son buenos, porque nos causan daño y cultivamos pensamientos virtuosos porque nos benefician.

Para que podamos reconocer estos pensamientos, debemos estar atentos de nuestra mente. Es muy importante autoanalizarnos, porque aunque escuchemos enseñanzas sobre lo virtuoso y lo no virtuoso, tomemos apuntes, etc., esto no es suficiente, porque cuando nos vamos se nos olvidan.

Es verdad que al escuchar enseñanzas dejamos huellas en nuestra mente, que son tan importantes especialmente en esta época difícil, pero sería maravilloso si estas enseñanzas se quedaran grabadas en la mente. Para conseguirlo se deben estudiar y aplicar en nuestra vida.

Nos quedamos en la parte de la no virtud.

### Texto raíz

*También, en relación a las no-virtudes que se han explicado, existen muchas distinciones entre las [virtudes] en sí mismas y las designadas, así como entre sus divisiones y sus funciones.*

*La división de las no-virtudes desde el punto de vista de las circunstancias es la siguiente:*

- (1) La no-virtud por logro en el momento del nacimiento [innata]*
- (2) La no-virtud por aplicación*
- (3) La no-virtud por una actividad [dirigida] delante de uno*
- (4) La no-virtud por daño*
- (5) La no-virtud por resistencia*
- (6) La no-virtud debido a que no es propicia*
- (7) La no-virtud por interferencia*

### **La no virtud por logro en el momento del nacimiento [innata]**

Sería el caso de una persona que de forma instintiva mata, debido a que tiene huellas en su mente de acciones pasadas, y por esa familiaridad ahora comete acciones negativas, por ej. los niños que de manera espontánea desde pequeños matan insectos, e incluso muestran satisfacción al hacerlo, que mienten o discuten con facilidad. También hay niños que desde pequeños tienen tendencias a cuidar la vida de otros seres como los animales, esto también ocurre debido a huellas del pasado.

### Texto raíz

*La no-virtud por logro en el momento del nacimiento: En este caso, se refiere a dedicarse a matar de manera instintiva debido a las impresiones mentales de vidas previas. Al debatir en palabras como estas, a la acción de matar se le considera una no-virtud; si involucrarse en matar se acepta como una no-virtud, entonces el debate continúa. Sin embargo, aquí la clasificación de virtud y no-virtud no se presenta como material de debate para los principiantes. Más bien se presenta como una parte esencial para hacer una introducción sobre los objetos virtuosos y no-virtuosos de observación. Por lo tanto, sin aferrarse a simples palabras, debes de ser introspectivo y reflexionar la manera de poner todo esto en práctica.*

En el texto en tibetano se menciona, que todo esto se encuentra en los textos de Lam.Rim que es el adiestramiento en el camino gradual, en la sección de observar las acciones virtuosas y no virtuosas. Esto aparece en un camino compartido como paso previo, del adiestramiento para alcanzar la iluminación.

También se dice, que esto no se convierta en meras palabras, o en un conocimiento teórico, sino que las enseñanzas sobre lo virtuoso y lo no virtuoso las apliquemos en nuestra mente. Por eso necesitamos analizarlo, ya que tenemos enumeradas las acciones virtuosas y no virtuosas y observar nuestra mente para saber que acciones realizar y cuales evitar. Este es el objetivo de estas enseñanzas.

Es verdad, que de un momento a otro nuestros actos no van a ser perfectos, sino que seguiremos cometiendo acciones no virtuosas, pero por lo menos tenemos mayor conciencia de lo que estamos haciendo.

### **La no virtud por aplicación**

Se refiere a la conducta errónea o negativa realizada con el cuerpo, la palabra y la mente.

### Texto raíz

*La no-virtud por aplicación: En este caso, se refiere a una conducta errónea con alguna de las tres puertas, que surge dependiendo de confiar en un guía espiritual no-virtuoso, o debido a escuchar una doctrina engañosa, o por pensar en ella de una manera no adecuada, etc.*

## **La no virtud por una actividad [dirigida] delante de uno**

Texto raíz

*La no-virtud por una actividad [dirigida] delante de uno: En este caso, se refiere a una conducta como ofrecer un sacrificio de sangre a una imagen debido a que uno se ha adherido a una doctrina dañina al haber sido engañado por un guía espiritual perverso.*

Sería realizar la conducta negativa de sacrificar la vida de otro ser como la de un animal, para ofrecerla y complacer así a los dioses, debido a seguir a un mal maestro.

## **La no-virtud por daño**

Sería cuando se utiliza el habla para insultar o herir a los demás.

Texto raíz

*La no-virtud por daño: En este caso, se refiere a acciones de cuerpo, palabra y mente que hieren a los seres.*

## **La no-virtud por resistencia**

Texto raíz

*La no-virtud por resistencia: En este caso, se refiere a acciones que impulsan y completan que producen sólo sufrimiento como resultado.*

## **La no virtud debido a que no es propicia**

Texto raíz

*La no-virtud debido a que no es propicia: En este caso, se refiere a puntos de vista incorrectos que evitan la generación de caminos no contaminados.*

## **Los 3 tipos de visiones:**

- Creer lo incorrecto como correcto, como por ej. una conducta ascética inapropiada.
- La duda aflictiva que es la que tiende hacia lo incorrecto, como por ej. dudar de la existencia de las tres joyas, de las cuatro nobles verdades, etc.
- La visión errónea.

Estos tres tipos de visiones obstaculizan que podamos generar un camino no contaminado.

## **La no virtud por interferencia**

Texto raíz

*La no-virtud por interferencia: En este caso, se refiere a visiones erróneas que interfieren con toda clase de virtud.*

Se refiere a las 16 visiones negativas que impiden realizar acciones virtuosas. Se mencionan en el texto de *Carta a un amigo* y en el *Ornamento a la realización clara* capítulo 4º.

Concluimos la sección de “no virtud”.

## **Las acciones neutras**

También se dividen según su entidad y su causa concordante.

Texto raíz

*De manera similar, en relación a las no específicas, existen divisiones de éstas debido a su entidad, etc., hasta por causa concordante.*

Un ejemplo de fenómeno neutro por su entidad sería el espacio no compuesto.

Guesela: ¿Que entienden por neutro por su entidad?.

Estudiante: Que no es virtuoso, ni no virtuoso.

Guesela: Se refiere a que no es algo a eliminar, ni algo a lograr, como la virtud y no virtud.

Estudiante: No comprendo cómo alguien puede querer lograr, o no lograr el espacio no compuesto.

Guesela: Claro, el espacio no compuesto no es algo que alguien quiera conseguir, o eliminar, por eso su entidad es neutra.

De forma sencilla, cuando hablamos de algo a conseguir y a eliminar es porque buscamos un resultado, en un caso es algo que queremos y en el otro, algo que queremos evitar, por eso son fenómenos compuestos. En cambio, los fenómenos no compuestos por su entidad son neutros.

Texto raíz

*Por otro lado, hay mucho que explicar acerca de las virtudes y las no-virtudes. Cosas como el aspecto que aparentemente es una virtud pero que en realidad no lo es, o como el aspecto que aparentemente es una no-virtud pero que en realidad tampoco es así. Sin embargo, no voy a extenderme en esta ocasión. Si deseas comprender esto a detalle, busca en los textos del Abhidharma.*

Hay acciones que en apariencia son virtuosas, pero que en realidad no lo son, por ej. circunvalar un objeto sagrado recitando mantras da la apariencia de ser virtuoso, pero no lo es, si se tiene una motivación contaminada por las 8 preocupaciones mundanas, como buscar una buena reputación o el reconocimiento de los demás. También, si realiza un acto de generosidad con una motivación negativa.

Hay acciones que dan la apariencia de ser no virtuosas pero que en realidad no lo son, como por ej. los bodisatva que movidos por su gran compasión quita la vida a un ser.

Texto raíz:

*En este punto intermediario voy a mencionar unas breves estrofas:  
A pesar de haber encontrado las siete joyas de aquellos superiores  
Que, al encontrarlas otorgan todas las acumulaciones excelentes en esta vida y la siguiente,  
Si uno las rechaza y más bien se esfuerza en lograr aquello que carece de sentido,  
¡Sería igual de ridículo como lo es el trabajo de aquel que avienta cáscaras!  
Mientras que el ojo de la consciencia que distingue entre lo que es un camino y lo que no lo es,  
esté obscurecido por el agua turbia de palabras tontas  
Que no proporcionan una guía adecuada, es como desear atravesar las tierras y caminos  
confiando en el apoyo de una doctrina falsa - ¡Que buen chiste!  
¡Escuchen, aquellos inteligentes y con entusiasmo!  
Si buscan la hermosa joya de la intención de alcanzar los dos propósitos,  
Entonces sigan al supremo navegante: Lobsang [Dragpa, es decir Tsong- khapa],  
Y así naveguen a través del océano de las enseñanzas del sabio [Muni], las cuales todo lo  
conocen.*

Esta estrofa menciona la importancia de tener las 7 joyas supremas y no desperdiciar esta oportunidad para generarlas, y no solo pretender tenerlas que sería como tener una vasija llena de cascaras que no tiene ningún valor<sup>38</sup>.

### Las seis aflicciones raíz (rtsa nyon)

Texto raíz

*Las seis aflicciones raíces son:*

- (1) Apego
- (2) Enfado
- (3) Orgullo
- (4) Ignorancia
- (5) Duda
- (6) Visiones afligidas

En cuanto a definir las características generales de las aflicciones,

Texto raíz

*El compendio de conocimiento dice:*

*La definición de una aflicción es un fenómeno que, cuando aparece, tiene un carácter perturbador y que debido a su mera presencia, altera el continuo mental notablemente.*

*Tal y como se ha mencionado, es un tipo de consciencia que al aparecer, hace que el continuo mental se perturbe notablemente. Las entidades individuales son.*

Los engaños o aflicciones son factores mentales que cuando surgen, eliminan la serenidad o felicidad de la persona, alterando su mente.

### El apego

Texto raíz

*En relación al apego, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el apego?*

*RESPUESTA: Es el aferramiento a los tres reinos. Tiene la función de generar sufrimiento.*

*Es un factor mental que percibe una cosa contaminada como si fuese atractiva por sí misma, y por lo tanto la busca.*

Por culpa del apego exageras la cualidades atractivas de un objeto, esto hace que quieras conseguirlo. Tanto el apego como el enfado surgen por la confusión de la ignorancia, pero el apego es mas dañino porque esta presente constantemente y nos cuesta reconocerlo como algo que nos causa daño.

Texto raíz

*En relación a esto, el totalmente omnisciente [Tsong- kha-pa] menciona en [El gran tratado de los estadios del camino a la iluminación]:*

*El apego observa a un objeto interno o externo como hermoso y atractivo, y lo desea. De esta forma, al igual que es difícil eliminar una mancha de aceite que se ha impregnado en un trozo de tela, de la misma manera el [apego] se expande y se adhiere a su objeto de observación, dificultando la separación con dicho objeto.*

### Divisiones

Texto raíz

*El apego se divide en tres:*

---

<sup>38</sup> Nota del transcriptor: Las siete joyas de aquellos superiores son: (1) La fe, (2) La ética, (3) La escucha, (4) El dar, (5) La vergüenza, (6) La consideración, y (7) La sabiduría adquirida.



- (1) Apego al reino del deseo
- (2) Apego al reino de la forma
- (3) Apego al reino sin forma

Pero en el texto de tesoro de conocimiento lo dividen de forma diferente,

Texto raíz

*El tesoro de conocimiento lo divide en dos:*

- (1) Apego al reino del deseo
- (2) Apego a la existencia [cíclica]

Hacen estas dos divisiones, porque el apego al reino de la forma y sin forma están incluidos en el apego a la existencia cíclica y el apego al reino del deseo es el mismo de la clasificación anterior.

Texto raíz

*[El tesoro de conocimiento] sintetiza el apego a los dos reinos superiores [el reino de la forma y el reino sin forma] en uno solo, y toma a este como el apego a la existencia [cíclica].*

- (1) *El apego al reino del deseo es la aspiración a y el apego hacia las cinco cualidades del reino del deseo al observar formas, sonidos, etc.*
- (2) *El apego a los dos reinos superiores se sintetiza en uno sólo, conocido como “el apego a la existencia [cíclica]”, ya que a los dos reinos superiores se les llama “existencia [cíclica]” para así superar el error de tomar las absorciones meditativas del reino de la forma y del reino sin forma, como si fueran el camino hacia la liberación.*

Texto raíz

*La función del apego se especifica como la de “generar sufrimiento” con el propósito de que entendamos que la raíz de todo el sufrimiento dentro de los tres reinos de la existencia cíclica, es el renacimiento que nos conecta con la existencia cíclica, y la causa principal del renacimiento dentro de la existencia cíclica es el apego, el aferramiento en sí mismo.*

## **PREGUNTAS**

Estudiante: El espacio no compuesto se ha mencionado como neutro. ¿Entonces, todos los objetos permanentes son neutrales o que características tienen?

Guesela: Los fenómenos permanentes (no compuestos) algunos son contaminados. Ahora hemos hablado de lo virtuoso y lo no virtuoso, la respuesta sería que son neutros en este caso por su entidad, como por ej. el espacio no compuesto que por su entidad no es virtuoso, ni no virtuoso, pero es contaminado. Es decir, dentro de los fenómenos neutros hay contaminados.

Estudiante: El apego se define como percibir una cosa contaminada y en la definición de Lama Tsong Khapa no menciona la palabra “contaminada” ¿contaminado en este contexto a que se refiere?

Respuesta: La cita de Lama Tsong Khapa no define el apego, sino que es una descripción general. En segundo lugar, en este contexto un fenómeno contaminado sería como aparece en el texto Abhidharma<sup>39</sup>.

Estudiante: Que cuando lo observas sirve de base para que surjan los engaños.

Guesela: Es contaminado por que da lugar al engaño de dos formas: por ser un objeto observado y concomitante, como por ej. en el camino de la verdad de la cesación todavía hay engaños, pero no se dan lugar por ser un objeto observado, sino concomitante por las huellas de los engaños que todavía se tienen.

De forma más sencilla, todo lo que observamos es contaminado. Cuando alguien ha logrado la verdad de la cesación ya no surgen engaños al observar el objeto, pero en sus mentes todavía pueden estar los oscurecimientos a la omnisciencia.

---

<sup>39</sup> Sacado del comentario del texto de *Abhidarmakosa* de Vasubandhu dado por Guese Lamsang en 2014, pag. 25: *“Respecto a un ejemplo de algo que incrementa la contaminación de forma simultánea, cómo se relaciona esa consciencia con los 5 factores omnipresentes? Lo contaminado se refiere a los engaños, incrementar se refiere a aumentar. Lo contaminado se refiere a los engaños y que se incrementa? Los engaños, ya sea por un objeto observable o cuando se da de forma simultánea o concomitante en la relación entre mente y factores mentales. Los factores mentales se refiere a los omnipresentes que siempre están acompañando a la mente, entonces, los dos están viviendo de manera simultánea. Es simultáneo en 5 aspectos: 1) -. Simultáneo en cuanto a la base. 2) -. Simultáneo en cuanto al tiempo. 3) -. Simultáneo en cuanto a la sustancia. 4) -. Simultáneo en cuanto al objeto que observa. 5) -. Simultáneo en cuanto al aspecto.*

*Eso lo están viviendo de manera simultánea, entonces, cuando estamos hablando de ese incremento simultáneo se refiere a esa relación o situación simultánea entre mente y factor mental. Estamos hablando de algo que incrementa los engaños, estos se pueden incrementar por un objeto observado y también en esa relación mente y factor mental, que de forma simultánea favorece el incremento del engaño (simultánea o concomitante). P. e, algo que pueda incrementar la contaminación por un objeto observable o de forma simultánea: es el apego, el enfado, que se pueden incrementar por un objeto que se observa pero también por esa relación concomitante entre mente y factores mentales. Incrementa la contaminación porque ver un objeto puede favorecer el incremento de ese engaño (contaminación). Pero también si hablamos p.e. del apego, entre la mente más se apegue, los factores mentales omnipresentes que están todo el tiempo con la mente también ven incrementada esa contaminación.”*

## Introducción

En otras ocasiones hemos escuchado, que estamos aquí para ser mejores seres humanos y así sacarle el máximo provecho a este precioso renacimiento humano. No podemos olvidar que este es el pensamiento del Buda.

Es muy importante tener claro porqué estudiamos este tema. Estamos hablando de los factores mentales y dejando a un lado los 5 factores mentales omnipresentes y los 5 factores mentales determinantes, es muy importante conocer los 11 factores mentales virtuosos, porque es lo que nos hace falta cultivar. Entre mas claro tengamos cuales son y su función, mejor sabremos guiar nuestros pensamientos para cultivarlos.

La clase anterior vimos el primer factor mental no virtuoso, y a pesar de no querer que surjan en nuestra mente, vienen a nosotros como una lluvia uno detrás de otro, por eso debemos conocerlos y darnos cuenta cómo nos afectan. Ahora debemos detenerlos aunque a veces no es sencillo, o por lo menos no darles mas fuerza y huir de ellos como si alguien nos persiguiera con un cuchillo para herirnos. Este tendría que ser nuestro instinto, cuando empiezan a surgir las emociones negativa y así cortar con ella. Por eso estudiamos este tema.

Cuando no le damos fuerza a las emociones negativas nos comportamos bien, somos buenas personas y tenemos un buen corazón. Además, sacamos el máximo provecho de este precioso renacimiento humano.

Guesela: ¿Cual es el primero de los 11 factores mentales virtuosos?

Estudiante: La fe.

Guesela: ¿Que pasa cuando no hay fe?

Estudiante: Todo lo relacionado con la práctica de la virtud no se lleva a cabo.

Guesela: ¿Que ejemplo se da para explicar la ausencia de fe?

Estudiante: Es como una semilla tostada.

Guesela: Es correcto, la ausencia de fe es como una semilla tostada de la que es imposible que brote algo, en cambio la fe, es como una semilla de la que surge un brote. Todos los dharmas blancos o cualidades que queremos desarrollar surgen gracias a la fe y si no hay fe no pueden surgir.

Hay otra analogía que se utiliza: la fe es la madre de todas las buenas cualidades como un hijo que nace gracias a su madre, de la misma forma todas las buenas cualidades que aspiramos a conseguir surgen gracias a la fe.

Esto lo hemos escuchado antes, pero es para reflexionar en el hecho de que la fe es muy importante porque de ella surgen todas las cualidades que buscamos. Hay muchas cosas en las que podemos poner nuestra fe, como en las imágenes que vemos del Buda Shakiamuni, Atisha, Lama Tsong Khapa, etc. Por lo tanto, que no se quede solo en algo teórico, sino que reflexionemos en ello.

El factor mental del esfuerzo gozoso también es muy importante para que nuestras buenas cualidades aumenten, al igual que la vergüenza y la consideración, porque cuando no se tienen se crean muchos problemas. De esta manera se ve la utilidad de estos temas y nos animamos a desarrollarlos.

De los factores mentales virtuosos, el que quizás es mas difícil de realizar es la ausencia de ignorancia, porque para ello se requiere un proceso intenso de análisis, pero el resto podemos empezar a cultivarlos ya.

Así que en la medida de nuestras posibilidades cultivar estos factores mentales virtuosos, habituarnos a ellos y ver en ellos las cualidades que aspiramos conseguir, por ej. los factores mentales virtuosos de la vergüenza y la consideración son muy valiosos porque evitan que cometamos acciones negativas.

### **Continuamos con el comentario**

De los 6 engaños raíz ya vimos el apego, y en el texto se cita el Lam rim que describe el apego como una mancha de aceite sobre un papel para demostrar que el apego está muy arraigado en nosotros y nos hace mucho daño porque nos crea dificultades, por ej. cometemos negatividades que ni imaginábamos poder hacer, como tener una conducta sexual inadecuada como la infidelidad, robar, mater, etc., y su raíz es la ignorancia.

Otro ejemplo del daño que nos causa el apego, es que aunque una persona tenga el poder de dirigir un país y ministros a sus ordenes, a veces por la fuerza del apego los ministros hacen todo lo posible por derrocarlo del poder.

Vemos estos engaños con la finalidad de identificarlos y trabajar con ellos para eliminarlos.

### **Enfado (*khong khro*)**

Texto raíz

*En relación al enfado, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el enfado?*

*RESPUESTA: Es una intención de malicia hacia los seres, hacia el sufrimiento o hacia fenómenos que sean fuente de sufrimiento. Tiene la función de servir como base para no permanecer en contacto y para una conducta errónea.*

La frase que se ha traducido en español como “no permanecer en contacto” en tibetano significa: algo que altera tu capacidad de razonar, de pensar bien, que te agita. En realidad significa perder el control y debido a ello se crea una conducta errónea.

En cuanto a la entidad del enfado se dice,

Texto raíz

*Tal y como se ha dicho, el enfado es una intención maliciosa que, al reconocer los tres objetos de observación de la ira, no puede tolerarlos y desea dañarlos.*

Esta es una manera de describir al enfado. También se mencionan los 3 objetos de observación de la ira para ayudarnos a entenderla, pero en realidad cualquier objeto que provoque el enfado es adecuado. Por lo tanto, no está limitado a estos 3 objetos.

## Texto raíz

*Los tres objetos de observación de la ira son:*

- (1) Los seres,*
- (2) El sufrimiento personal, y*
- (3) Las fuentes de las cuales surgen estos sufrimientos.*

Guesela: ¿Para que sea objeto de enfado necesariamente tiene que ser uno de estos 3 objetos?.

Estudiante: Antes se ha mencionado que no se limitaban a estos 3 objetos.

Guesela: Dame un ejemplo.

Estudiante: Es difícil dar un ejemplo fuera de estos tres.

Estudiante: Una mesa.

Guesela: Pero la mesa podría ser una fuente de la que surge sufrimientos, porque podrías golpearte la mano con ella.

Estudiante: Si puede ser, pero cuando leí el texto mencionaban a los seres, el sufrimiento personal y las fuentes de las que surgen estos sufrimientos y pensé que se refería a las fuentes de sufrimiento personal.

Guesela: No son lo mismo, no es que sea sufrimiento personal. Cuando se habla de sufrimiento personal se refiere a una enfermedad o un estado mental donde te sientes inferior a todos como la depresión. En cambio, las fuentes de las cuales surgen los sufrimientos, es algo que te provoca sufrimiento y que puede ser algo externo como una mesa o a nivel interno.

Si quisiéramos relacionarlo, un sufrimiento personal es una fuente de donde surge el sufrimiento, pero una fuente de la que surge el sufrimiento no necesariamente tiene que ser sufrimiento personal, porque hay muchos factores externos que son fuentes de las cuales surge sufrimiento.

En resumen, tener una enfermedad es sufrimiento pero no quiere decir que siempre que tengamos una enfermedad generamos enfado, pero hay quienes se enfadan por la enfermedad o por este sufrimiento personal, pero cuando te golpeas con una mesa no hay sufrimiento personal sino que la mesa te crea sufrimiento y este dolor te provoca enfado, por eso se dice que la mesa es la fuente de sufrimiento.

Conclusión, en realidad los objetos hacia los que generamos enfado son ilimitados, pero al dividirlo en tres grupos podemos decir que prácticamente todos los objetos hacia los que podemos generar enfado están incluidos en alguno de ellos.

## Texto raíz

*En relación a las enseñanzas sobre “las nueve bases de la malicia”, La guirnalda preciosa (estrofa 5.31) menciona:*

*La intención de dañar surge de las nueve causas*

*De intentar perjudicar a otros:*

*Soportando en los tres tiempos sin dudas*

*En lo que respecta a uno mismo, a los amigos y a los enemigos<sup>40</sup>.*

Es muy importante que se diga “tres tiempos” y es un error ponerlo como “tres reinos”, porque se refiere a las 9 bases [origen] de la malicia o intención de dañar. Las 9 bases están en relación a mí, a mis amigos y a mis enemigos en los tres tiempos.

### **Las 9 causas de dañar**

- Al que me dañó, al que me está dañando, al que me va a dañar.
- Al que dañó a mi amigo, al que está dañando a mi amigo y al que dañará a mi amigo.
- Al que ayudó a mi enemigo, al que está ayudando a mi enemigo, al que ayudará a mi enemigo.

Guesela: ¿Está incluido el reino de la forma en estas 9 bases de la malicia?

Estudiante: No puede estar, porque el enfado burdo se ha eliminado.

Guesela: Es correcto, en el reino de forma no hay enfado porque los dioses que están en estos reinos, no prestan atención a estas 9 causas que hacen surgir el enfado.

Texto raíz

*De la misma forma en la que El gran tratado de los estadios del camino menciona:  
El enfado es malicia, es un estado mental violento que observa a los seres, al sufrimiento y a las fuentes de dicho sufrimiento, como armas o espinas, y contempla dañar a estos objetos.*

Es decir, los ven como si fueran armas, espinas o pistolas y por eso busca dañarles.

Texto raíz

*Tiene la función de hacer que no se permanezca en contacto [hacernos perder la lógica]<sup>41</sup> con la felicidad en esta vida, y produce un sufrimiento inconmensurable en vidas futuras.*

El problema del enfado es que trae mucho sufrimiento, el que vemos y el que no vemos que es inconmensurable en las vidas futuras.

Texto raíz

*Acerca de esto, Una guía para el estilo de vida del bodhisatva (estrofa 6.3-5) dice:  
Mi mente no experimentará paz  
si guarda pensamientos dolorosos de odio.  
No encontraré alegría o felicidad.  
Incapaz de dormir me sentiré inquieto.*

Es decir, el enfado no trae paz sino solo malestar y no se puede disfrutar de las cosas.

Continua el texto raíz

*Por ello, los amigos y parientes se sienten descorazonados;  
aunque estén atraídos por su generosidad no confiarán en él.  
En resumen, no hay nadie que viva feliz con enfado.*

Alguien puede ser una persona generosa, pero si se enfada con facilidad los demás no se fían de él, porque de repente puede explotar de enfado. En resumen, no hay nadie que pueda vivir feliz con enfado, ni el que se enfada, ni los que le rodean están tranquilos.

<sup>40</sup> Nota del transcriptor: Texto raíz modificado por el traductor para un mejor entendimiento porque es un error hablar de “reinos” en vez de “tiempo”.

<sup>41</sup> Nota del transcriptor: Frase en corchetes incluida por el traductor para mayor claridad.

### Texto raíz

*La guirnalda de las historias de los nacimientos (estrofa 21.29-33) también menciona:*

*Debido el fuego del enfado, uno se torna desfavorable,  
Incluso aunque esté adornado con ornamentos, uno no logra verse bien.  
Aunque uno repose sobre una cama cómoda,  
La mente sufre por la agonía de ira.  
Olvidando los beneficios que uno ha disfrutado,  
Atormentado por el enfado, uno se va por un mal camino.  
Degenerando su propia reputación y logros,  
Y al igual que la luna menguante, la gloria personal se desvanece.*

Es decir, aunque disfrutemos de muchas cosas o incluso hayamos desarrollado buenas cualidades, como el enfado crea inestabilidad mental, todos los logros conseguidos se degeneran, al igual que la reputación que se haya ganado. El objetivo es irnos adiestrando poco a poco, para desarrollar buenas cualidades como una luna creciente hasta llegar a ser como una luna llena, pero el enfado hace que las cualidades conseguidas se degeneren como luna menguante hasta la total oscuridad.

### Texto raíz

*Aunque apoyado por los amigos,  
Debido a la ira, uno se desploma en un abismo.  
La contemplación personal acerca de los beneficios y daños degenera;  
Uno se vuelve errático y confuso.  
Gracias al enfado, uno se habitúa a actuar de manera negativa,  
Y experimentará sufrimiento por cientos de años en las malas migraciones.  
Incluso un enemigo que viaje largas distancias para infligir un gran daño,  
no podrá causar un daño mayor.*

Significa, que cuando nuestra mente está invadida por el enfado nos caemos en un abismo, aunque tengamos seres a nuestro alrededor ayudándonos. Esto nos hace mucho daño y que nuestras cualidades se degeneran.

Normalmente pensamos que el enemigo es el que mas daño nos hace, pero ningún enemigo puede hacernos tanto daño como el enfado. Si contemplamos con seriedad esto, nos daremos cuenta que el daño de cualquier enemigo, no se compara con el daño provocado por el enfado.

Esto es a nivel general, pero el Lam rim explica de forma muy clara los inconvenientes graves del enfado y los beneficios de cultivar su opuesto que es la paciencia. Con la finalidad de que lo apliquemos en nuestra vida, adiestrándonos en la paciencia y dejando atrás el enfado.

Podemos ver con nuestros propios ojos, todos los inconvenientes del enfado así como las beneficios que se adquieren con la paciencia, para que generemos la convicción de que necesitamos desarrollarla y que no queremos mas el enfado, para determinarnos a cultivarla.

### **Orgullo (*nga rgyal*)**

#### Texto raíz

*En relación al orgullo, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el orgullo?*

*RESPUESTA: Es un engrimiento de la mente que depende de la visión de la colección transitoria. Tiene la función de servir como una base para que surja la falta de respeto y el sufrimiento.*

En cuanto a su entidad,

Texto raíz

*Tal y como se ha mencionado, es un factor mental que tiene el aspecto de engrerir la mente al observar las riquezas propias, cualidades, etc.*

*El gran tratado de los estadios del camino a la iluminación menciona:*

*El orgullo se basa en la visión de la colección transitoria y es un engrimiento de la mente al observar, ya sea interna o externamente, cualidades que son elevadas o inferiores, buenas o malas; asumiendo un aspecto de superioridad.*

El orgullo hace sentirse superior a la mente, ya sea por las cualidades buenas o malas que se tienen. Nos dicen que el orgullo surge en base a la visión de la colección transitoria, en realidad todos los engaños surgen por esto, pero aquí lo mencionan porque, el orgullo tiene la característica de generar la sensación de un “yo” y un aferramiento a un “yo” mas manifiesto o fuerte que en el resto de engaños, por eso se destaca este aspecto.

Se especifica que se basa en la visión de la colección transitoria, porque el orgullo se genera en dependencia a la concepción innata que cree que hay un “yo”.

## **Divisiones**

*Hay siete tipos de orgullo:*

- (1) Orgullo*
- (2) Orgullo excesivo*
- (3) Orgullo mas allá del orgullo*
- (4) Orgullo de pensar en el “yo”*
- (5) Orgullo de la presunción*
- (6) Orgullo de leve inferioridad*
- (7) Orgullo injusto*

## **Orgullo**

Texto raíz

*El orgullo es un engrimiento de la mente, al pensar que se es superior a personas inferiores.*

## **Orgullo excesivo**

Texto raíz

*El orgullo excesivo es un engrimiento de la mente, al pensar que se es superior a personas iguales [compañeros del mismo nivel].*

Que tienen el mismo nivel de educación, cualidades, riqueza, etc.

## **Orgullo mas allá del orgullo**

Texto raíz

*El orgullo más allá del orgullo es un engrimiento de la mente, al pensar que se es muy superior incluso a personas que son superiores.*



Por ej. en una oficina pueden haber personas con mayor conocimiento y experiencia que la persona pero se siente muy superior a ellos. Por eso es importante que cuando trabajemos no nos dejemos llevar por este orgullo.

### **Orgullo de pensar en el “yo”**

Texto raíz

*El orgullo de pensar en el "yo" es un engreimiento de la mente, al observar los agregados adquiridos y pensar "yo".*

Si los agregados son atractivos y están saludables, pensamos que nos hay nadie mas guapo (a) que nosotros, o que tenga mejor salud.

### **Orgullo de la presunción**

Texto raíz

*El orgullo de la presunción es un engreimiento de la mente, al pensar que se ha logrado lo que no ha sido logrado.*

La siguiente historia nos ayuda a distinguirlo: conseguir la calma mental que grandes maestros han logrado es muy difícil, y requiere de mucho esfuerzo. Sin embargo, esta persona, que era laica, decía que no entendía porque decían que la calma mental era algo muy difícil de alcanzar cuando no lo era tanto. Y le preguntó a un Lama que tenía a su lado, si él la había conseguido. Como el Lama no era un ser ordinario, pensó que lo que había conseguido era un sopor muy sutil, que permite mantener el objeto durante mucho tiempo y tener una sensación placentera, además, sabía que mientras hacía sus oraciones tenía sueño.

Así que el Lama le explicó, que cuando se tiene calma mental no hay sopor a la hora de hacer las prácticas sino que la mente está lúcida, muy vivaz y mantiene el objeto durante mucho tiempo. Al final, esta persona le preguntó al Lama, entonces cual era la calma mental que había conseguido.

En este caso, aunque no se haya conseguido algo, se crees que sí y la mente se eleva.

### **Orgullo de leve inferioridad**

Texto raíz

*El orgullo de leve inferioridad es un engreimiento de la mente, pensando que uno mismo es sólo un poco inferior a otros que son realmente muy superiores.*

En este sentido hay una historia, en la antigüedad ser zapatero era un oficio muy humilde, pero uno de ellos pensaba que ni el rey sabía arreglar tan bien los zapatos como él. Es decir, a pesar de que el rey es alguien mucho mas elevado, se sentían solo un poco por debajo de él.

### **Orgullo injusto [erróneo]**

Texto raíz

*El orgullo injusto es un engreimiento de la mente, al pensar que se han logrado cualidades auspiciosas, cuando realmente uno se ha desviado [del camino]; como declarar que se han obtenidos excelentes cualidades cuando en realidad es que uno está siendo dominado por un espíritu. De esta forma, La escritura acerca de la disciplina dice: “presumir por aquello que en*

*realidad es una ramificación de la vergüenza...” Tal y como se ha dicho, [este tipo de orgullo] es, por ejemplo, [cuando una persona ordenada] descuida los límites que marca el código del Vinaya actuando como si fuera una persona laica, y con engreimiento piensa que está beneficiando a otros movido por su apego a la ganancia y al honor.*

Un buen ejemplo sería: hay cargos mas importantes que otros en jerarquía, sería el caso de alguien que es cambiado de puesto y piensa que es por que tiene mas cualidades que otros, cuando en realidad es porque se ha desviado. También cuando alguien dice que tiene grandes logros, cuando en realidad esta siendo dominado por un espíritu. También si un monje actúa como una persona laica buscando el reconocimiento, el dinero y piensa que es bueno porque está beneficiando a los demás.

Esta división en 7 tipos de orgullo aparece en el texto de *Tesoro de conocimiento*.

### **Pregunta**

Estudiante: ¿Cuando una acción virtuosa se dedica con el pensamiento de la vacuidad, el enfado puede eliminar estos méritos?. En el contexto del Lam rim guesela comentó, que algunos eruditos como Chandrakirti piensan que se eliminan, pero otros no.

Guesela: No sabría decirte, Chandrakirti dice que cuando uno ha logrado la visión de la vacuidad y lleva a cabo acciones virtuosas, ya no pueden ser destruidas estas virtudes por el enfado. Pero, si no se tiene la mente de la vacuidad y lo dedicas con vacuidad, corres el riesgo de que se vea afectada la virtud por el enfado.

Incluso se explica con los bodisatvas que pueden generar enfado con uno de su mismo nivel, o de nivel superior. En el primer caso, destruye cierta virtud y en el segundo caso, la destrucción es mas grande. Los bodisatvas cuando hacen actos virtuosos dedican con vacuidad, tanto el que hace la acción, la acción en sí y hacia donde está dirigida la acción como vacíos, pero se corre el riesgo de que esta virtud se destruya por el enfado.

## Introducción

Estamos en los engaños raíz ¿porque se les llaman así?. Se les llama engaños raíz, porque como dijo Vasubandu, son la raíz del samsara. Sin embargo, de acuerdo a la visión Madhyamika, la raíz del samsara es la ignorancia y no el resto de engaños raíz.

A este conjunto de factores mentales se les llaman engaños raíz según Vasubandu, porque generan grandes inconvenientes y porque en parte dan lugar a otro tipo de engaños, de lo contrario, un mismo antídoto serviría para todos los engaños, pero la realidad es que cada engaño tiene sus antídotos específicos.

Necesitamos identificar los engaños, con el objetivo de que cuando surjan en nuestra mente, recordemos sus desventajas y queramos eliminarlos.

## Continuamos con el comentario

Mencionamos 7 tipos de orgullo de acuerdo al texto de *Compendio de conocimiento*, pero en el texto de *La guirnalda preciosa*, se mencionan los siguientes tipos de orgullo que son prácticamente los mismos.

### Texto raíz

*Hay siete tipos de orgullo;  
Los cuales voy a explicar.*

*En relación a esto, ser engreído en relación a que uno es inferior a los más inferiores,  
O igual a aquellos iguales,  
O superior o igual a aquellos inferiores,  
Se le llama {1} el orgullo de la individualidad.*

*Ser engreído en relación a que uno es igual a aquellos  
Que por alguna cualidad son superiores a uno mismo  
Es {2} orgullo excesivo.  
Ser engreído en relación a que uno es superior a los superiores,*

*Pensar que uno es superior a aquellos mucho más superiores,  
Es {3} orgullo más allá del orgullo;  
Que como úlceras en un absceso,  
Es excesivamente virulento.*

*Si debido a los oscurecimientos, se concibe un "yo"  
En los cinco [agregados] vacíos  
Que son llamados "aquellos adquiridos",  
A esto se le conoce como {4} el orgullo de pensar en el "yo".*

*El pensar que uno ha obtenido resultados que todavía no ha alcanzado  
Es el {5} orgullo de la presunción.*

*Al alabarse a uno mismo por cometer acciones negativas  
Los sabios le llaman {6} el orgullo injusto.*

*A ridiculizarse a uno mismo diciendo:  
"Soy un inútil", se le llama  
El {7} orgullo de la inferioridad.*

*Y esta es una breve descripción de todos ellos.*

*El orgullo tiene la función de oscurecer cualquier logro espiritual nuevo relacionado con el Dharma de las escrituras y de las realizaciones, por una falta de respeto hacia aquellos que poseen cualidades excelentes, causa que renazcamos en vidas futuras en migraciones*

*desafortunadas, e incluso si renaces como humano, causa que renazcas en una casta inferior, o como un sirviente o algo similar. Por lo tanto, produce lo indeseable, tanto en esta vida como en las futuras.*

*De esta forma, La guirnalda preciosa (estrofa 1.17cd-18) dice:*

*Un linaje malo proviene de creerte superior,  
Debido a los celos [hay] poca magnificencia.*

*Un rostro decolorado proviene del enojo, y  
Debido a no cuestionar al sabio, [proviene] la estupidez.  
Estos son los resultados para los humanos,  
Pero previo a todo esto, está una mala migración.*

Se mencionan distintos resultados negativos consecuencia del orgullo, para que apreciemos estos inconvenientes y no sigamos alimentándolo.

Texto raíz

*En Los estadios del camino a la iluminación se dice:*

*Abandona el orgullo ya que es el mayor obstáculo para poder avanzar a lo largo del camino en esta vida, además de ser la causa para que en vidas futuras uno sea un sirviente o algo parecido.*

Los antiguos Gueses Kadampa se referían al orgullo, como lo que impide que florezcan las cualidades. Cuando alguien tiene orgullo, no puede desarrollar cualidades porque es como una piedra, dura, que por mas agua que le viertas agua no entra, del mismo modo, las enseñanzas no se quedan dentro de nosotros por culpa del orgullo.

También se dice que una mente humilde, es el lugar donde se basa el conquistador, porque es el soporte para que se pueda lograr el estado de Buda. Otra analogía de los inconvenientes del orgullo, es que en la cima de una montaña no crecen las flores, sino en el valle que es donde baja el agua.

Hasta ahora hemos mencionado los defectos del orgullo y es importante identificarlo e impedir dejarnos llevar por el. No es suficiente con escuchar sus desventajas, sino que debemos reflexionar en ellas y detenerlo cuando aparezca en nuestra mente.

### **Ignorancia (*ma rig pa*)**

Texto raíz

*En relación a la ignorancia, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la ignorancia?*

*RESPUESTA: Es un desconocimiento acerca de los tres reinos.*

Se refiere a no conocer la realidad de los tres reinos.

Texto raíz

*Tiene la función de actuar como base para que surja la verificación errónea [incorrecta], la duda y las aflicciones en relación a los fenómenos.*

Significa que la ignorancia tiene 3 funciones: sirve de base para que surja la mente errónea, la duda y los engaños en relación a los fenómenos.

Texto raíz

*Tal y como se ha dicho, es el factor mental de desconocer que se está oscurecido con respecto a la condición de todos los fenómenos.*

Guesela: ¿Cuántos desconocimientos tenemos de la funda de las gafas?.

Estudiante: Desconocemos su realidad última.

Guesela: Es cierto, pero vamos de lo más burdo a lo más sutil, por ej. la funda de las gafas en tibetano se llama *migsesu*, este sería un desconocimiento. ¿Que otras características del objeto desconocemos?.

Estudiante: Quien es el dueño.

Guesela: Quien lo fabricó, de que está hecho, etc.

Estudiante: Que es impermanente, que es imputado por la mente.

Guesela: Que es verdad de sufrimiento, que está vacío de existir sustancialmente y autosuficiente, que tanto el objeto percibido como el que lo percibe, no son sustancias distintas y seguiría la propuesta de la escuela Esvatántrica y luego la visión de la escuela Madhyamika Prasanguika en relación a los fenómenos.

Es decir, de un solo objeto desconocemos muchos aspectos. Cuando lo percibimos y creemos que existe por su propia entidad, sería una conciencia errónea.

Desconocemos muchos aspectos, algunos burdos y otros sutiles como por ej. el que no exista como lo percibimos. Todo esto conforma la ignorancia, que es el factor mental que está oscurecido en cuando a la condición de los fenómenos.

Texto raíz

*Y es de dos tipos:*

- (1) Un oscurecimiento el cual es el factor mental de desconocer.*
- (2) Una consciencia que percibe de manera errónea [equivocada].*

La ignorancia puede ser una mente que desconoce algo o una mente errónea, por ej. desconocer cuantas letras tiene el alfabeto en castellano es un desconocimiento, pero no es una mente errónea. Es decir, a veces la ignorancia puede ser en relación a una mente errónea o a desconocer un hecho, como no conocer las letras del alfabeto.

Es mejor utilizar la palabra “errónea” en vez de “equivocada”, porque es diferente la conciencia errónea de la equivocada, por ej. tener un desconocimiento o una percepción poco clara, es una conciencia equivocada pero no errónea.

Por lo tanto, hay que distinguir entre algo que te impide conocer [oscurecimiento], de una conciencia errónea, por ej. no sabemos que hay en la cocina porque la pared nos lo impide, este sería un desconocimiento [oscurecimiento], pero no una conciencia errónea.

Hay que diferenciar entre lo que se desconoce y una conciencia errónea, porque la ignorancia puede ser un desconocimiento o una conciencia errónea. Por lo tanto, la ignorancia no es necesariamente una conciencia errónea, por ej. en tibetano hay 34 letras que desconocemos, pero como podemos llegarlas a conocer, no es una conciencia errónea.

La ignorancia como una conciencia que percibe de forma errónea, sería el primero de los 12 vínculos de originación interdependiente y la raíz del samsara.

Texto raíz

*De estos dos, la indicación explícita en el Compendio de conocimiento menciona que [la ignorancia] es el factor mental de desconocer. Y como Acharya Vasubandhu también lo expuso de esta forma en su obra Una explicación de los cinco agregados, entonces las afirmaciones de ambos, de Asanga y de su hermano, concuerdan.*

Tanto Asanga como Vasubandhu coinciden en identificar la ignorancia como el no conocer algo y este oscurecimiento, puede ser tanto erróneo como no erróneo, a diferencia de Dharmakirti.

Texto raíz

*Sin embargo, Acharya Dharmakirti afirma que [la ignorancia] es una consciencia que concibe de manera errónea<sup>42</sup>. De esta forma, aunque encontramos estos dos tipos de afirmaciones en relación a la ignorancia: (1) La que dice que es una concepción equivocada y (2) La que afirma que es un tipo de consciencia que desconoce, [ambas posturas] afirman que el antídoto principal contra la ignorancia es la sabiduría que reconoce la ausencia de identidad.*

Para Dharmakirti, la ignorancia es una conciencia errónea, entonces, el oscurecimiento de no saber algo [desconocimiento] no es ignorancia. La ignorancia es la que da lugar al aferramiento a la identidad, que es una concepción errónea de la realidad y su antídoto es la sabiduría que reconoce la ausencia de identidad.

En clases anteriores vimos los factores mentales virtuosos y dentro de ellos, la ausencia de ignorancia, de apego y de enfado. En cuanto a la ausencia de ignorancia, se refiere a la sabiduría que comprende la ausencia de identidad.

## **Divisiones**

Texto raíz

*La ignorancia es de dos tipos:*

- (1) Ignorancia como oscurecimiento en relación a las acciones y sus efectos.*
- (2) Ignorancia como oscurecimiento en relación al significado de la talidad.*

### **Ignorancia como oscurecimiento en relación a las acciones y sus efectos**

Texto raíz

*La ignorancia como oscurecimiento en relación a las acciones y sus efectos, hace que acumulemos acciones que madurarán en renacimientos en reinos inferiores.*

Esta ignorancia hace que acumulemos acciones negativas que nos llevan a los reinos inferiores, se trata de la ignorancia de no establecer una buena motivación, ni realizar la acción correcta para obtener un buen resultado.

### **Ignorancia como oscurecimiento en relación al significado de la talidad**

Texto raíz

*La ignorancia como oscurecimiento en relación al significado de la talidad, hace que acumulemos acciones que madurarán en buenas migraciones dentro de la existencia cíclica.*

*Tiene la función de “servir como base para que surja la verificación incorrecta, la duda y las aflicciones con respecto a los fenómenos.” Ya que dependiendo de la ignorancia surgen las demás aflicciones; y dependiendo de éstas [aflicciones] se acumulan las acciones [contaminadas]; y de éstas se producen todos los sufrimientos en la existencia cíclica. Por lo tanto, todas las aflicciones y defectos surgen dependiendo de la ignorancia.*

<sup>42</sup> Nota traductor: El texto raíz menciona “equivocada” pero es mejor llamarlo “errónea”.

Tal y como menciona el *Comentario sobre el texto de Dignaga 'El compendio de cognición válida'*:

*Alguien que percibe la identidad  
Constantemente se adhiere a ella como si fuese un "yo".  
Y debido a esta adherencia, uno generará ansia hacia la felicidad,  
Y debido a esa ansiedad, se ocultarán los defectos [de la vista].*

Además:

*Todas las faltas tienen su raíz  
En la visión del conjunto transitorio.  
Eso es la ignorancia.  
De ella, surge el apego;  
De ella, surgen el odio y las demás [aflicciones].  
[El Buda] mismo enseñó que  
La causa de estos defectos es la ignorancia.*

La ignorancia que percibe la identidad, es la raíz de todos los inconvenientes, porque cuando generas la *visión de la colección transitoria* crees que hay un "yo". Esta percepción de un "yo" hace surgir el apego hacia los que ayudan a ese "yo" y enfado hacia aquellos que dañan a ese "yo", y así con el resto de engaños.

El texto *La entrada al camino medio* dice:

*La raíz de todo el samsara es la visión de la colección transitoria. Entonces, para destruir el samsara, hay que destruir esta visión de la colección transitoria, ¿como se destruye?. Cuando dejas ese "yo" de la visión de la colección transitoria cesas el samsara.*

Se trata de desarrollar la sabiduría que te permite ver que el "yo" que percibe la *visión de la colección transitoria* no existe. Esta ignorancia la destruyes a través de la sabiduría que te permite ver cómo existe el "yo", y de esta forma destruyes todo el samsara. Es decir, destruyendo la *visión de la colección transitoria* destruyes el samsara por completo.

Texto raíz

*Todos los defectos tienen su raíz en: La visión del conjunto transitorio.  
El totalmente omnisciente Lama [Tsong-kha-pa] dice [en su obra: La esencia de una excelente explicación, en homenaje al Señor de los Sabios] (estrofa 2):  
La raíz de todas las desgracias  
En el mundo, es la ignorancia.  
La cual se supera al ver el surgir dependiente  
Que has enseñado.*

Una vez tenemos claro que la raíz del samsara es la ignorancia de la *visión de la colección transitoria*, lo opuesto a ella es entender el surgir dependiente.

Texto raíz

*En resumen, esta ignorancia es la raíz [que nos hace] girar en los tres reinos del samsara. Y debido a que sirve como base para que surjan todas las acciones y las aflicciones, se coloca a la ignorancia en el primero de los doce eslabones de surgir dependiente.*

El primero de los 12 vínculos de originación interdependiente es la ignorancia, que sería mejor llamarle "primera ignorancia", para dar a entender que todo surge de ella. Si queremos ser precisos al estudiar los 12 vínculos, es mejor llamarle "primera ignorancia", porque se refiere tanto a la ignorancia adquirida, como a la innata y la ignorancia como

raíz del samsara es la ignorancia innata y no a la adquirida, mientras que “la primera ignorancia” se refiere a ambas.

Es muy importante llamar al primer vínculo “primera ignorancia”, porque si solo le llamamos ignorancia, la ignorancia de los 12 vínculos es una ignorancia que los seres Arias no tienen, pero tienen otras ignorancias, por eso con “primera ignorancia” nos referimos a la que no tienen los seres Arias.

### **Duda afligida (*the tshom*)**

*En relación a la duda, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la duda?*

*RESPUESTA: Es tener una mente que va hacia dos direcciones con respecto a [la verdad] las dos verdades. Tiene la función de servir de base para no involucrarse en las virtudes.*

No necesariamente la duda es respecto a las dos verdades, sino que también se puede referir a las 4 nobles verdades y es una mente que no está segura respecto a su existencia. Por lo tanto, es mejor decir: “es una mente que va hacia dos direcciones con respecto a la verdad”. Tiene la función de que no nos involucremos en acciones virtuosas.

#### **Texto raíz**

*Como se mencionó anteriormente, es un factor mental que titubea entre dos puntos de vista al observar las cuatro nobles verdades, la causa y efecto y demás. La duda obstaculiza todas las actividades virtuosas y especialmente interfiere en la visión de la verdad. Y debido a que se superará cuando uno vea la verdad, se dice que es una profunda confusión de ideas la cual es un objeto a ser abandonado en el camino de la visión.*

Hay que tener claro que no se refiere a la duda en general, que no es necesariamente negativa, sino dentro del contexto de los engaños raíces. Por lo tanto, es una duda aflictiva. La duda aflictiva es negativa y nos impide que nos involucremos en acciones virtuosas y que veamos la verdad de las cuatro nobles verdades, la ley de causa y efecto, etc. Al ser aflictivo es un objeto de abandono, que se abandona por completo en el camino de la visión.

Por lo tanto, los 6 engaños raíz son: el apego, el odio, la ignorancia, la duda aflictiva, el orgullo y las visiones erróneas.

### **Pregunta**

Estudiante: En relación a los dos tipos de ignorancia, en cuanto a la ignorancia en relación a la talidad, se dice que hace que acumulemos acciones virtuosas dentro de la existencia cíclica, pero esto siempre y cuando la otra ignorancia en relación a la ley de causa y efecto no exista, porque haría que las acciones no fueran virtuosas dentro de la existencia cíclica.

Guesela: Cuando hablamos de la ignorancia como un oscurecimiento al significado de la talidad, se refiere a la motivación [intensión] que nos lleva a actuar, por ej. tienes una motivación continua de robar y lo haces, lo que te impulsa a robar sería la ignorancia en cuanto al oscurecimiento del significado de la talidad, pero la que te lleva a robar, sería el oscurecimiento en relación a la ley de causa y efecto.



Por lo tanto, dependiendo del acto iras a un renacimiento u otro, pero hubo una ignorancia previa que te motivó a actuar y que te mantiene dentro del samsara, ya sea en un renacimiento superior o inferior. Por eso, cuando nos explican el samsara, se dice que todo lo del samsara viene de la misma fabrica que es la ignorancia como oscurecimiento que nos impide ver la talidad. A partir de esta ignorancia actúas y dependiendo de tus actos vas a un renacimiento superior o inferior dentro del samsara. En cambio, la ignorancia en relación a la ley de causa y efecto sería cuando actúas de forma negativa y como resultado obtienes un renacimiento en un reino inferior.

Estudiante: Por eso se dice que no necesariamente el tener esta ignorancia de la talidad hace que madure en buenas migraciones, sino que también puede ser en malas migraciones.

Guesela: Si, por eso la motivación continua te lleva a un acto u otro. No hay error en el texto sino que es la manera en que se expone, pero quiere decir que la motivación que te lleva a actuar de una forma u otra y la ignorancia, te motivan a actuar y dependiendo del acto vas a un lugar u otro, por ej. si te dicen que hablas muy bien ingles, no está diciendo que no hables español, porque no viene al caso. Entonces, no porque se mencione así es que están descartando la otra posibilidad, sino que lo hacen para indicar que lo que te impulsa a actuar es ese tipo de ignorancia.

## **Introducción**

Estamos estudiando Lo rig [la mente y sus conocedores] y este estudio es importante, para conocer las mentes positivas y así cultivarlas y las negativas para subyugarlas, por ej. aunque no tengamos mentes positivas como la bodichita, es importante reconocerlas y saber que podemos desarrollarlas en nuestra mente.

Este tema es muy importante, porque queremos ser felices y la raíz de la felicidad es tener una mente subyugada o bajo control. Para conseguirlo, se deben distinguir las mentes inapropiadas, que son negativas porque nos hacen daño, de las favorables que nos benefician. Si esto se tiene claro, sabremos que pensamientos generar y cuales evitar.

Aunque no podamos desarrollar las mentes virtuosas, es importante enfocar nuestra mente en esa dirección, empezando por las personas mas cercanas evitando mentirles, que es una acción negativa del habla que proviene de una motivación negativa y por lo tanto, de la mente. Entonces, si logramos subyugar la mente que tiende a mentir, no mentiremos.

Así que, si trabajamos con nuestra mente sabiendo que las acciones negativas surgen de una mente que no está subyugada, desearemos tener mas control sobre ella.

Guesela: ¿Cuales son los 6 engaños raíz?

Estudiante: la primera ignorancia, el enfado, el apego, la duda aflictiva, el orgullo y las visiones erróneas.

Guesela: Falta el orden, pero son correctos. De los 6 engaños raíz el último son las visiones erróneas [visiones afligidas] que a su vez se dividen en 5. Por eso también se pueden hablar de 10 aflicciones raíz.

Es decir, los engaños raíz se pueden dividir en 6 o en 10 si se mencionan los 6 engaños raíz, mas las visiones afligidas.

### **Las visiones afligidas (*Ita ba nyon mongs can*)**

Texto raíz

*Hay cinco visiones afligidas:*

- (1) La visión del conjunto transitorio*
- (2) La visión que se aferra a un extremo*
- (3) La concepción de una visión [incorrecta] como suprema*
- (4) La concepción de éticas y modos de conducta [incorrectos] como supremos*
- (5) La visión errónea*

Primero se va a dar una explicación general de ellas.

#### **La visión del conjunto transitorio**

La última clase se habló de la ignorancia, y se mencionaron distintos tipos de ignorancia con diferentes significados. También se describió la primera ignorancia, que es la visión de la colección transitoria, pero la ignorancia no necesariamente es primera ignorancia, ni la primera ignorancia es necesariamente la visión de la colección transitoria.

Es decir, la primera ignorancia es la visión de la colección transitoria, pero la visión de la colección transitoria no necesariamente es primera ignorancia. La visión de la colección transitoria se refiere al aferramiento a la identidad o a un “yo”.

Guesela: ¿Cómo se relaciona la primera ignorancia con la visión de la colección transitoria?

Estudiante: La primera ignorancia incluye la visión de la colección transitoria, pero la visión de la colección transitoria no incluye la primera ignorancia.

Guesela: Es correcto, y es importante que quede claro. De forma sencilla, la primera ignorancia no se encuentra en la mente de un ser Aria, sin embargo, la visión de la colección transitoria sí puede estar en la mente de un ser Aria.

Estudiante: Entonces, ¿un ser Aria no ha eliminado la visión de la colección transitoria?

Guesela: Todavía tiene en su continuo mental la visión de la colección transitoria.

Estudiante: Pero, ¿la visión de la colección transitoria no es la raíz de la existencia cíclica?

Guesela: Si.

Estudiante: Entonces, como un ser Aria todavía no es un Arahata, no lo ha eliminado del todo.

Guesela: La clave está en que, un ser Aria no tiene la primera ignorancia porque la primera ignorancia es la visión de la colección transitoria, pero la visión de la colección transitoria no es necesariamente primera ignorancia.

Un ser Aria tiene la visión de la colección transitoria pero no la primera ignorancia, porque no crea karma que arroja. Significa que el resultado del karma que arroja no tiene la causa y por tanto no tiene causa y efecto porque no tiene el primero de los 12 vínculos que es la primera ignorancia. Por lo tanto, no tiene la motivación de la ignorancia y como no está esta causa, no se da lugar a un resultado y no hay un karma que arroja.

Esta visión puede ser de dos tipos: innata o adquirida.

### **La visión que se aferra a un extremo**

Guesela: ¿A que se refiere la visión que se aferra a un extremo?

Estudiante: Se refiere a la visión eternalista o nihilista, que cree que los agregados permanecen siempre o desaparecen.

Guesela: Es correcto, pero en vez de decir “agregados” es mejor decir “yo”. Aquellos que creen que el “yo” es permanente, afirman su existencia real y los que afirman que si el “yo” no existe verdaderamente, es que no existe para nada sería el extremo del nihilismo.

Esta visión puede ser de dos tipos: adquirida o innata.

### **La concepción de una visión [incorrecta] como suprema**

Hay 5 visiones afligidas y quitando ésta, sería la visión de que las cuatro restantes son correctas o supremas. Esta visión es solamente adquirida.

## **La concepción de éticas y modos de conducta [incorrectos] como supremos**

Abarca dos cosas: por un lado creer que un ética incorrecta es adecuada y por el otro, percibir los sacrificios que son inapropiados como correctos. Hay animales que solo se pueden cruzar en una época del año debido a su karma, de la misma manera, sería una ética incorrecta pensar que solo durante un periodo del año se puede tener relaciones sexuales y el resto del año no.

También sería una practica ascética incorrecta, encenderse los dedos como ofrecimiento de luz, lavarse con determinada agua para limpiar las negatividades o ir desnudo. Son un tipo de práctica ascética porque requieren de esfuerzo y crees que te van a llevar a un resultado supremo cuando es falso.

### **La visión errónea**

Sería pensar que algo que no existe sí existe y negar la existencia de algo que existe. Esta visión aflictiva no lo tenemos porque es una visión adquirida por llevar a cabo ciertos estudios o seguir un maestro no cualificado, por ej. negar activamente o buscar razonamientos que justifiquen que la ley de causa y efecto o las cuatro nobles verdades no existen.

Esta visión es adquirida.

### **La visión del conjunto transitorio (*'jig Ita*)**

Texto raíz

*En relación a la visión del conjunto transitorio, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Cuál es la visión del conjunto transitorio?*

*RESPUESTA: Es cualquier resistencia, deseo, inteligencia, concepción [errónea]<sup>43</sup> o visión que percibe a los cinco agregados adquiridos como un yo y mío reales. Su función es la de servir como base para todas las visiones [erróneas].*

*Tal y como se ha dicho, es un tipo de conocimiento afligido que observa a los agregados adquiridos y los concibe como un yo real y a lo mío como real. ¿Por qué razón se le denomina a este punto de vista una "visión del conjunto transitorio"? Debido a que como explica El gran tratado de los estadios del camino:*

*En relación a esto, debido a que lo "transitorio" es impermanente y a que el "conjunto" es múltiple, la base de esta visión son simples fenómenos impermanentes y múltiples. Sin embargo, uno le asigna el nombre de "visión del conjunto transitorio" para indicar que no existe tal cosa como una persona "permanente y única [sin partes]".*

Es muy importante para ver que es una concepción equivocada de la realidad. Es muy útil para nuestra mente apreciar incluso su nombre, de visión de la colección transitoria que se refiere a algo que es impermanente, que tiene partes y sin embargo sobre ello se le sobreponen cualidades que no tiene, como un "yo" solido, único e independiente, que es permanente y que son cualidades opuestas a la realidad.

### **Características**

En el texto *Compendio de conocimiento* menciona cuatro características para ver sus defectos.

---

<sup>43</sup> Nota del transcriptor: La frase en corchetes ha sido añadida por el traductor.

## Resistencia

### Texto raíz

*Aquí, El compendio de conocimiento explica los sinónimos – la “resistencia” y demás [en la cita anterior]:*

*Debido a que no teme a un significado erróneo, se le llama una “**resistencia**”;*

Esta visión errónea tiene esta característica, porque esta convencida de algo totalmente falso o que no es real, pero lo mantiene por cierto. También se utiliza la palabra “paciencia” y normalmente deberíamos tenerla ante cosas adecuadas, pero esta visión tiene paciencia o tolera algo totalmente erróneo.

Se están resaltando los defectos de esta visión y es que una de sus características es que hacemos algo opuesto a lo que debemos hacer, porque se dice que no le tiene miedo a algo que es totalmente erróneo o falso, cuando deberíamos temer a todo aquello falso o erróneo y tener paciencia hacia lo correcto.

En los textos de adiestramiento mental se menciona la paciencia a la hora poner en práctica las instrucciones, que es algo que requiere esfuerzo. Pero en esto no somos pacientes, sino con cosas que no tienen que ver con la práctica espiritual como subyugar enemigos y atraer mas enemigos, en este sentido sería una paciencia errónea.

## Deseo

### Texto raíz

*Debido a que busca el objeto equivocado, se le llama “deseo”;*

Se refiere a que el objeto que se quiere lograr es algo erróneo.

## Inteligencia

### Texto raíz

*Debido a que discrimina a fondo el objeto, se le llama “**inteligencia**”;*

Se refiere a que se realiza un análisis sobre un objeto erróneo. Es una inteligencia errónea porque está enfocada en analizar y descubrir ese objeto erróneo.

## Concepción

### Texto raíz

*Debido a que se adhiere fuertemente el objeto, se le denomina una “**concepción**”;*

A nivel conceptual se aferra al objeto erróneo y se adhiere a el con fuerza.

## Visión

### Texto raíz

*Debido a que observa el objeto, se le llama “**visión.**”*

Hay visiones correctas, pero en este caso sería una visión errónea porque el objeto que se observa es erróneo y en base a ese objeto se convence de el, por eso se llama visión, por ej. sobre la base de los agregados se identifica un yo que existe verdaderamente, y a lo mejor se duda de ello, pero cuando se llega a la conclusión de que existe verdaderamente es visión. Como el objeto observado es erróneo su visión también lo es.

## **Función**

### Texto raíz

*La visión del conjunto transitorio tiene la función de servir como base para todas las visiones erróneas [negativas]<sup>44</sup>. De esta forma, [Guhyadatta en su obra] Una Expresión de la realización de las siete doncellas (Saptakumarikavadana) menciona:*

*¿Cuándo erradicaremos*

*La visión del conjunto transitorio,*

*Que es la madre de todas las visiones,*

*Y así no desearemos más los placeres de la existencia [cíclica]?*

Si se quiere salir del samsara, se tiene que eliminar esta visión de la colección transitoria, pero si se está a gusto se continua con ella. Sin embargo, sabemos por experiencia propia que no estamos totalmente felices en samsara y cuando reconocemos este sufrimiento nos decidimos a cortar con lo que nos ata, que es la visión de la colección transitoria.

## **Divisiones**

*Al dividir esta visión del conjunto transitorio, encontramos veinte tipos de visiones del conjunto transitorio:*

*(1) La visión de las formas como una identidad personal [el yo].*

*(2) La visión de que identidad personal posee formas.*

*(3) La visión de las formas como mías.*

*(4) La visión de la identidad personal como si permaneciera en las formas.*

*De manera similar, a aplicar esta división de cuatro a cada uno de los agregados restantes: sensaciones, discriminación, factores de composición y consciencia, dan como resultado veinte visiones [en total].*

*[Es decir,*

*(5) La visión de las sensaciones como una identidad personal.*

*(6) La visión de que la identidad personal posee las sensaciones.*

*(7) La visión de las sensaciones como mías.*

*(8) La visión de la identidad personal como si permaneciera en las sensaciones.*

*(9) La visión de la discriminación como una identidad personal.*

*(10) La visión de que la identidad personal posee la discriminación.*

*(11) La visión de la discriminación como mía.*

*(12) La visión de la identidad personal como si permaneciera en la discriminación.*

*(13) La visión de los factores de composición como una identidad personal.*

*(14) La visión de que la identidad personal posee a los factores de composición.*

*(15) La visión de los factores de composición como míos.*

*(16) La visión de la identidad personal como si permaneciera en los factores de composición.*

*(17) La visión de la consciencia como una identidad personal.*

*(18) La visión de que la identidad personal posee la consciencia.*

*(19) La visión de la consciencia como mía.*

*(20) La visión de la identidad personal como si permaneciera en la consciencia.]*

Estas 20 divisiones no son visiones de la colección transitoria sino visiones erróneas, pero como en lo Sutras se han mencionado como “visión de la colección transitoria” se establece esta división de acuerdo al término.

<sup>44</sup> Nota del transcriptor: frase en corchetes añadida por el traductor.

Tenemos 5 agregados y cuando se habla de la forma, no se refieren a la forma externa sino que la persona es forma. Sabemos que los 5 agregados son meramente imputados, porque en base a ellos se imputa persona. También sabemos que la forma de la persona y la vacuidad de forma son una misma naturaleza, aunque distinto término, porque están en la misma entidad y aquí lo aplicamos a la forma. En este caso, las divisiones de la forma se aplican al resto de agregados.

Esta división también aparece en el texto de *Carta a un amigo* pero utilizando otras palabras.

#### Texto raíz

*De esta forma, La carta a un amigo (en la estrofa 49) también dice:*

*Se enseña que la forma no es la identidad personal [el yo],*

*El individuo [el yo], no posee forma, ni tampoco permanece en la forma,*

*De la misma manera, la forma tampoco permanece en el individuo [en el yo].*

*Así mismo reconoce que el resto de los cuatro agregados también están vacíos.*

*Además, El suplemento al camino medio (en la estrofa 6.144-145) menciona:*

*La forma no es la identidad personal [el yo]; la identidad personal [el yo] no posee forma;*

*La identidad personal [el yo] no está en la forma, y la forma tampoco está en la identidad personal [el yo].*

*Estos cuatro modos se deben aplicar al resto de los agregados.*

*Se afirma que estas son las veinte visiones de la identidad personal [es decir, del yo].*

*El vajra que reconoce la ausencia de identidad [del yo], destruye la montaña de las visiones;*

*Todos estos picos altos en toda la cadena montañosa*

*De la visión del conjunto transitorio*

*Son destruidos junto con la [supuesta] identidad personal [de un yo].*

La sabiduría que comprende la ausencia de identidad o sabiduría *vajra* es capaz de destruir todas las visiones erróneas.

También añade el autor, que esta dando una idea general sobre la visión de la colección transitoria y que si se quiere profundizar mas sobre ello están incluida en dos: el concepto del "yo" y de lo mío.

#### Texto raíz

*Se dice que estas veinte visiones del conjunto transitorio están incluidas en dos: el concepto del yo y el concepto de lo mío. Si se desea comprenderlos a detalle, se debe estudiar el texto raíz y el auto comentario del Compendio de conocimiento así como [la obra de Tsong-kha-pa] Esclareciendo el pensamiento, una explicación del suplemento al camino medio.*

#### **La visión que se aferra a un extremo (*mthar Ita*)**

#### Texto raíz

*En relación a la visión que se aferra a un extremo, El compendio de conocimiento dice:*  
**PREGUNTA:** *¿Cuál es la visión que se aferra a un extremo?*

**RESPUESTA:** *Es cualquier resistencia, deseo, inteligencia, concepción o visión que percibe a los cinco agregados adquiridos ya sea como permanentes o como aniquilados. Tiene la función de dificultar [el sentido] de emergencia definitiva [deseo de renuncia]<sup>45</sup> a través del camino medio.*

<sup>45</sup> Nota del transcriptor: la frase entre corchetes ha sido añadida por el traductor para mas claridad.

Es cierto que se mencionan los 5 agregados, pero la mejor manera de describir esta visión, es aplicándola a un “yo” o identidad, por eso dice la siguiente parte del texto.

Texto raíz

*Tal y como se ha dicho, un tipo de conocimiento afligido que observa la identidad personal tal como es percibida por la visión del conjunto transitorio, concibiéndola como permanente o como aniquilada.*

Sabemos que el “yo” existe meramente imputado, pero podemos pensar que si no existe verdaderamente, entonces no existe y caer en el nihilismo. El otro extremo es pensar que si el “yo” va de vida en vida, tiene que ser permanente y caemos en la otra visión extrema del eternalismo.

Texto raíz

*¿Cómo es que percibe [esa identidad personal] como permanente o como aniquilada? El gran tratado de los estadios del camino dice:*

*La visión que se aferra a un extremo es un tipo de conocimiento afligido que observa la identidad personal tal como es percibida por la visión del conjunto transitorio, concibiéndola como permanente, en el sentido de inmutable, o como aniquilada, en el sentido de que en el futuro no transmigra a otra vida al concluir esta.*

*Por lo tanto, debido a que esta visión equivocada [negativa]<sup>46</sup> causa que se caiga en los extremos de permanencia y aniquilación, es el principal obstáculo para el progreso en el camino medio libre de los dos extremos.*

### **La concepción de una visión [incorrecta] como suprema (Ita ba mchog ‘dzin)**

Texto raíz

*En relación a la concepción de una visión [incorrecta] como suprema, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la concepción de una visión [incorrecta] como suprema?*

*RESPUESTA: Es cualquier resistencia, deseo, inteligencia, concepción o visión que percibe: Visiones y La parte central de estas visiones, que se refiere ver a los cinco agregados adquiridos como supremos, como el jefe, como superiores y como excelentes. Tiene la función de servir como base para adherirse fuertemente a visiones erróneas.*

Continúa el texto raíz

*Su función específica es la de servir como base para adherirse fuertemente a visiones erróneas, porque establece predisposiciones para no separarse de ellas en ésta y en las vidas futuras.*

Significa que debemos esforzarnos en cultivar visiones correctas, porque si las visiones erróneas las afirmamos como supremas, no solamente en esta vida nos perjudicamos al fortalecerlas, sino que además, estamos dejando huellas que se convierten en predisposiciones futuras para estas visiones erróneas.

### **Preguntas**

Estudiante: De las 5 visiones que hemos visto, me ha parecido entender que la primera y la segunda pueden ser adquiridas o innatas y las otras 3 adquiridas.

---

<sup>46</sup> Nota del transcriptor: frase entre corchetes añadida por el traductor.



Guesela: La visión de la colección transitoria puede ser innata o adquirida al igual que la visión que se aferra a un extremo. De acuerdo a este comentario, únicamente estas dos serían innatas o adquiridas y el resto solo serían adquiridas.

¿De las 10 aflicciones raíz cuantas serían adquiridas?. Es decir, de las 7 que quedan, quitando las que pueden ser innatas o adquiridas, ¿alguna mas podría ser adquirida?. Esto se explicó en el texto de *tierras y caminos* y sería la duda.

En conclusión, de las 10 aflicciones raíz aquellas que son solo adquiridas serían 4 y otras pueden ser adquiridas o innatas.

Estudiante: Hay 6 mentes primarias, pero se dice que la bodichita es una mente primaria, me gustaría saber ¿porque no es un factor mental?.

Guesela: ¿Porque crees que tendría que ser un factor mental?.

Estudiante: Porque está cerca de la gran compasión que es un facto mental.

Guesela: Es verdad que está muy relacionada con la compasión, pero la mente de la bodichita es una mente principal o aspecto de conciencia mental. De hecho, la definición de la mente de la bodichita la hemos visto en el texto de *Los 70 temas* donde se la describe como aquello que es un gusto, que va de acuerdo a la aspiración de llevar a cabo el camino mahayana y actúa de acuerdo a ese camino. La clave que indica que es un aspecto de conciencia mental, es que impregna al resto o lo que acompaña.

Estudiante: ¿Puede distinguirmos el “yo” de lo mío?.

Guesela: Hay una gran diferencia entre lo mío y el “yo”, porque cuando dices mío te refieres a mi mano, mi pierna, mi cosa, etc., algo sobre lo que tienes control o poder. En cambio, el “yo” sería aquel que existe verdaderamente, que es mas una concepción de identidad de un “yo”, mientras que lo mío sería lo que me pertenece o tengo en mi poder.

De hecho, la visión de la colección transitoria tiene dos aspectos: uno que se refiere al “yo” y otro a lo mío. La visión de la colección transitoria que se refiere al “yo”, es únicamente una visión de la colección transitoria que se refiere a la identidad. En cambio, la visión de la colección transitoria de lo mío, incluyen tanto a mis pertenencias como al “yo”, es decir, incluiría a las dos.

Estudiante: Entonces, ¿el yo se refiere a todos los agregados y lo mío al agregado de forma y los objetos que posee el yo?.

Guesela: No es así, estamos estudiando Lo rig en relación a una escuela filosófica en particular, pero ahora vamos a hablar desde el punto de vista de otra escuela. El “yo” en realidad es meramente imputado sobre los agregados, pero dentro de los agregados a persona se le localiza en el agregado de factores composicionales. Sin olvidar que persona es meramente imputada. La ignorancia exagera o pone algo extra teniéndola por “yo”, pero en realidad es meramente imputado. Por lo tanto, el “yo” sería la creencia de un “yo” o identidad que existe inherentemente cuando en realidad existe meramente imputado, por eso se dice que se sobrepone la cualidad de creer que hay un “yo” donde no lo hay.

A partir de esta creencia se llega a lo mío, que no solo son cosas físicas o el agregado de forma, sino también mis sensaciones, mi conciencia, mis aspectos de conciencia, mi discernimiento, etc., esto sería lo mío. Entonces, sobre la creencia de un “yo” inherente se cree que hay un mío.

Estudiante: Si en relación a la creencia de un “yo” real, viene la identificación de los agregados como mío, parece indicar que primero esta la ignorancia del “yo” y luego la de los fenómenos y normalmente había entendido que primero se daba la ignorancia de los fenómenos y sobre esa base se creaba la ignorancia de identificarse con un “yo”.

Guesela: Sobre los agregados o en el momento en que los percibimos como verdaderamente existentes se da la identificación de un “yo”, y de esa identificación aparece lo mío como mi ojo, mi nariz, mi sensación, etc.

Entonces, el orden en que surge el aferramiento a la persona y a los fenómenos es: primero se da lugar al aferramiento a los fenómenos que luego da lugar al “yo”, partiendo de la identificación de los agregados de un “yo”, identificamos lo mío.

El orden en que surge es primero el aferramiento a los fenómenos, que da lugar al aferramiento al “yo”, pero después del aferramiento al “yo” se da lugar a lo mío. Podríamos preguntarnos ¿pero lo que llamo mío son fenómenos, entonces sería el aferramiento a los fenómenos? y aquí nos metemos en problemas, porque queda claro que los agregados son aferramiento a los fenómenos y cuando te identificas con un “yo” como existiendo verdaderamente es un aferramiento al “yo” o identidad, pero no queda claro lo que es mío.

Algunos lo identifican como aferramiento a la persona y otros a los fenómenos, aunque está claro que esas cosas a las que llamo mío son fenómenos, pero ya no es la cosa a la que llamo mío sino lo mío. En este punto hay mucho debate porque algunos dicen mío de persona, otros mío de fenómeno y otros que ninguno de los dos. Pero como hay ausencia de identidad de persona y de fenómeno nos queda claro lo que son, pero cuando hablamos de lo mío hay un conflicto sobre si ese mío entraría en fenómeno o en persona, entonces, hay mucho a debatir sobre lo mío.

**25 Mayo de 2017**

## Introducción

Hoy comenzamos recitando el mantra de *om mani padme hum* por las personas afectadas por el atentado de Manchester. Espero que lo recitemos con convicción.

Podemos pensar, que a pesar de las oraciones las cosas van peor, pero la oración es nuestra herramienta para ayudar como en este caso, a las personas fallecidas por el atentado, que es una situación muy triste. Pedimos que esta situación se pacifique y que los atentados y conflictos en el mundo desaparezcan, para que las personas fallecidas tengan un buen renacimiento y las personas heridas puedan recuperarse, así como sus familiares.

Los que estáis aquí creo que tratáis de seguir las enseñanzas y ser buenos, pero no debemos darlo por hecho sino estar atentos y asegurarnos de que estamos actuando de forma correcta.

En otras ocasiones hemos explicado los periodos especiales del año como el *losar*, y la siguiente fecha importante es *sakadawa*. Durante el año hay 4 fechas importantes donde todas las acciones que se realizan se multiplican, por eso se les llaman los días de los 100.000.

En la comunidad tibetana no hace falta recordarlo, pero como no seguimos el mismo calendario, ni estamos familiarizados con estas fechas, es mejor recordar que mañana comienza el mes de *sakadawa*. Es muy importante saberlo, porque todo lo que hagamos se multiplica, por eso en el centro se han organizado actividades para ayudarnos a acumular méritos. Son actividades extra que nos brindan una oportunidad maravillosa de acumular mucha virtud. Además, es mejor hacer las prácticas en grupo porque tiene mayor poder y por lo tanto, mas méritos son los que se acumulan. Si alguien tiene la vacuidad o la mente de la bodichita acumula muchos méritos sin necesidad de estar en grupo, pero nosotros como principiantes tenemos que aprovechar la fuerza del grupo.

En este periodo los méritos se multiplican y por lo tanto, obtenemos mayor beneficio, pero las negatividades también se multiplican, así que debemos cuidarnos de no cometerlas como por ej. evitar mentir porque sería como mentir miles de veces.

En resumen, el objetivo de nuestra vida es crear acciones virtuosas, por eso debemos esforzarnos por acumular virtud y evitar caer en negatividades siendo muy escrupulosos, especialmente durante este mes. Si lo hacemos, el beneficio que obtenemos es enorme.

Tener en cuenta, que el día 9 de junio [día 15 en el calendario tibetano], es el día principal de *sakadawa* porque se celebra el nacimiento, iluminación y el paso mas allá del nirvana del Buda.

## Repaso de la clase anterior

Estamos viendo las visiones afligidas. La visión de la colección transitoria y la que se aferra a un extremo están todavía en nosotros, pero al menos, el resto de visiones no las tenemos. Pero en vidas anteriores las hemos tenido todas y han dejado una huella,

por eso debemos hacer prácticas de purificación. Hemos visto que hay visiones innatas y adquiridas.

Las visiones innatas son:

- La visión de la colección transitoria y
- la visión que se aferra a un extremo.

Las visiones adquiridas son:

- La concepción de una visión [incorrecta] como suprema.
- La concepción de éticas y modos de conducta [incorrectos] como supremos.
- La visión errónea.

Por otro lado, debemos regocijarnos de que en esta vida, no tengamos las condiciones para que estas visiones afligidas adquiridas se manifiesten, pero para que en las próximas vidas no aparezcan de nuevo, estudiamos este tema que nos ayuda a reconocerlas, a verlas como negativas y a purificarlas. Además de esto, debemos hacer oraciones para que en el futuro no surjan de nuevo.

Esto se comenta para que nos demos cuenta del beneficio de estudiarlas y no pensar que como no las tenemos, no es necesario estudiarlas.

Estas visiones afligidas surgen en la mente de los seres y no en las piedras, etc. Las estudiamos para reconocerlas, y pedir en nuestras oraciones que ojalá se eliminen rápidamente de la mente de los seres invadidas por estas visiones afligidas. También, para conocer sus defectos y desear que en el futuro no las tengamos, de esta forma estamos creando virtud.

Esto se explica, porque es fácil comprender porque estudiamos el apego, el enfado, etc., ya que es obvio el daño que nos hace, pero como estas visiones no las tenemos, no vemos la necesidad de estudiarlas.

### **Continuamos con el comentario**

Nos quedamos en la visión afligida de percibir una ética y conducta incorrecta como suprema.

### **La concepción de éticas y modos de conducta [incorrectos] como supremos (*tshul khrims dang brtul zhugs mchog 'dzin*)**

Texto raíz

*En relación a la concepción de éticas y modos de conducta [incorrectos] como supremos, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la concepción de éticas y modos de conducta [incorrectos] como supremos?*

*RESPUESTA: Es cualquier resistencia, deseo, inteligencia, concepción o visión que percibe:*

- A éticas y modos de conducta [incorrectos] y
- La parte central de éticas y modos de conducta [incorrectos], que es, considerar que los agregados adquiridos purifican, liberan y sacan. Tiene la función de servir como base para una fatiga inútil.

Esta formado por dos partes: tener una ética incorrecta, y ver un modo incorrecto de comportarse como correcto. Las características de resistencia, deseo, inteligencia, concepción y visión son iguales al resto de visiones, por eso no se comentan.

## **Función**

Texto raíz

*Resulta sencillo comprender que su función es la de [servir como base para] una fatiga inútil.*

Ya que este comportamiento va a dar lugar a un resultado, que no es el que estábamos buscando al mantener una ética y conducta incorrecta.

Es una conducta ética incorrecta suprema por ej. pensar que los seres humanos deben tener relaciones sexuales, solo en una época del año al igual que los animales. También pensar, que gracias a una práctica ascética como lanzarse al fuego, donde dañás tus agregados, alcanzas la liberación.

Texto raíz

*Aquí, El gran tratado de los estadios del camino menciona:*

*La concepción de éticas y modos de conducta [incorrectos] como supremos es un tipo de conocimiento afligido que observa:*

- *Éticas [incorrectas] que [supuestamente] abandonan un mal comportamiento,*
- *Modos de conducta [incorrectos] que prescriben forma de vestirse, comportamiento, actividades físicas y verbales y*
- *A los agregados del espectador en dependencia de los cuales surgen estos dos: [éticas y modos de conducta incorrectos], concibiéndolos como si purificaran las acciones negativas, liberan de las aflicciones y conducieran fuera de la existencia cíclica.*

Vasubandhu dice: “Dejarse llevar por una visión que no te lleva a tu objetivo, seguir un camino erróneo que no te lleva a tu objetivo y plantearse dudas que impiden conseguir tu objetivo, son 3 aspectos que nos hacen mucho daño”.

Lo que nos impide conseguir nuestro objetivo es la visión de la colección transitoria adquirida. El camino equivocado que no nos lleva al destino que buscamos, sería la conductas y éticas incorrectas que vemos como supremas y plantearnos una duda aflictiva sobre el camino correcto.

## **La visión errónea (log Ita)**

Texto raíz

*En relación a la visión errónea, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es una visión errónea?*

*RESPUESTA: Es cualquier resistencia, deseo, inteligencia, concepción o visión que niegue [rechaza]<sup>47</sup>la causa y efecto, o la funcionalidad y conciba erróneamente fenómenos existentes que se desintegran.*

Esta visión consiste en rechazar o negar la ley de causa y efecto, etc. En otras palabras, sería negar lo que existe como no existente, y lo que no existe afirmarlo como existente.

---

<sup>47</sup> Nota del transcriptor: frase en corchetes añadida por el traductor.

Sería cualquier tipo de visión y no solo la que niega la ley de causa y efecto, como la sobreimposición y la que niega o rechaza.

## Función

*Tiene la función de cortar las raíces de virtud, manteniendo una fuerte adherencia a la no-virtud, y actuando como base para involucrarse en la no-virtud y para no involucrarse en la virtud.*

Continúa el texto raíz

*Tal y como se acaba de mencionar, es un tipo de conocimiento afligido que ve como inexistentes a la causa y efecto de las acciones, a las vidas pasadas y futuras, etc.*

*El gran tratado de los estadios del camino dice:*

*La visión errónea es un tipo de conocimiento afligido que:*

- *Declara que: “No existen las vidas pasadas ni las futuras, ni tampoco las acciones y sus resultados, etc.” y*
- *Sostiene [la creencia] de que Ishvara [un dios], es la naturaleza primordial y la causa [creadora] de los seres migratorios.*

## Divisiones

Texto raíz

*Al dividir las visiones erróneas, encontramos cuatro:*

- (1) La visión errónea que niega las causas,*
- (2) La visión errónea que niega los resultados,*
- (3) La visión errónea que niega la funcionalidad, y*
- (4) La visión errónea que niega los fenómenos existentes.*

**La visión errónea que niega la causa:** Sería negar que las experiencias agradables y desagradables tienen como causa las acciones virtuosas y negativas del pasado.

Texto raíz

*La visión errónea que niega las causas es la visión de que no existen el comportamiento correcto o incorrecto.*

**La visión errónea que niega el resultado:** Sería negar que las acciones que se realizan producen consecuencias.

Texto raíz

*La visión errónea que niega los resultados es la visión de que no existen los resultados o los frutos de las acciones virtuosas o no virtuosas.*

**La visión errónea que niega la funcionalidad:** Sería negar que vinimos de nuestros padres, negar las vidas pasadas, las vidas futuras, etc.

**La visión errónea que niega los fenómenos existentes:** Sería negar que existen los Arahats, etc.

Texto raíz

*Si bien, a nivel general existen muchas visiones erróneas, se dice que de entre todas ellas, las peores son las visiones que niegan las acciones y sus resultados, vidas pasadas y futuras [renacimientos] y demás, debido a que cortan con todas las raíces de virtud.*

Negar la ley de causa y efecto es una de las peores visiones erróneas, porque es la que más daño nos hace y generar una fuerte convicción en la ley de causa y efecto, se le llama la visión correcta mundana.

Por eso, debemos generar mucha compasión hacia las personas que niegan rotundamente la ley de causa y efecto, hacer oraciones para que sus mentes se purifiquen y se eliminen estas visiones erróneas así como sus huellas, para que en el futuro no las vuelvan a tener.

### [Un análisis del conjunto de las visiones afligidas]

*Además, al abreviar los cinco tipos de visiones, todas se pueden incluir en dos:*

- (1) *Las visiones que sobre imponen.*
- (2) *Las visiones que niegan.*

En cuanto a como se relacionan las visiones erróneas que sobre imponen, de las que niegan, las visiones que sobre imponen son aquellas que afirman la existencia de algo que no existe, como la visión afligida del conjunto transitorio, porque la realidad es que el yo no existe verdaderamente. Las visiones que niegan, sería negar la existencia de algo que existe como la visión errónea que niega la ley de causa y efecto.

Por lo tanto, si niega activamente la ley de causa y efecto, sería una visión que niega y si se afirma que la ley de causa y efecto existe verdaderamente sería una visión que sobre impone.

Estudiante: Entonces, se podría decir que la primera, la segunda y la tercera visión afligida sobre impone y la última niega?.

Guesela: Las tres primeras visiones afligidas solo sobre imponen, la quinta visión afligida que es la visión errónea sería ambas, es decir, sobre impone y niega. La cuarta visión afligida de concebir una ética y conducta incorrecta como suprema sería una visión que sobre impone porque cree que determinada conducta es ética cuando no lo es.

Texto raíz

*Al dividir a las cinco, encontramos divisiones infinitas: las veinte visiones del conjunto transitorio, las sesenta y dos visiones incorrectas [erróneas]<sup>48</sup>, las catorce visiones no especificadas, etc. Las sesenta y dos visiones incorrectas se muestran en El sutra de la red de Brahma (Brahmajalasastra). Por temor a no extenderme demasiado, no mencionaré a detalle la explicación individual de todas éstas.*

Las sesenta y dos visiones erróneas no las veremos, surgen de acuerdo a la visión Madhyamika y están en el 4º capítulo del texto *Ornamento a la realización clara*.

En cuanto a las 14 visiones no especificadas, en tibetano se dice que son neutras en referencia a que el Buda no las mencionó como virtuosas o no virtuosas. Es correcto llamarlas “no especificadas”, porque se refiere a la pregunta que le hicieron al Buda relacionadas con afirmar la existencia de un yo y que no contestó, no porque no supiera la respuesta, sino porque los que preguntaban eran recipientes inapropiados para recibirla. Eran recipientes inapropiados porque si el Buda afirmaba que el yo existía, se aumentaría su arrogancia y si decía que el yo no existe, podían generar una visión nihilista o eternalista. Con la finalidad de que no cayeran en un extremo u otro, no contestó a estas preguntas.

En realidad, estas visiones no especificadas son no virtuosas, pero no fueron aclaradas por el Buda porque no era recipientes apropiados los que las formularon.

*Las catorce visiones no especificadas son:*

- (1-4) *Las cuatro visiones que se basan en el límite del pasado,*
- (5-8) *Las cuatro visiones que se basan en el límite del futuro,*

---

<sup>48</sup> Nota del transcriptor: frase entre corchetes añadida por el traductor.

*(9-12) Las cuatro que se basan en el nirvana, y*

*(13-14) Las dos visiones que se basan en el cuerpo y la fuerza vital.*

*(1-4) Las cuatro visiones que se basan en el límite del pasado son visiones de que tanto la identidad personal [el yo] como el mundo son: permanentes, impermanentes, ambos o ninguno.*

*(5-8) Las cuatro visiones que se basan en el límite del futuro son visiones de que tanto la identidad personal [el yo] como el mundo: tienen un límite, no tienen límite, ambos o ninguno.*

*(9-12) Las cuatro que se basan en el nirvana son visiones de que un tathagata surgirá después de morir, no surgirá, [hará] ambas cosas o ninguna.*

*El Buda en otras ocasiones ha respondido estas preguntas, la respuesta es que surgirá después de dejar ese cuerpo.*

*(13-14) Las dos visiones que se basan en el cuerpo y la fuerza vital son visiones de que el cuerpo y la fuerza vital son o una substancia unitaria o una substancia diferente.*

*Estas visiones son afirmadas por los Samkhyas (Enumeradores), Charvakas (Hedonistas), Nirgranthas (Los desnudos), y los Vatsiputriyas (una sub-escuela de los Particularistas). Aquí solamente he mencionado los nombres de estas visiones. Si deseas comprender su identidad individual a detalle así como la forma en la que surgen, entonces debes de consultar los sutras preciados y los textos acerca del camino medio que explican su intención.*

Los que formulan estas preguntas al Buda pertenecen a subescuelas de la Vaibásica, que afirman que el yo existe sustancialmente autosuficiente, por eso no eran personas adecuadas para su respuesta, pero debemos distinguirla de la exposición de la escuela Vaibásica.



### **Recitación del mantra de Chenrezig**

Durante este periodo de *sakadawa* comenzaremos las clases recitando el mantra de *om mani peme hum*. La recitación de este mantra hace que nuestra mente se encuentra mejor cuando estemos tristes y que la bondad que existe en nosotros aumente. Hay mantras que incrementan la sabiduría, que elimina los obstáculos, que dan mas poder etc., pero este mantra nos ayuda a generar un buen corazón y a que este aumente, especialmente en este momento en que todo lo que hacemos se multiplica 100.000 veces.

### **Los engaños son el origen de nuestros problemas**

Estamos viendo las 20 aflicciones secundarias. Hay dos grupos de aflicciones: por un lado, las aflicciones raíz y por el otro, las aflicciones secundarias. ¿Que son los engaños? es una mente descontrolada, infeliz, que no está en paz y el estudio nos ayuda a identificarlos para trabajar con ellos.

La finalidad es controlar nuestra mente para tener serenidad y este estudio nos ayuda a cuestionarnos sobre el origen de las situaciones indeseadas. La respuesta es que los engaños son el origen de nuestros problemas.

Los engaños nos hacen infelices y alguna vez nos habremos preguntado ¿porque algunas personas causan tanto daño? se debe a que su mente está dominada por las emociones aflictivas, por ej. si alguien nos dice algo desagradable surge en nosotros una sensación insoportable que nos agita, esto es signo de la presencia de los engaños.

Si lo pensamos bien, las emociones negativas son las que dominan nuestra mente y alteran nuestra percepción de la realidad, incluso pueden hacernos ver que alguien nos mira mal cuando ni nos estaba mirando y a partir de esto creamos una historia. Por eso, mas que ver los errores de los demás, es mejor mirar nuestros propios errores.

En realidad, a pesar de querer ser felices todo el malestar que experimentamos se debe a las emociones negativas, por eso, para conseguir la felicidad debemos conocerlas, para reconocer cómo nos dañan y así llegará el momento en que las eliminemos por completo. Cuando eliminemos las emociones negativas alcanzaremos la felicidad que buscamos.

Si queremos ser felices en esta vida, la forma de conseguirlo es teniendo convicción en la ley de causa y efecto, y así sabremos que lo que experimentamos es resultado de las acciones que realizamos en vidas anteriores, por eso a veces estamos bien y otras mal.

Si cultivamos este pensamiento, ante cualquier problema no culparemos a los demás, sino que sabremos que la persona que nos daña es solo la condición para que la acción negativa que acumulamos ahora madure. Esta es una actitud distinta ante los problemas, mas serena y práctica.

Lo mejor es pensar, que si mi problema tiene solución no tengo porque preocuparme y si no se puede resolver, también está bien porque estamos eliminando una carga de negatividad que llevábamos a costas. Pensar así elimina la angustia mental y el sentirnos hundidos aumentando con ello la gravedad del problema. Además, nos decidimos a cambiar nuestro mal comportamiento para no volver a experimentar las mismas situaciones en el futuro.

Para que esta manera de pensar surja en nuestra mente, hace falta tener convicción en la ley de causa y efecto gracias al estudio.

Hay que aprovechar que estamos viviendo una época de investigación, para analizar la ley de causa y efecto. Al hacerlo, notaremos que nuestra mente se abre y tendremos mas herramientas para dirigir bien nuestra mente ante las situación desagradables.

Es muy importante, que esta forma de pensar venga de nosotros mismos porque si alguien nos da consejos, puede que de forma inmediata nos tranquilice pero mas adelante volverán a surgir los pensamientos dañinos. Para que desarrollemos firmeza, es importante que el consejo sea interno, del mismo modo que si alguien está enfermo busca la ayuda de un médico en vez de generar agobio.

El siguiente ejemplo lo clarifica: supongamos que alguien está enfermo, y a pesar de llevar un tiempo tomando medicamentos no se cura, los tibetanos dicen que en estos casos preocuparnos solo agrava la enfermedad, es mejor pensar que en esta vida nos ha tocado enfrentar enfermedades por culpa de nuestras acciones del pasado y por lo tanto, menos acciones negativas llevamos a cuesta. De esta forma nuestra mente está relajada y lo acepta rápidamente.

Otro ejemplo sería, que en fallas las falleras llevan vestidos, adornos sobre sus cabeza, pendientes, etc., que pesan. Además, pasan muchas horas caminando, incluso sin comer bien. Sin embargo, todo esto lo hacen sonriendo, pero si el mismo peso se lo pusieran en una mochila durante todo un día y sin comer se quejarían. De la misma forma, aunque pesen mucho nuestros problemas, debemos llevarlos felices porque el sufrimiento se lleva diferente de acuerdo a nuestra actitud.

Por lo tanto, no hay que meditar en el problema porque lo empeoramos y no nos ayuda. Es mejor tener una mejor actitud de pensar que si hay una forma de resolverlo esta bien y si no se puede resolver pensar que es consecuencia de nuestros actos.

### **Continuamos con el comentario**

#### **Las veinte aflicciones secundarias (*nye nyon*)**

En tibetano literalmente significa “engaños cercanos”, en referencia a que las aflicciones secundarias son familiares cercanos de los engaños raíz.

Texto raíz

*Las veinte aflicciones secundarias son:*

- (1) *Beligerancia*
- (2) *Resentimiento*
- (3) *Encubrimiento*
- (4) *Rencor*
- (5) *Envidia*
- (6) *Avaricia*
- (7) *Engaño*
- (8) *Disimulo*
- (9) *Arrogancia*
- (10) *Malevolencia*
- (11) *Desvergüenza*
- (12) *Desconsideración*
- (13) *Letargo*
- (14) *Excitación*
- (15) *Falta de fe*
- (16) *Pereza*
- (17) *Falta de escrupulosidad*

(18) Olvido

(19) Ausencia de introspección

(20) Distracción

### **Beligerancia (khro ba)**

#### Texto raíz

*En relación a la beligerancia, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la beligerancia?*

*RESPUESTA: Se trata de una malicia [que se presenta] cuando la causa del daño se encuentra cerca. **Está involucrada con el enfado.** Tiene la función de servir de base para portar armas, castigar y demás, así como para prepararse para herir a otros.*

Significa planificar como dañar a otros.

#### Texto raíz

*Tal y como se ha dicho, es un tipo de malicia que desea dañar, por medio de golpes y demás, cuando están presentes alguna de las nueve bases de intención de dañar. Las nueve bases de malicia son:*

*(1-3) Los pensamientos de que esa persona me ha hecho daño, que me está haciendo daño y que me hará daño;*

*(4-6) Los pensamientos de que esa persona le ha hecho daño a mi amigo, que le está haciendo daño a mi amigo y que le hará daño a mi amigo;*

*(7-9) Los pensamientos de que esa persona ha ayudado a mi enemigo, que está ayudando a mi enemigo y que ayudará a mi enemigo.*

Cuando pensamos en estos tres grupos en relación al presente, pasado y futuro, son pensamientos que justifican el enfado.

#### Texto raíz

*[Un análisis del par: enfado y beligerancia]*

*DILEMA: Como el enfado acontece en el contexto de las aflicciones raíces y la beligerancia en el contexto de las aflicciones secundarias, ¿cuál sería la diferencia entre enfado y beligerancia?*

*RESPUESTA: Quizás el enfado es un estado mental intolerante y malicioso, que surge cuando los tres objetos aparecen como objetos de observación. Mientras que la beligerancia es un estado mental extremadamente perturbado [enfado intenso]<sup>49</sup> que, con un enfado muy intenso, desea golpear físicamente a su causa de enfado en caso de que se encuentre cerca.*

Guesela: Se han menciona los tres objetos, ¿cuales son?.

Estudiante: Los que me hacen daño a mi, a mis amigos o seres queridos y a mis enemigos, en los tres tiempos.

Guesela: ¿Estos son los únicos objetos de enfado?.

Estudiante: Los objetos de enfado son infinitos, pero podemos encuadrarlos en estos tres.

Guesela: Es correcto, si queremos hablar de los tres objetos de enfado serían: el yo, los amigos y los enemigos. Pero en realidad, cualquiera puede convertirse en objeto de enfado como nuestra propia mano.

#### Texto raíz

*[Asanga en su obra] Compendio de conocimiento se refiere a estos como:*

*En el contexto del enfado, su explicación sería: “Una malicia hacia tres fenómenos”, y*

<sup>49</sup> Nota del transcriptor: texto añadido por el traductor.

*En el contexto de la beligerancia, su explicación sería: “Cuando la causa del daño se encuentra cerca” y “portar armas, etc.”*

Significa que la principal distinción entre el enfado y la beligerancia, es que en la beligerancia hay cercanía con nuestra causa de daño y se planifica el daño.

Texto raíz

*[Vasubandhu en su obra] Una explicación de los cinco agregados dice:*

- *El contexto del enfado es: “Una malicia hacia los seres”, y*
- *El contexto de explicar la aflicción secundaria de la beligerancia sería: “Causar un daño inmediato”.*

*Por lo tanto, habiendo visto la exposición que hacen en sus obras Asanga y su hermano [Vasubandhu], quizás uno se pregunte si acontecen tal y como se explican anteriormente. Sin embargo, debido a que es algo difícil de comprender, los inteligentes deben analizar los detalles de todo esto más adelante. Lo que se debe de comprender es que el enfado actúa como base para dañar a otros.*

Significa, que aunque es un tema a analizar, se puede decir que el enfado es una mente maliciosa, pero la beligerancia lleva una planificación previa hacia el objeto de su enfado porque lo tiene mas cerca. El enfado no solo actúa como base para dañar a otros, sino la condición que potencia el querer dañarles.

### **Resentimiento (*khon du 'dzin pa*)**

Esta emoción aflictiva nos hace mucho daño y es absurda porque perdemos mucho tiempo de nuestra vida recordando lo que nos hicieron y lo que haríamos a alguien. Esto lo guardamos en nuestra mente y aunque la situación ya ha pasado no podemos soltarlo, por eso nuestra mente piensa continuamente en el daño causado. Incluso podemos recordarlo en el momento de nuestra muerte. Por eso, cuando surja esta emoción aflictiva en nuestra mente, debemos quitarla rápidamente recordando el daño que nos hace.

Texto raíz

*En relación al resentimiento, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el resentimiento?*

*RESPUESTA: Es rehusarse a soltar los pensamientos de hacer daño, siguiendo [a la beligerancia] y **estando presente el enfado**. Tiene la función de servir de base para la intolerancia.*

*Como se ha mencionado, es un estado mental que, rehusándose a soltar ese sentimiento de enfado continuo, desea dañar o tomar represarías. Tiene la función de servir de base para la impaciencia.*

*En relación a estos dos factores mentales, La guirnalda preciosa (estrofa 5.3ab) explica lo siguiente:*

*La beligerancia es una perturbación mental;*

*Detrás de ella se encuentra el resentimiento marcándola.*

El resentimiento altera nuestra mente y además, no quiere soltar el sentimiento de enfado, deseando dañar.

### **Encubrimiento (*'chab pa*)**

Texto raíz

*En relación al encubrimiento, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el encubrimiento?*

*RESPUESTA: Es un encubrimiento de acciones negativas cuando uno es acusado de manera justa, y está relacionado con la **ignorancia**.*

Se refiere a que cometemos un error pero no somos capaces de aceptarlo, sino que hacemos todo lo posible por esconderlo.

Texto raíz

*Tiene la función de servir como una base para no entrar en contacto con el arrepentimiento.*

Guesela: El encubrimiento ¿de quien es pariente cercano?.

Estudiante: de la ignorancia.

Guesela: Es correcto y ¿Cuántos parientes cercanos hemos mencionado?.

Estudiante: 2.

Guesela: Es correcto.

Texto raíz

*Tal y como se ha dicho, es un tipo de consciencia que debido al poder de la ignorancia, pretende esconder una falta cuando otra persona, tal como un guía espiritual, señala dicha falta. Debido a que se rehúsa a aceptar los errores propios, al ocultarlos crea la causa para que inclusive pequeñas faltas aumenten de manera considerable. Actúa como causa para no entrar en contacto ni con el arrepentimiento [de las propias faltas] ni con la felicidad. Y tiene la función de impulsarnos hacia renacimientos inferiores en las vidas futuras.*

Nos dejan muy claro lo que durante las enseñanzas se menciona, de que ocultar nuestras faltas es una negatividad muy grave porque las incrementa considerablemente y nos llevan a los reinos inferiores en las vidas futuras, pero nosotros somos como los gatos que cuando hacen sus cosas lo ocultan con arena. De la misma manera, cuando cometemos alguna falta, hacemos lo posible porque nadie se entere, pero la mejor actitud es reconocerlo para arrepentirnos. Actuar así es maravilloso porque nos ayuda a generar arrepentimiento y disminuir la negatividad.

Ojalá no se nos olvide que por encubrir nuestros errores, aumentamos la negatividad aunque sea pequeña y así no desearemos encubrir nuestros errores.

### **Rencor ('tshig pa)**

*En relación al rencor, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el rencor?.*

*RESPUESTA: Se trata de una malicia en la que la beligerancia y el resentimiento son predecesores, y que involucra con el **enfado**. Su función es la de actuar como base para decir palabras crueles, aumentar las acciones no meritorias y no entrar en contacto [con la felicidad].*

El problema del rencor es que es la condición para decir palabras crueles o hirientes, y sirve de base para que las acciones sin méritos aumenten.

Texto raíz

*Tal y como se ha dicho, es un tipo de consciencia que, por ejemplo, carente de arrepentimiento y reconocimiento [admitir] cuando otros señalan algún error, desea decir palabras crueles motivadas por pensamientos de odio debido a la fuerza de la beligerancia y el resentimiento.*

Hay una canción tibetana que dice: yo llevo mi propia cartera con mi propio dinero para compararme la cerveza, es mi dinero y me lo gasto en lo que quiera, para que vienen estos a decirme como tengo que gastarlo. Esto hace el rencor, que cuando alguien nos dice algo por

nuestro bien no lo vemos así, sino que pensamos que no les importa y para defendernos decimos palabras hirientes.

Texto raíz

*En relación a esto, Una explicación de los cinco agregados dice:*

*...dañar con palabras duras.*

Continúa el texto raíz

*Al explicarlo como una negativa a soltar debido a que se adhiere a las malas acciones, La guirnalda preciosa (5.3d) dice:*

*El rencor se adhiere a las acciones negativas.*

*Sin embargo, [Vasubandhu en su obra] Una explicación del 'Tesoro de conocimiento' (Abhidharmakosabhashya) [es decir, un auto comentario al Tesoro de conocimiento], explica que el rencor es un fuerte mantenedor de acciones negativas, y que surge por sostener la concepción de una visión [incorrecta] como suprema. Debido a esto, uno se involucra en diversas acciones negativas, tales como insultos, y al crear muchas malas acciones, uno no estará en contacto con la felicidad en esta vida, además de que producirá resultados desagradables en vidas futuras.*

## Introducción

Mañana es el día mas importante de sakadawa y es mi responsabilidad deciros que debéis ser muy escrupulosos en no cometer negatividades y tener mucho entusiasmo en acumular virtud. Por eso os aconsejo que no utilicéis la escoba para evitar matar algún animal. Por otro lado, tratar de hacer el mayor número de acciones virtuosas, con esta finalidad mañana hay un programa especial de actividades en el centro. El que lo hagáis o no depende de vosotros.

Para aquellas personas que puedan venir, os recuerdo que se van a dar los 8 preceptos mahayana para que los podáis seguir tomando en casa y es bueno tratar de tomarlos.

También, os daré la transmisión oral del texto de *Alabanza a la originación dependiente* de Lama Tsong Khapa. Esta alabanza es muy importante porque se alaba al Buda.

Tratar de tener en cuenta estas palabras y de ser cuidadosos con vuestro comportamiento porque estamos en sakadawa, especialmente mañana para asegurarnos que nuestra conducta sea correcta.

## Continuamos con el comentario

Texto raíz

### Envidia (*phrag dog*)

*En relación a la envidia, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la envidia?*

*RESPUESTA: Es una profunda perturbación de la mente, que supone una incapacidad de soportar los maravillosos atributos de otros, debido a estar excesivamente apegado a la ganancia y al honor [propio]. Tiene la función de [causar] infelicidad mental y de no permanecer en contacto [con la felicidad].*

Está relacionada con la emoción negativa del **enfado**. La compasión y el apego suavizan la mente, en cambio el enfado la endurece. Por eso la envidia está relacionada con el enfado, en el sentido de que le es insoportable ver las maravillosas cualidades que otros tienen.

Entre mas nos familiarizamos con esta emoción negativa, mas dura se hace nuestra mente, por eso es importante cortar con ella poco a poco. En el momento en que empieza a surgir, cuando otra persona hace las cosas mejor que nosotros, utilizamos la lógica para darnos cuenta que si nos dejamos llevar por la envidia se perjudica nuestra mente, en cambio, si nos alegramos por las cosas buenas que hacen los demás o sus cualidades, salimos beneficiados.

La envidia funciona así: cuando vemos que a alguien le salen bien las cosas, tiene mejores condiciones o tiene cosas que nosotros queremos conseguir, no podemos alegrarnos sino que surge la envidia.

Texto raíz

*Tal y como se ha dicho, es una profunda perturbación de la mente que es incapaz de soportar la fortuna de otros debido a estar apegado a la ganancia y al honor. Produce serias*

*[consecuencias] indeseables tanto en este como en otros mundos [vidas futuras]; en esta vida habrá infelicidad mental, y en las vidas futuras nos impulsará a renacimientos desafortunados.*

### **Avaricia (ser sna)**

*En relación a la avaricia, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la avaricia?*

*RESPUESTA: Es un fuerte aferramiento mental hacia las posesiones debido a un apego excesivo a la ganancia y al honor, está involucrado con el **apego**. Tiene la función de servir como base para la ausencia de disminución de posesiones.*

Es la base para la carencia, por eso debemos tener cuidado con esta emoción negativa.

#### Texto raíz

*Como ya se mencionó, es un aferramiento intenso que es incapaz de soltar las posesiones debido al poder del apego hacia la ganancia y hacia el honor. Produce serias [consecuencias] tanto en esta vida como en vidas futuras.*

*El Sutra de la luz de luna (Chandrapadipasutra) dice:*

*Tanto este cuerpo, que está experimentando la putrefacción, Así como la fuerza vital, fluctúan sin ayuda alguna.*

*Los seres infantiles se apegan a*

*Las ilusiones que son como sueños,*

*Cometiendo de esta forma acciones extremadamente dañinas.*

*Proviene bajo el poder de las malas acciones.*

*Aquellos sin sabiduría parten montados sobre el señor de la muerte,*

*Y se dirigen hacia los reinos infernales con una mente insoportable.*

Conclusión, la avaricia solo nos trae mucho malestar.

#### Texto raíz

*De la misma forma, [Jnanagarbha en su obra] Dharanis que alcanzan puertas infinitas (Anantamikhanirharadharinivyakhyanakarika) menciona:*

*Los seres que se involucran en una pelea*

*Se aferran con fuerza a la base de dicha pelea.*

*De esta forman, si abandonaran aquello a lo que se están aferrando,*

*[Y si también] abandonaran dicho aferramiento, obtendrían una dharani.*

Los Dharani están en el contexto de los Sutras, son como Sutras. En este contexto se refiere a obtener logros o alcanzar nuestros objetivos gracias a abandonar el aferramiento. En realidad, en la filosofía budistas nos hablan de las vidas futuras, por eso nos dicen que si abandonamos el aferramiento obtendríamos logros, el bienestar o la meta que buscamos.

Han puesto primero el engaño y luego el disimulo y se ponen juntos por una razón que ahora la veremos.

### **Engaño (sgyu)**

*En relación al engaño, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el engaño?*

*RESPUESTA: Es una exhibición de cualidades que no son propias debido a un exceso de apego hacia la ganancia y el honor, está involucrado con el **apego y con la ignorancia**. Tiene la función de servir de base para una forma incorrecta de obtener el sustento.*

Hablamos de modos de vida incorrectos o modos incorrectos de conseguir cosas. El engaño tiene la función de servir de base para conseguir cosas de forma incorrecta.



### Texto raíz

*Tal y como se ha dicho, es exhibir buenas cualidades que uno no posee, debido a un apego excesivo hacia la ganancia y el honor, como simular que se tiene una mente disciplinada y apacible con la idea de engañar a otros, cuando nuestra mente está lejos de ser apacible.*

Sería un ejemplo de engaño pretender que se sabe algo cuando no se sabe, o que se tiene logros cuando no es así, con la finalidad de atraer a las personas, recibir reconocimiento o regalos. También, pretender tener disciplina cuando nuestra mente está lejos de tener esa cualidad, por ej. un monje *Gelong* (monje completamente ordenado) que consigue alcanzar el estado de un Arahat y luego lo dice a los demás, rompe con uno de sus votos principales, por eso se dice que cualquier cualidad que hayas logrado se debe esconder y no mostrarla a los demás.

En el texto de Atisha de adiestramiento mental *La guirnalda preciosa*, se dice que nuestras cualidades debemos esconderlas y las cualidades de los demás mostrarlas, así como evitar hablar de sus defectos y mostrar los nuestros.

### Texto raíz

En este sentido, *Una explicación de los cinco agregados* menciona:

*...exhibir algo irreal para engañar a los demás.*

*El gran tratado de los estadios del camino lo explica de manera similar. El engaño actúa como base para una forma incorrecta de obtener el sustento, porque es un método que aparte de llevar a actuar de una forma incorrecta para obtener el sustento, una actitud pretenciosa hacia los demás no vale nada, es inútil.*

Sería como menospreciar a los demás, como por ej. una persona que se pone en postura de meditación, cierra los ojos y por fuera parece que hace algo virtuoso, si de verdad lo está haciendo de corazón es maravilloso, pero si solo es una apariencia no sería virtuoso sino que está queriendo engañar a los demás con esa actitud.

### Texto raíz

*Existen cinco tipos de formas incorrectas de obtener el sustento:*

- (1) Pretensión
- (2) Adulación
- (3) Indirectas
- (4) Extorsión
- (5) Buscar ganancia de la ganancia

### **Pretensión**

*La pretensión es, como se explicó, una farsa externa hacia los demás, que pretende mostrar buenas cualidades cuando no se tienen.*

Se realiza con el objetivo de obtener reconocimiento o ganancia.

Guesela: ¿Porqué sale el tema de los 5 modos incorrectos de ganar cosas?.

Estudiante: Se mencionaba en el tema de ofrecimientos.

Guesela: Es correcto, pero cual es el objetivo de explicar estos 5 modos, por ej. la adulación es decir palabras bonitas a los demás y no necesariamente es negativo.

Estudiante: Hay que evitar implicarnos en ellas porque estaríamos engañando a los demás, queriendo conseguir algo personal como ganancia o reconocimiento a través del engaño.

Guesela: ¿Cuales son las sustancias de ofrecimiento inapropiadas para ofrecer?.

Estudiante: Hay dos tipos, tener una mala motivación y obtenerlos mediante alguno de los modos erróneos de obtener cosas.

Guesela: Es correcto, hablamos de objetos adquiridos por medio de estos modos o conductas incorrectas de obtener algo, que sería un objeto inapropiado para ser ofrecido.

Guesela: Esto se explica para que estemos atentos a nuestra motivación, porque utilizar palabras agradables hacia los demás es correcto, pero si la motivación que se tiene es de obtener reconocimiento, que nos alaben o den algo a cambio, lo convierte en una acción incorrecta por la motivación.

De hecho, en el budismo nos incitan a ser amables con los demás, a través de nuestro cuerpo, palabra y pensamientos. El problema es cuando se hace con la motivación de sacar ganancia de ello, aunque no sea algo material sino por ej. una alabanza. En ese caso, se convierte en un modo incorrecto de obtener cosas, pero si se hace con una buena motivación no sería incorrecto por ej. para una causa benéfica.

### **Adulación**

Texto raíz

*La adulación consiste en decir palabras agradables de acuerdo con lo que piensan los demás para obtener algún beneficio u honor.*

### **Indirectas**

*Las indirectas es en un inicio halagar a otros y posteriormente alabar sus posesiones motivado por el apego hacia obtener algún tipo de ganancia.*

Guesela: ¿A que se refiere con alabar las posesiones?.

Estudiante: A decir por ej. que esta bueno el té que nos dieron para que nos den mas.

Guesela: Es correcto. Sería alabar a los demás y a sus posesiones teniendo en mente obtener cosas, en vez de decirlo directamente.

### **Extorsión**

Texto raíz

*La extorsión consiste en hablar de los grandes defectos de ser avaro, etc. con el objetivo de obtener algo a cambio.*

Estudiante: En otras ocasiones se ha mencionado como obtener algo por la fuerza.

Guesela: Es correcto, pero a personas como nosotros que no tenemos una posición de poder, no nos afecta y por el otro lado, no se nos ve con fuerza física suficiente para obligar a alguien a darnos algo.

Normalmente en este punto se habla de utilizar la fuerza o poder para conseguir cosas de otros, porque en los textos de Lam rim se refieren a las personas que trabajan en un

puesto que le permite abusar o sacar ganancia de otras personas por ej. si pasas por un peaje que lo atiende una persona que cobra de mas o si eres un policía que pone una multa excesiva y se queda con parte del dinero que sería un modo incorrecto de obtener cosas y por tanto, es algo incorrecto para ofrecer.

Pero tal como se ha expuesto en este texto, cualquier persona puede caer en esta conducta que sería cuando le decimos a alguien que ser generoso es bueno, para que practique la generosidad con nosotros.

Sin olvidar que lo que determina que sea un modo incorrecto o no, es la motivación con que se realiza, porque si está presente el deseo de obtener algo a cambio, se convierte en un modo incorrecto por la motivación. Otro ejemplo sería si alguien tiene dinero y hablas mal de esa persona diciendo que es tacaño, con la finalidad de que practique la generosidad contigo.

### **Buscar ganancia de la ganancia**

Texto raíz

*Buscar ganancia de la ganancia es buscar obtener algún beneficio a través de alabar en la presencia de alguien más, aquello que uno ha obtenido previamente, diciendo cosas como: "Previamente, tal y tal persona me dio tal y tal cosa".*

Esta explicación difiere de la que hemos recibido en otras ocasiones, que va de acuerdo a los textos de Lam rim, sería cuando pensamos darle algo pequeño a otra persona con la intención de recibir algo mejor, pero dar un regalo sin esta intención no sería incorrecto.

Texto raíz

*En resumen, sin guardar los límites estipulados de los entrenamientos, incluso salir a mendigar a la ciudad movido por el apego a la ganancia y al honor, se dice que es una forma inadecuada de obtener el sustento. Por lo tanto, sino deseas ser manchado por alguna de las formas incorrectas de obtener el sustento, no deseas congraciarte con otros y protege sin error en un sitio en soledad los límites que se estipulan en el Vinaya.*

Este tipo de textos están dirigidos en particular a los monjes y monjas que en ocasiones salen a mendigar movidos por el apego a la ganancia y al honor. Hay que tener cuidado porque se refiere a obtener cosas para una ganancia personal, pero si es para un propósito en común no sería incorrecto.

### **Disimulo (g.yo)**

*En relación al disimulo, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el disimulo?*

*RESPUESTA: Es cometer faltas debido a un apego excesivo a la ganancia y al honor. Se le relaciona con la **ignorancia y el apego**. Y tiene la función de obstaculizar la obtención de instrucciones perfectas.*

Por ej. si alguien se acerca a un brahmin y le pregunta cual es el origen del mundo y de los seres, pero no reconoce que no lo sabe, sino que dice que es un brahmin y por eso es sabio. Por lo tanto, es alguien que trata de ocultar sus carencias o defectos. Por eso, si en algún momento alguien nos pregunta algo y no sabemos la respuesta, es mejor reconocerlo porque si habla de una cosa diferente sería disimulo, para ocultar la carencia o falta que tenemos.

15 de junio de 2017

### **Continuamos con el comentario**

Los engaños raíz de alguna manera los identificamos en nuestro día a día, pero los engaños secundarios no los reconocemos tan fácilmente, por eso estudiamos este tema. También, para que cuando observemos nuestra mente sepamos identificar si se dirige hacia la virtud o hacia la no virtud.

Los engaños pasan desapercibidos, hasta tal punto que podemos pensar que hacen parte de nuestra personalidad o que son una cualidad, por eso ahora los describimos para conocer sus defectos y decidirnos a trabajar con nuestra mente para evitar alimentarlos.

Esto es muy importante, y no sea solo algo para estudiar que luego se nos olvide, porque aunque sea positivo escuchar enseñanzas no debemos conformarnos con eso, sino ir mas allá aplicando este estudio.

El modo de trabajar con nuestra mente, es que cuando surjan los engaños los reconocemos, vemos que no nos benefician sino que debemos evitarlos, así nos alejamos de ellos y se cumple el objetivo de este estudio.

### **Disimulo (g.yo)**

Texto raíz

*En relación al disimulo, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el disimulo?*

*RESPUESTA: Es cometer faltas debido a un apego excesivo a la ganancia y al honor. Se le relaciona con la ignorancia y el apego. Y tiene la función de obstaculizar la obtención de instrucciones perfectas.*

En la clase anterior, se dio el ejemplo de un brahmín al que se le pregunta sobre cual es el origen de este mundo y no contesta, sino que dice que es un gran brahmín y un gran sabio. Esto corresponde a la emoción negativa del disimulo.

En la descripción se dice que se trata de disimular que no se sabe debido a un apego a la ganancia o al honor, ¿en este caso, a cual de estas dos se tiene apego?.

Estudiante: Al honor.

Guesela: Pero a un brahmín no le hace falta la alabanza porque por su linaje ya lo tienen en alta consideración.

Es importante reconocer esta emoción aflictiva. En este ejemplo, en vez de reconocer que no sabe, el brahmín responde que es un gran sabio por apego a la reputación, porque si reconoce que no sabe, su reputación de sabio está en riesgo.

Por lo tanto, el apego excesivo que nos lleva a ocultar nuestras faltas, no solo es por el apego a la ganancia o al honor, sino también a la reputación. También sería el caso, de si te preguntan algo y respondes que no tienes tiempo para contestar. Por eso hay que tener cuidado con la emoción negativa del disimulo.

Hay muchos ejemplos que nos ayudan a reconocerla como por ej. cuando se comete un error que no confiesas aunque los demás se dan cuenta, también si no reconoces tu error

y dejas pensar a los demás que fue culpa de otra persona. Este último caso aparece en el texto de adiestramiento mental en la parte de los compromisos cuando dice: *“no pongas la carga de un buey en un tzo”*. Estas son negatividades graves, que a veces no reconocemos debido a la emoción negativa del disimulo.

Por lo tanto, debemos ser personas honestas, y cuando cometamos un error aceptarlo junto a sus consecuencias. Hay dicho tibetano que dice: *“cuando la Gompa tiene muchos ofrecimientos la persona que los puso lo dice, pero si está descuidada no lo reconoce.”*

Texto raíz

*Tal y como se ha dicho, es un tipo de consciencia que desea ocultar los propios defectos, sin mostrarlos a otros debido al poder del apego hacia la ganancia y el honor. En nuestros días, al ocultar nuestros defectos, actuamos de manera inteligente e ingeniosa para poder lograrlo. Pero si seguimos la línea del Dharma, solamente nos estamos engañando a nosotros mismos.*

Sería cuando has hecho algo mal, pero lo ocultas de tal forma que los demás no se dan cuenta y piensas que eres muy listo por eso. A nivel mundano este comportamiento se alaba, pero en realidad nos estamos haciendo daño a nosotros mismos, porque estamos haciendo algo contrario al dharma.

Texto raíz

*En relación a esto, Una guía para el estilo de vida del bodhisatva (en la estrofa 5.31-32ab) menciona:*

*“Siempre me mantengo en presencia de todos los budas y bodhisatvas que están dotados en todo momento de una visión sin oscurecimientos.”*

*Pensando de este modo desarrollaré atentamente un sentimiento de vergüenza, respeto y temor.*

Es bueno memorizar esta estrofa. Es decir, los Budas y Bodisatvas siempre nos están viendo, así que aunque podamos engañar a los demás, no podemos engañar a los Budas y Bodisatvas. Al igual que si hacemos la práctica de Ganden Lha Gyema [La práctica de Lama Tsong Khapa] u otra de Guru yoga, donde colocas al Gurú en tu corazón, como siempre está allí toda acción negativa que realizas la conoce y por eso no se le puede engañar. Esto es muy efectivo para corregir nuestros errores.

Texto raíz

*[Un análisis del par: engaño y disimulo]*

*Ya que estos dos: engaño y disimulo, obstaculizan la obtención de instrucciones perfectas en esta vida, y producen diversos tipos de [consecuencias] indeseables en vidas futuras, como no encontrarse con guías espirituales del gran vehículo, no obtener instrucciones perfectas, etc. Por eso el engaño y el disimulo entran en la lista de los cuatro dharmas negros en el Kashyapaparivarta (Preguntas de Kashyapa).*

Los 4 dharmas negros están relacionados con la bodichita. Hay dos tipos de mente de la bodichita: de aspiración y de compromiso. Sobre la bodichita de aspiración se puede hablar desde dos puntos de vista: una sería pensar en que ojalá algún día aspire a generar la mente de la bodichita y el segundo tipo sería, cuando te comprometes y quieres llevar a cabo la mente de la bodichita o aspirar a ello.

Del primer tipo no vamos a hablar, sino de la que desea conseguir la mente de la bodichita. Para que esta bodichita de aspiración no se degenera en esta vida y en las

vidas futuras volvamos de nuevo a encontrarnos con esta bodichita, debemos alegrarnos al recordarla tres veces en la mañana y 3 veces en la noche y para que esta mente de la bodichita no se pierda en las vidas futuras debemos evitar los 4 dharmas negros y cultivar los 4 dharmas blancos.

### Los 4 dharmas negros

- Engañar al maestro espiritual o a los padres.
- Provocar que alguien se arrepienta de realizar una acción virtuosa.
- Criticar a un bodhisatva.
- Engañar y disimular<sup>50</sup>.

Por eso el texto dice que el disimulo está en la lista de los dharmas negros, para que veamos lo grave que es tener esta conducta.

### Arrogancia (*rgyags pa*)

*En relación a la arrogancia, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la arrogancia?*

*RESPUESTA: Es una sensación de alegría y bienestar mental al observar la propia buena salud, juventud, signos de larga vida o éxito contaminado. Está relacionado con el apego. Y tiene la función de servir como una base para todas las aflicciones [raíces] y secundarias.*

La arrogancia se demuestra incluso en la manera de caminar o de comer.

#### Texto raíz

*Tal y como se ha dicho, es un aferramiento de la mente debido a la alegría y bienestar mental al observar la propia buena salud, prosperidad y demás. Debido a que produce todas las aflicciones, actúa como una raíz de la falta de escrupulosidad. La exhortación a la resolución excepcional menciona:*

*La arrogancia es la raíz de la ausencia de escrupulosidad.*

*No te burles de un monje totalmente ordenado que sea inferior;*

*Ya que no obtendrás la liberación en una gran era (eón).*

*Esta es la secuencia en esta enseñanza.*

Significa que la arrogancia nos puede llevar a ser poco cuidadosos y a decir palabras hirientes a otras personas, por ej. hay monjes y monjas que tienen un modo de vida humilde y cuando otro monje o monja le critica por ello o le dice palabras inapropiadas, comete una grave negatividad. Por lo tanto, se debe mantener el respeto hacia los demás.

También se aplica a las personas laicas, que hay que tratar con respecto independientemente de su condición social.

#### Texto raíz

*En La carta a un amigo (estrofa 12cd) también dice:*

*Observa como enemigo a la arrogancia que surge a causa de la juventud, de la grandeza del linaje, del físico, del aprendizaje y del poder.*

Hay muchas causas de la arrogancia por ej. el estatus social, el cargo que se ocupa, la belleza, etc., pero lo importante es verla como un enemigo o algo a eliminar.

<sup>50</sup> Nota del transcriptor: En el texto *Los tres tipos de votos y sus compromisos*, Ed Mahayana, pág. 43, se menciona así: "Pretender actuar en base a una motivación altruista, cuando en el fondo nuestra aspiración de alcanzar el despertar no es sincera y en lugar de realizar la acción por los demás, lo que buscamos es pasar por eruditos u ocultar nuestras carencias."

### **Malevolencia (*rnam par 'tshe ba*)**

*En relación a la malevolencia, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la malevolencia?*

*RESPUESTA: Es la ausencia de benevolencia, la ausencia de compasión y la falta de misericordia. Está involucrada con el **enfado** y tiene la función de herir a otros.*

*Tal y como se ha mencionado, es un deseo carente de benevolencia, que busca dañar a otros seres. En este caso, los sinónimos [mencionados en la parte superior] como la ausencia de benevolencia y demás, se explican en los comentarios de la siguiente forma:*

*Es una **falta de benevolencia** debido a que es un deseo personal de hacer daño,*

*Es una **falta de compasión** debido a que es un deseo de involucrar a otros en [acciones] dañinas, y*

*Es una **falta de misericordia** debido a que se regocija al ver o escuchar que otros actúan [de manera dañina].*

*Es simple entender que tiene la función [de producir lo que se indicó en la parte superior].*

Aunque no lo parezca, es muy fácil caer en la malevolencia como por ej. cuando a alguien del trabajo le salen las cosas mal y te alegras por ello, por eso debemos ser cuidadosos al observar nuestra mente.

### **Desvergüenza (*ngo tsha med pa*)**

*En relación a la desvergüenza, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la desvergüenza?*

*RESPUESTA: Es no evitar faltas por la desaprobación propia y está relacionada con el **apego, el odio y la ignorancia**. Tiene la función de asistir a todas las aflicciones [raíces] y secundarias.*

*Tal y como se dijo, es un tipo de consciencia que no evita las acciones negativas ya sea por desaprobación personal o por el Dharma. Por ejemplo, si un monje con votos mayores se encontrara con un intoxicante y lo evitara por desaprobación propia pensando: "Beber este intoxicante no es algo que debería de hacer", entonces tendría vergüenza. Lo opuesto sería la desvergüenza.*

La desvergüenza sería no pensar en las consecuencias de las acciones negativas y pensar "que pase lo que sea". Hay un dicho tibetano que dice: "cometer negatividades y no tratar de refrenar este comportamiento, sería como alguien que pide un préstamo tras otro y nunca piensa que va a tener que pagarlo".

Por culpa de la desvergüenza seguimos cometiendo acciones negativas porque no nos importan sus consecuencias. Es decir, por culpa de la negatividad vas a caer en los reinos inferiores, pero piensas "no importa".

### **Desconsideración (*khrel med pa*)**

*En relación a la desconsideración, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la desconsideración?*

*RESPUESTA: Es no evitar faltas por la desaprobación de los demás y está relacionada con el **apego, el odio y la ignorancia**. Tiene la función de asistir a todas las aflicciones [raíces] y secundarias.*

Es parecido a lo que hemos dicho antes, si piensas que los Budas y bodisatvas conocen bien lo que haces, o si llevas al Lama en tu corazón que también conoce lo que haces y

evitas cometer negatividades gracias a ello sería consideración. Pero si te da igual quien te observa y las consecuencias que tengas que experimentar, sería desconsideración.

#### Texto raíz

*Como se menciona en la parte superior, es un tipo de consciencia que no evita las faltas en relación a otros. Si alguien, a punto de involucrarse en una acción incorrecta en relación a los demás piensa: "Sería vergonzoso si el maestro [el Buda] y los devas con clarividencia no se sintieran complacidos y otros me criticaran." Esto sería consideración. Lo opuesto es la desconsideración.*

También sería consideración pensar en lo que pensarán los demás de ti si realizas una conducta incorrecta.

En resumen, si antes de cometer una acción negativa piensas que no deberías hacerlo porque las consecuencias de ese acto tendrás que experimentarlas, sería vergüenza, pero si no te importa sus consecuencias sería desvergüenza. Por otra parte, si piensas que si cometes una negatividad qué pensarán los Budas, bodisatvas, maestros y demás seres de ti y evitas realizarla, sería tener consideración y si no te importa quien se está dando cuenta de tu acción negativa sería desconsideración, por ej. si una persona bebe durante todo el día y alguien le aconseja que no beba tanto porque esta desperdiciando su vida, que se va a enfermar o a perder la cabeza y este le contesta que es su dinero y que hace con el lo que quiera, sería un caso de desconsideración.

#### Texto raíz

*[Un análisis del par: desvergüenza y desconsideración]*

*En este sentido, La guirnalda preciosa (verso 5.5ab) menciona:*

*La desvergüenza y desconsideración*

*Son [respectivamente] el no evitar [faltas] por la desaprobación personal o de otros.*

*En Los niveles del bodhisattva también se dice:*

*La vergüenza es la restricción que lleva a cabo un bodhisattva cuando sabe que cometer acciones negativas no es algo que deba hacer. La consideración es esa misma restricción pero debido al temor o por respeto hacia los demás.*

*La desvergüenza y la desconsideración sirven de apoyo a todas las aflicciones y actúan como causa para todas las acciones negativas, ya que, si el deseo de evitar las acciones negativas no está presente, uno no será capaz de permanecer en guardia en contra de ellas. De esta forma, tanto en el Abhidharma superior como en el inferior, se dice que la desvergüenza y la desconsideración están relacionadas con todos los estados mentales negativos. Aunque hay mucho más que explicar en relación a esto, no lo haré de manera elaborada en esta ocasión.*



**22 Junio de 2017****Introducción**

Es muy importante conocer los factores mentales para poderlos identificar, ya que algunos son virtuosos y otros no virtuosos y para conseguirlo, es muy importante este estudio.

Esto se enfatiza porque deseamos ser felices y no queremos sufrir y para conseguirlo debemos cultivar los factores mentales virtuosos que nos llevan a la felicidad y evitar los factores mentales que nos llevan a experimentar sufrimiento.

En ocasiones podemos creer, que los factores mentales aflictivos nos traen cierto placer de forma inmediata como el apego, y a lo mejor, cuando conseguimos el objeto de apego nos sentimos alegres, pero a la larga solo nos lleva a experimentar mas sufrimiento.

Por eso hay que recordar esta regla: si de manera inmediata trae bienestar pero a la larga trae sufrimiento es algo negativo, pero si a corto plazo trae malestar y a largo plazo bienestar, es una acción virtuosa. También es negativo si a corto y largo plazo trae sufrimiento y positivo si a corto y a largo plazo trae felicidad.

Los factores mentales negativos raíz y secundarios puede que de forma inmediata traigan placer, pero en el futuro definitivamente nos van a hacer daño. Esto se debe tener claro, para ser muy cuidadosos en no permitir que dominen nuestra mente.

Tratar de mantener el control sobre los factores mentales no virtuosos es algo muy positivo. Cuando notemos que empiezan a surgir intentar controlarlos y no darle mas espacio en la mente y si en algún momento por su culpa cometemos alguna negatividad, arrepentimos para disminuir su gravedad, porque si nos alegramos se agrava.

Hay que ser conciente de las desventajas de los factores mentales negativos, pues nos dará la fuerza para no dejarnos arrastrar por los mismos y combatirlos.

**Continuamos con el comentario****Letargo (*rmugs pa*)**

*En relación al letargo, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el letargo?*

*RESPUESTA: Es una falta de capacidad de la mente que se relaciona con la ignorancia. Tiene la función de asistir a todas las aflicciones [raíces] y secundarias.*

*Tal y como se ha dicho, es una pesadez y falta de capacidad de cuerpo y mente, y es un factor de **ignorancia**.*

Se le llama letargo a la pesadez física y mental que te impide realizar acciones virtuosas. En cambio, cuando estamos haciendo algo no virtuoso sentimos ligereza física y mental y no tenemos ningún inconveniente, por ej. si realizamos algún juego durante toda la noche lo disfrutamos y se nos pasa el tiempo muy rápido, pero si se trata de algo virtuoso no tenemos tanto entusiasmo, hay pesadez y el tiempo se pasa lentamente.

Guesela: ¿Que podemos hacer para vencer el letargo?.

Estudiante: Viendo sus inconvenientes, aplicar esfuerzo entusiasta.

Guesela: El antídoto preciso sería el esfuerzo gozoso. En cuanto a la flexibilidad, en el contexto de la calma mental, ¿de que es resultado?.

Estudiante: Es resultado de aplicar los antídotos contra la pereza que son: la fe, la aspiración y el esfuerzo.

Guesela: Hablamos de la flexibilidad porque es lo opuesto al letargo. La pereza y el letargo están muy relacionados.

Texto raíz

*La explicación del tesoro de conocimiento dice:*

*¿Qué es el letargo? Es una pesadez del cuerpo y una pesadez de la mente. Es una falta de capacidad del cuerpo y una falta de capacidad de la mente.*

El letargo es una falta de capacidad en relación a realizar acciones apropiadas, que sí se tiene para las acciones inapropiadas.

Como se menciona la pesadez física y mental, podemos preguntarnos ¿porqué hablamos de la parte física si estamos en los factores mentales?. Es porque la pesadez de la mente afecta a nuestro cuerpo, por ej. a lo mejor el cuerpo está en una postura correcta de meditación, pero si la mente entra en letargo le resultad difícil concentrarse, hasta tal grado que no puede soportar esa postura.

El cuerpo y la mente están relacionados y de los dos, el que tiene mayor poder es la mente, que influye en el cuerpo, por eso si se llega al letargo se refleja a nivel físico y al contrario, cuando hay ligereza a nivel mental también se nota a nivel físico.

Texto raíz

*El gran tratado de los estadios del camino lo explica de la siguiente forma. Tiene la función específica de “asistir a todas las aflicciones [raíces] y secundarias” ya que todas las aflicciones se aumentan dependiendo del letargo.*

El letargo además de ayudar al resto de aflicciones provoca que estas aumenten, con esto nos damos cuenta lo dañino que es, porque favorece los factores mentales aflictivos y los incrementa.

Texto raíz

*En este sentido, La exhortación a la resolución excepcional (Adhyasayasamcodanasutra) dice:*

*La flema, el viento y la bilis,  
Ocurren en gran medida en los cuerpos  
De aquellos que disfrutan del sueño y del letargo;  
Sus componentes están en desorden.*

*Para aquellos que disfrutan del letargo y del sueño,  
Sus estómagos se encuentran sucios debido a una mala dieta,  
Sus cuerpos se vuelven pesados y su complexión poco saludable,  
E incluso al hablar arrastran las palabras.*

Significa que aquellos que les gusta dormir o se dejan llevar por el letargo, incluso a nivel físico el elemento flema, bilis, etc., se altera y le acarrea enfermedades.

Es decir, no es sano dormir tanto ni el letargo, porque no permite tener una buena digestión haciendo que el estomago se encuentre mal y esto repercute en tener pesadez y que nuestra complexión no sea sana.

### Texto raíz

*Además,*

*Aquellos que disfrutan del letargo y del sueño*

*Están confusos y sus aspiraciones en relación al Dharma degeneran.*

*Los seres infantiles degeneran por completo de todas las cualidades excelentes,*

*Su estado sano degenera y se dirigen hacia la oscuridad.*

Si te dejas llevar por el letargo y el dormir, las aspiraciones en relación al dharma degeneran, al igual que las cualidades que habíamos conseguido. Por lo que caemos en la oscuridad o confusión, por eso no podemos dejarnos llevar por el letargo.

Es verdad que hay momentos en que necesitamos darnos un espacio para retomar energía, pero cuando invertimos mucho tiempo en esto caemos en el letargo. Por eso, cuando notes pesadez no la alimentes, sino que reconoce que es letargo y busca salir de ese estado animándote a nivel físico y mental.

### **Excitación (*rgod pa*)**

Las características de la excitación mental son 3:

- Sientes atracción hacia un objeto de deseo previo o que previamente has conocido.
- Su naturaleza es el apego.
- Hace que la mente se disperse.

### Texto raíz

*En relación a la excitación, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la excitación?*

*RESPUESTA: Es un estado mental de intranquilidad que subsiguientemente se involucra con una causa de **atracción**. Tiene la función de obstaculizar el logro de la calma mental.*

Es un estado mental intranquilo debido a que se dirige hacia un objeto de atracción que previamente ha conocido, tiene la función de ser un obstáculo para conseguir la calma mental y está relacionada con el apego.

### Texto raíz

*Tal y como se ha dicho, es un tipo de conciencia que, al observar los atributos del reino del deseo experimentados anteriormente, mentalmente se distrae externamente con ellos involucrándose con el apego.*

Es un objeto de deseo que previamente ha sido conocido y esto nos puede llevar a preguntarnos ¿necesariamente los objetos de deseo tienen que ser previamente conocidos? la respuesta es que no se limita a objetos que previamente se han conocido, pero la excitación se refiere necesariamente a objetos de deseo previamente conocidos.

Así que, cuando te estas adiestrando en la calma mental de repente tu mente se distrae en un objeto de deseo que previamente has percibido, a esto se le llama excitación, pero no todos los objetos de deseo tienen que ser previamente conocidos.

### Texto raíz

*En relación a esto, La guirnalda preciosa (estrofa 5.32cd) dice:*

*La excitación es una ausencia de tranquilidad*

*De la mente y del cuerpo.*

*De la misma forma, Una explicación de los cinco agregados menciona:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la excitación?*

*RESPUESTA: Es una ausencia de tranquilidad mental.*

*Estos puntos se muestran en El gran tratado de los estadios del camino:*

*Su objeto de observación es un objeto agradable y atractivo. Su aspecto [subjetivo] es una falta de tranquilidad mental que se dispersa hacia el exterior y está relacionada con el **apego**. Se relaciona con el objeto a través del apego. Tiene la función de obstaculizar el que la mente pueda permanecer [mantener]<sup>51</sup> en su objeto de observación.*

La excitación o agitación mental es cuando nuestra mente no puede mantener el objeto de observación porque se dispersa al recordar o distraerse en un objeto de apego previamente percibido y podemos preguntarnos ¿todas las distracciones son excitación?, la respuesta es que no, porque solo hay distracción externa de la mente cuando está relacionada con el apego, ya que también nos podemos distraer con objetos virtuosos. Por lo tanto, no todas las distracciones de la mente son excitación que es solo cuando se distrae en objetos de apego previamente percibidos.

En conclusión, no todo lo que es distracción externa de la mente es excitación, porque algunas veces la mente se distrae con cosas que no son de apego sino virtuosas por ej. cuando una persona emplaza su mente en la vacuidad y la analiza, sería su objeto de observación, hasta que de repente recuerda la bodichita que es un objeto virtuoso y se distrae de la vacuidad. Esto no sería excitación mental.

### **Falta de fe (ma dad pa)**

*En relación a la falta de fe, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la falta de fe?*

*RESPUESTA: Es una falta de convicción, de claridad, y de deseo de la mente con respecto a los fenómenos virtuosos, está relacionada con la ignorancia. Tiene la función de servir como base para la pereza.*

*Como se menciona en la parte superior, es un tipo de fe discrepante que está relacionada con la **ignorancia**. Y puede ser de tres tipos:*

- (1) Falta de fe como una ausencia de convicción en las acciones y sus efectos, etc. Siendo lo opuesto a la fe de convicción;*
- (2) Falta de fe como una ausencia de claridad, una aversión hacia los poseedores de excelentes cualidades como las Tres Joyas. Siendo lo opuesto a la fe aclaratoria; y*
- (3) Falta de fe como una ausencia de deseo y de no buscar la liberación y demás. Siendo lo opuesto a la fe de aspiración.*

*Es sencillo comprender que su función es [la que ya se mencionó en la parte de arriba]<sup>52</sup>.*

Guesela: Si os dais cuenta, la explicación de la falta de fe es resumida ¿porque?.

Estudiante: Porque el factor mental de la fe se explicó con detalle.

Guesela: Es correcto.

### **Pereza (le lo)**

Hay 5 tipos de esfuerzo gozoso y 3 tipos de pereza que son:

- La pereza del apego a las malas actividades.

<sup>51</sup> Nota del transcriptor: frase añadida por el traductor para mayor claridad.

<sup>52</sup> Nota del traductor: de servir de base para la pereza.

- La pereza del desanimado.
- La pereza de posponer las cosas.

Como el esfuerzo gozoso se trató de forma extensa, ahora se menciona la pereza de forma breve. Además, el texto raíz no menciona los tipos de pereza pero es importante recordarlas.

Texto raíz

*En relación a la pereza, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la pereza?*

*RESPUESTA: Es una ausencia de entusiasmo [disfrutar]<sup>53</sup> de la mente debido al apego a estar acostado, recostado de lado o tumbado, y está relacionado con la **ignorancia**. Tiene la función de evitar la aplicación [de cualquier] clase de virtud.*

Es una mente que no está entusiasmada en la virtud.

Texto raíz

*Tal y como se ha mencionado, es una ausencia de entusiasmo de la mente hacia lo virtuoso debido al hábito de estar acostado y demás. La pereza causa que todas las virtudes degeneren.*

*El emplazamiento (Saddharmasmrtyupasthana) dice:*

*La base para las aflicciones*

*Es la pereza. ¿Quién la tiene?*

*Dondequiera que la pereza está presente,*

*Todo el Dharma está ausente.*

### **Falta de escrupulosidad (bag med pa)**

Texto raíz

*En relación a la falta de escrupulosidad, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la falta de escrupulosidad?*

*RESPUESTA: Es una carencia de cultivo de cualidades virtuosas y un descuido de la mente contra fenómenos contaminados. Permanece en el **apego, el odio y la ignorancia**, así como en la pereza. Y tiene la función de servir como una base para el incremento de las no-virtudes y la disminución de las virtudes.*

Es un tipo de conciencia que descuida la mente a las aflicciones y las acciones negativas, esto provoca que la mente se relaje en dejarse llevar por las aflicciones y acciones negativas.

Texto raíz

*Tal y como se mencionó en la parte superior, es un tipo de conciencia que, al descuidar a la mente contra las aflicciones y acciones negativas, causa una relajación de la misma. Con respecto a esto, Una explicación de los cinco agregados menciona:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la falta de escrupulosidad?*

*RESPUESTA: Es un descuido de la mente contra las aflicciones tales como el apego, el odio, la ignorancia o la pereza, [con el resultado] de no cultivar la virtud.*

*Es sencillo comprender que su función es [la que ya se mencionó en la parte de arriba].*

Al describir los factores mentales se ha hecho referencia al texto de *Compendio de conocimiento*. Cuando hablamos del Abhidharma hay uno superior y otro inferior, el

<sup>53</sup> Nota del transcriptor: frase añadida por el traductor.

superior es el texto de *Compendio de conocimiento* y el inferior es el texto de *Tesoro de conocimiento*, ambos compuestos por Vasubandhu. Se menciona mucho porque este texto superior está relacionado con el inferior o explican de igual forma los engaños y sus antidotos.

Por eso mencionan el texto *Una explicación de los 5 agregados* también de Vasubandhu, para indicarnos que tanto el texto de *Compendio de conocimiento* como de *Tesoro de conocimiento* explican de igual forma este engaño.

De esta forma el autor nos da a entender que lo que está diciendo acerca de cada uno de los factores mentales no es invención propia, sino que proviene del texto de abhidharma superior que se apoya en el texto de abhidharma inferior, así como en el texto de *Una explicación de los 5 agregados* que tienen similitudes a la hora de explicar estos engaños y el origen de esta explicación es la palabra de Buda.

### **Pregunta**

Estudiante: Se ha mencionado que la excitación está relacionada con objetos atractivos previamente conocidos y que no necesariamente todos los objetos de apego son previamente percibidos ¿como se puede generar apego en relación a algo que uno previamente no ha percibido?.

Guesela: Si por ej. vas a la sección de tecnología de un centro comercial, como no sabías que hay un nuevo aparato generas apego. En este caso lo estas conociendo por primera vez y no previamente.

Para que sea un objeto de apego no necesariamente tiene que ser previamente conocido o percibido, porque puede ser que en el momento en que contactes con el objeto generes apego. En cambio, la excitación surge cuando tu mente está concentrada en un objeto y se distrae con un objeto que previamente has percibido o experimentado, esto es lo que caracteriza la excitación.

Estudiante: Que papel juega el *hijo de mara* en los obstáculos que aparecen a la hora de hacer prácticas virtuosas.

Guesela: Principalmente es nuestra mente y el *hijo de mara* es la condición que lo favorece. Ataca a los practicantes muy avanzados que están realmente cien por cien metidos en la práctica.

Para aclarar la pregunta anterior, para que se genere el apego no necesariamente tiene que percibirse previamente el objeto, porque a veces inmediatamente la conciencia se conecta con el objeto aparece el apego o el enfado, por eso se dice que es como una cerilla que con solo tocarla se enciende. Del mismo modo, con solo entrar en contacto la conciencia con el objeto se genera el apego o el enfado.

También surge el apego cuando analizas el objeto y le ves cualidades haciendo que lo veas atractivo y sobre-impones la cualidad de que necesitas ese objeto. Entonces, un análisis previo ha dado lugar al apego, y en otras ocasiones con solo entrar en contacto con el objeto surge el apego o el enfado.

En cuanto a la excitación, se explica como la distracción hacia un objeto de apego previamente percibido y en este texto se habla de previamente experimentado. En los textos de *Lam rim* se dice que es previamente percibido o con el que se ha entrado en contacto anteriormente.

Estudiante: ¿La mente de la visión de la colección transitoria es neutra, negativa o positiva?.

Guesela: Algunos dicen que es un oscurecimiento no mencionado o no explicado, que se traduce como neutro porque no se ha expuesto nada al respecto. En general, la visión de la colección transitoria sería un oscurecimiento no mencionado (neutro), pero lo conocemos como no virtuoso.

En los textos Prasanguika no he visto que se mencione como algo neutro o no virtuoso y la versión de la escuela Svatántrica es que todos los engaños de los seres del reino de forma y sin forma son neutros. Eso nos lleva a pensar que como los seres de los reinos de forma y sin forma tienen visión de la colección transitoria entonces es neutra.

Esta misma idea la comparten las escuelas Chitamatra y Sautántrica, mientras que la Vaibasica ni lo menciona. Por lo tanto, entre no virtuosa y neutra nos inclinamos mas hacia neutra.

**29 Junio de 2017**

## **Introducción**

Hoy es la última clase de los jueves, pero no la última clase de Lo rig y esto es auspicioso porque significa que tenemos buenas condiciones. Es para regocijarnos por todo lo que hemos estudiado hasta ahora, pero todavía nos quedan por ver 7 factores mentales.

Es para regocijarnos el que estas enseñanzas hayan sido extensas, además algunas personas las habéis estudiado por vuestra cuenta. Así que todo lo que hemos estudiado no lo olvidéis, sino que tratar de recordarlo.

Actualmente se habla mucho de la ciencia y tiene distintos campos, algunos de ellos se enfocan en explicar como funciona la mente. Este texto de la mente y sus concedores habla de la mente y de como funciona y nos da una explicación tan profunda que ni la ciencia puede llegar a ello.

Incluso algunas personas mencionan que la ciencia no ha llegado al nivel de profundidad o detalle que el budismo en este tema. Y si la ciencia está interesada en conocer como funciona la mente, nosotros que estudiamos este tema de forma muy profunda debemos sentirnos muy contentos por recibir estas enseñanzas y no olvidarlo sino repasarlo nuevamente.

De hecho, de los diferentes campos de la ciencia la que estudia la mente es la mas difícil de desarrollar. Este estudio no es para compararnos con la ciencia, sino para aplicarlo y tener muy claro como debemos actuar, ya que nos habla de como funciona la mente y de aquello que es negativo y no necesitamos cultivar y lo que necesitamos desarrollar mas que son las mentes virtuosas.

Este texto también se estudia en los grandes monasterios aunque de manera distinta. Su estudio no es solo para debatir sobre un tema y tener un conocimiento teórico, sino para practicar y reconocer en nuestra mente las funciones que no son apropiadas y las que si lo son, porque queremos tener una mente mas bondadosa y la forma de conseguirlo es reconociendo las funciones de la mente que la hacen virtuosa, de las que la hacen negativa. Con esta finalidad estudiamos este tema y entrar en el camino para conocer los factores mentales que debemos cultivar y evitar.

Esto se comenta para que se alegren de lo que hemos estudiado y para decidirnos aplicarlo en nuestra vida y no sea solo un conocimiento teórico.

El estudio en los monasterios también es para aplicarlo en la vida, al igual que nosotros. Este texto se estudia en el segundo año y casi todos son jóvenes, y es muy bueno para ellos porque deja claro lo que perjudica y lo que beneficia la mente. Aunque su método de estudio es distinto porque utilizan la memorización, el debate, etc., el texto es el mismo al igual que su finalidad que es aplicarlo en nuestra vida.

## **Repaso**

Hasta ahora hemos visto 6 factores mentales que son aflicciones raíz y 20 aflicciones secundarias, es decir 26 factores mentales. Mientras nuestra mente este asociada con



alguno de estos 26 factores mentales será una mente negativa, así que debemos evitarlos. En cambio, hay 11 factores mentales virtuosos que cuando nuestra mente se asocia con alguno de ellos, es una mente virtuosa que trae como resultado felicidad.

Por otro lado, tenemos los 5 factores mentales determinantes, que pueden ser tanto virtuosos como no virtuosos o neutros dependiendo de con que mente se asocie. Los 5 factores mentales determinantes son virtuosos, cuando se asocian con una mente virtuosa y si se asocian con una mente afligida son no virtuosos. La cuestión que queda en duda o todavía falta por analizar mas, es el hecho de que sea neutro o no especificado.

Los factores mentales determinantes no siempre están presentes, pero como hay que justificar el que sean neutros hay que reflexionar sobre ello. La sabiduría adquirida, es decir, la que es uno de estos factores mentales determinantes, es neutra o no especificada pero por otra razón. Hay dudas en cuanto a como el factor mental determinante de la aspiración puede ser neutra.

### **Continuamos con el comentario**

#### **Olvido (*brjed nges pa*)**

*En relación al olvido, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el olvido?*

*RESPUESTA: Es un tipo de atención asociada a las aflicciones. Tiene la función de servir como base para la distracción.*

Estamos hablando del olvido como una aflicción secundaria, por lo tanto, es un olvido negativo.

Guesela: Si alguien viene al Centro Nagarjuna y antes de salir piensa en llevarse el mala, pero se le olvida traerlo, ¿sería este tipo de olvido?.

Estudiante: No.

Guesela: También, si estas muy ocupado en casa y habías preparado un té que luego se te olvidó tomar. Serían ejemplos de olvido pero no asociados con ningún tipo de aflicción, por eso no es este factor mental. En el contexto de la calma mental se menciona recordar el objeto y su olvido, en este caso, ¿que tipo de olvido sería?.

Estudiante: Creo que es un tipo de olvido no virtuoso, porque normalmente se dispersa hacia objetos de apego.

Guesela: En este caso, ¿a que tipo de aflicción está asociado el olvido?.

Estudiante: Al apego.

Guesela: Estaría por verse en este caso, porque por ej. una persona que va a meditar sobre un tema que lo ha estudiado previamente, si cuando se pone en meditación en el objeto que ha estudiado por no tener buena memoria se le olvida su objeto de meditación. En este caso no hay una emoción aflictiva asociada con el olvido, por eso sería algo natural.

En este caso no estoy seguro de si sería este tipo de factor mental secundario. Pero no quiere decir, que en ocasiones mientras estamos en meditación surja una emoción negativa que haga que olvidemos el objeto a contemplar.

En conclusión, hay personas que no tienen buena memoria y se les olvida las cosas con facilidad, pero no es por los engaños. Es verdad, que a veces una mente asociada con el apego provoca olvido, pero todo olvido no tiene porque estar asociado con una emoción aflictiva. Cuando mas adelante hablemos de la distracción veremos que no necesariamente es aflictiva.

En la definición se menciona *“es un tipo de atención”* y esto suena bastante raro porque en realidad es lo opuesto.

Texto raíz

*Como se ha dicho, es un conocedor que es un estado mental sin claridad y olvidadizo con respecto a la virtud debido a que está atento a los objetos que observan las aflicciones. De esta forma, Un análisis de cinco agregados también explica que el olvido puede ser un tipo de atención plena afligida, a la vez que a un estado mental virtuoso sin claridad y olvidadizo se le debe llamar “olvido”. Sin embargo, ya que los objetos de observación de las aflicciones: con características placenteras, desagradables y demás, no surgen como objetos de la consciencia [de dicho estado mental virtuoso], quizás sería mejor no llamarlo olvido.*

Significa que el olvido como aflicción secundaria, es cuando una persona ha estudiado previamente el objeto virtuoso, porque para poder observar un objeto virtuoso hace falta previamente haberlo estudiado, de lo contrario no se puede recordar. Si una vez estudias el objeto virtuoso y lo tienes como objeto de observación lo pierdes, sería este factor mental secundario, pero si es un objeto virtuoso que de antemano no lo has planteado como objeto, no deberíamos llamarlo olvido.

Hay objetos de observación aflictivos que han hecho que no recordemos objetos virtuosos, pero el que estemos recordando objetos aflictivos en lugar de los virtuosos no lo hace olvido.

En castellano se ha traducido como *“características placenteras y desagradables”*. Cuando tu mente está recordando objetos bonitos son objetos de observación aflictivos, por lo tanto, no está recordando los objetos de observación virtuosos y el autor dice que a esto no se le debería llamar olvido como factor mental secundario.

Este olvido como factor mental secundario, es cuando hay una mente virtuosa que esta recordando un objeto virtuoso que previamente ha estudiado y de repente se le olvida el objeto.

Con palabras sencillas, cuando tenemos una mente virtuosa o atenta a un objeto virtuoso y se te olvida, sería este factor mental secundario. Pero si es una mente atenta a objetos no virtuosos, que no esta atenta a los objetos virtuosos, no sería este factor mental secundario de olvido.

Texto raíz

*El olvido actúa como una base para la distracción, ya que, dependiendo de una atención afligida, la mente se distrae hacia los objetos de observación de las aflicciones.*

### **Ausencia de introspección (shes bzhin ma yin pa)**

*En relación a la ausencia de introspección, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la ausencia de introspección?*

*RESPUESTA: Es un tipo de sabiduría que **va asociada con las aflicciones** y se involucra inconscientemente en acciones físicas, verbales y mentales. Tiene la función de servir de base para las infracciones.*

*Tal y como se ha dicho, es tipo de sabiduría afligida que se involucra de forma inconsciente en acciones con las tres puertas; es una clase de introspección discrepante.*

La introspección es muy importante porque cuando está ausente cometemos muchas negatividades, al igual que la escrupulosidad, que evita que cometamos errores. Por eso en el *Bodisatvacharyavatara* se menciona la introspección de forma extensa.

Texto raíz

*Conforme a lo que se menciona en Una guía para el estilo de vida del bodhisatva (estrofa 5.26), esta ausencia de introspección actúa como base para las infracciones:*

*Incluso los que tienen mucho conocimiento, fe y esfuerzo entusiasta, serán deshonrados por una caída (moral), debido al error de carecer de la introspección.*

La introspección investiga si algo es correcto o no es correcto. Cuando no hay introspección aunque tengas mucho conocimiento, fe o esfuerzo, no sabes si algo esta bien o no y cometes fácilmente negatividades, por ej. en las postraciones se puede aplicar la practica de las 6 perfecciones ¿como es eso?.

Estudiante: Sería la perfección de la ética porque estamos haciendo algo virtuoso, la perfección de la paciencia porque te duele el cuerpo y soportas este inconveniente, la perfección de la concentración porque estás centrado en algo virtuoso, la perfección de la sabiduría porque sabes que el que realiza las postraciones no tiene existencia inherente al igual que las postraciones y la perfección del esfuerzo gozoso te motiva a realizar mas postraciones.

Guesela: En cuanto a cómo las postraciones son un acto de la perfección de la generosidad hay una historia que lo refleja: hace un tiempo un chico llamado pascual que no era budista se fue al Tíbet de vacaciones con su mujer. Mientras paseaban por los monumentos en Potala vio a muchos tibetanos haciendo postraciones y como le pareció que lo disfrutaban sintió ganas de hacer postraciones con ellos por un momento, y terminó haciendo postraciones durante dos horas.

Este es un buen ejemplo de esta perfección, porque cuando realizamos una acción virtuosa con fe y entusiasmo, los que nos ven piensan que lo disfrutas y les apetece hacer lo mismo. En cambio, si lo haces con pocas ganas nadie va a querer seguir tu ejemplo.

Esto se menciona, porque para la práctica de perfección de la ética a través de las postraciones resulta necesario el factor mental de la introspección, que te permite darte cuenta si las estas haciendo de forma correcta o no. De hecho, lo que la convierte en una práctica de ética, es observar que no cometemos faltas por tener pensamientos inadecuados mientras las realizamos para corregirlos. Es lo mas importante a la hora de postraciones.

Hacer postraciones sería una práctica de perfección de la sabiduría al pensar en la vacuidad y del esfuerzo gozoso al sentir entusiasmo por realizar estas acciones virtuosas.

La estrofa de Shantideva explica que aunque hagas muchas postraciones si no hay introspección, habrás acumulado virtud y también cometido faltas por tener pensamientos inapropiados.

La introspección juega un papel muy importante para asegurarse de que la acción virtuosa que se realiza sea correcta, porque si no hay introspección el acto virtuoso no será perfectamente virtuoso. En cambio, si está la introspección realizas el acto virtuoso perfectamente bien aunque no dure mucho tiempo, por eso es tan importante.

Normalmente hacemos tres postraciones al entrar en la *Gompa* y así purificamos negatividades de cuerpo, palabra y mente, pero cuando las hacemos sin introspección, no es completa porque falta asegurarse de que el acto se haga completamente bien. Si al contrario, haces una sola postración con introspección, es decir, conciente de que estás purificando cuerpo, palabra y mente, acumulas mas virtud. Al igual que cuando hacemos oraciones, es importante intentar que la mente esté en lo que estas recitando o meditando.

Que paséis unas buenas vacaciones pero sin olvidar el estudio, intentar recordarlo y aplicarlo en vuestra vida, ojalá nos volvamos a encontrar o a lo mejor solo seremos un recuerdo.

## **Preguntas**

Estudiante: Comentó que los engaños de los seres del reino de forma y sin forma son neutros, ¿como es posible?.

Guesela: el que sean engaños no necesariamente significa que sea no virtuoso. Los seres del reino de forma y sin forma tienen engaños pero no especificados, que a veces se traduce como neutros, porque el Buda nunca mencionó que sus engaños fueran negativos, por eso se dice que sus engaños son no especificados. ¿Cómo se define lo virtuoso y lo no virtuoso?.

Estudiante: No virtuoso es lo que perturba la mente.

Guesela: Eso sería un ejemplo de lo no virtuoso. Lo no virtuoso sería: lo especificado por el buda como un acto que trae como resultado algo desagradable. Lo virtuoso sería: lo especificado por el Buda como un acto que trae como resultado algo agradable. En ambos casos se menciona que se lo especificado por el Buda, por eso los engaños de los seres de los reinos de forma y sin forma son no especificados.

El texto de Los 70 temas habla de como entrar en el camino y en la sección del conocedor de todos los aspectos menciona los objetos de observación virtuosos, no virtuosos y no especificados, también, los objetos de los 4 niveles de concentración donde se vio la definición de virtud y no virtud.

Estudiante: Si un ser del reino de forma y no forma puede renacer en el reino del deseo y sus engaños son no especificados ¿como pueden tener un resultado de sufrimiento?.

Guesela: Esa pregunta es porque no se tiene bien estudiado los 12 vínculos, en el que dos de ellos son: el aferramiento y la existencia. En ambos está el engaño del apego que te lleva al reino del deseo, pero estos vínculos en un ser del reino de forma no son engañados.

No significa los seres del reino de forma tienen engaños y aferramiento al yo, pero el vínculo del aferramiento y la existencia no son engaños, por eso no se da lugar a lo que se ha preguntado.

Estudiante: Entonces, ¿el aferramiento a la identidad de un ser del reino de la forma es un engaño no especificado?.

Guesela: El aferramiento a la identidad no podemos decir que sea no virtuoso, pues los Arahats poseen ese aferramiento y no podemos decir que tengan algo no virtuoso.

Estudiante: No puedo entender como un renacimiento de sufrimiento no provenga de algo no virtuoso.

Guesela: Para entenderlo hace falta comprender bien los 12 vínculos y lo que pasa en los reinos de forma y sin forma, por ej. un dios del reino de la forma renace en los infiernos por el karma que creo en el pasado, pero no toma ese renacimiento por engaños como el deseo que lo hace madurar. Tienen engaños pero no son especificados.

Estudiante: ¿Que es lo que potencia que ese karma se active para que lo arroje a un infierno?.

Guesela: Que el karma virtuoso se les acaba y aflora el karma negativo que tenían. Renacer en el reino de forma no es fácil, has de haber desarrollado calma mental y lograr el primer nivel del reino de forma.

Al haber logrado un nivel de calma mental con la atracción hacia estados superiores, el vinculo 10º de la existencia (karma que arroja o causa que impulsa) les arroja al reino de forma. La condición de que el karma negativo del pasado les arroje a los infiernos es cuando consumen el karma virtuoso.

No todos los que entran en el reino de la forma siguen progresando por los niveles de concentración, ya que otros vuelven a los renacimientos inferiores. De esta forma entendemos el sufrimiento que todo lo abarca.

## **Introducción**

Hayáis o no experimentado dificultades durante las vacaciones es igual, porque ya todo pasó como un sueño. Antes de comenzar las vacaciones nos incitó a que hiciéramos acciones virtuosas, tuviéramos un buen comportamiento y si lo hicieron es para regocijarse. También es probable que cometimos acciones negativas, así que aprovechar para arrepentirse de tal forma, que no queramos volverlas a cometerlas haciendo una promesa.

No significa que nuestra expresión de la cara tenga que cambiar, porque no es un aspecto físico, sino mental el reflexionar en lo que hicimos virtuoso y no virtuoso para alegrarnos de lo virtuoso, proponernos seguir actuando así y reconocer las negatividades como errores para determinarnos no volver a cometerlas de ahora en adelante. Esto es como una promesa que nos hacemos ahora, ya que estamos comenzando el otoño, luego entraremos en el invierno y este año 2017 estará llegando a su fin. Así que les propongo que en esta primera clase, prometamos que hasta que termine el año vamos a ser lo mas escrupulosos posibles con nuestra conducta, para realizar actos bueno y evitar cometer negatividades. Esta es la motivación para el comienzo de este curso.

También como en un mes no hay tantas clases, poner interés en asistir a ellas. Si insisto en esto es porque solo hay que ver lo que está sucediendo en la actualidad, como los desastres naturales, que no hace falta mencionarlos porque somos concientes de ellos y dentro de este caos tenemos un precioso renacimiento humano, una oportunidad maravillosa que no nos va a durar mucho, porque cada año que pasa, cada mes, cada día, cada hora, nos estamos acercando a la muerte y a que termine esta vida humana.

Ahora tenemos una situación y oportunidad maravillosa y se va a terminar, por eso no podemos desperdiciarla y actuar al mismo nivel que los animales, sino que con este precioso renacimiento humano podemos acumular acciones virtuosas, que es lo que nos va ayudar cuando llegue la muerte.

En el momento de la muerte lo único que nos va a ayudar es toda la virtud que hayamos acumulado en esta vida, porque si ahora tenemos problemas podemos acudir a nuestros familiares, amigos, asociación, etc., pero a la hora de la muerte nadie nos puede ayudar, sino solo las acciones virtuosas.

Insisto en que vengáis a clases porque así dejáis huellas. Soy como un perrito, pero mi cadena es de oro, es decir, la enseñanza que les trasmito son las enseñanzas preciosas del Buda, por eso por solo escucharlas dejamos huellas y acumulamos méritos.

Creo que los que estáis aquí sabéis que escuchar estas enseñanzas nos esta dando la oportunidad de acumular virtud, p. ej. hemos meditado, hecho postraciones, recitado el *Sutra del corazón* que es tan beneficioso. Por lo tanto, son muchos los méritos que hemos acumulado, tantos que no tendríamos tiempo suficiente para mencionarlos.

El mero hecho de juntarnos da mas poder a lo que hacemos y por estar aquí y escuchar estas enseñanzas dejamos huellas. Además, no solo estamos leyendo el texto sino que

estáis recibiendo su explicación. Si además, tratamos de entenderlo y recordarlo en nuestro día a día, entonces nos estamos beneficiando mas, porque estas enseñanzas se refieren a los aspectos de nuestra mente negativos y positivos para reconocerlos y no permitir que los negativos invadan nuestra mente, mientras que los positivos los tratamos de mantener. Por eso son importantes estas enseñanzas. Como todo lo que aprendemos esta tan maravilloso, por eso les incito a que vengan a clase. Aunque estoy ya lo sabéis es bueno volver a recordarlo.

La gente que asiste a las enseñanzas por primera vez, son muy importante porque quiero que se lleven algo.

Guesela: ¿porque habéis venido?.

Estudiante: porque he leído por mi cuenta cosas que me han llenado mucho y quería una filosofía de vida que resuene en mi interior y porque me interesó.

Guesela: es muy bueno lo que has comentado de buscar e investigar lo que te llena y lo que no. Me gustó lo que has dicho, porque muchas personas se acercan al budismo porque tienen muchos problemas y piensan, que por ver a un lama y escucharle su problema desaparece rápidamente, pero no funciona así, sino que es una búsqueda interior. Eso demuestra que es una reflexión previa la que te ha llevado a venir a este lugar.

Podemos ver que las cosas no salen perfectamente bien p. ej. cuando nos encontramos con otra persona y hablamos de las vacaciones, al comienzo contestamos que todo fue muy bien, pero después de algunos minutos salen los problemas que tuvimos. Esto es igual para todos, por que es la naturaleza del lugar donde nos encontramos que es el samsara.

El que los problemas desaparezcan no depende de otra persona, porque el Buda no los puede eliminar con sus bendiciones, sino que depende de cada uno de nosotros. Cuando estudiamos cómo es nuestra mente y este estudios nos lleva a ver los beneficios de comportarnos de determinada manera y los perjuicios de hacerlo de otra forma.

Ahora tenemos la información, nos falta investigar si va de acuerdo a la realidad o no, o si nos beneficia o perjudica, y el estudio del budismo tiene esta finalidad. Cuando utilizamos lo que estudiamos para observar nuestra mente y gracias a ello hay un ligero cambio en nosotros hacia una mente mas virtuosa, esta sería la bendición del Buda.

De esto se trata el budismo, de que tengamos herramientas para reflexionar y trabajar en nosotros mismo. El Buda no es el que nos lleva al cielo o al infierno, porque no hay nadie ajeno a nosotros que lo haga, sino que es resultado de nuestros propios actos. Por eso, los textos que estudiamos debemos verlos, no solo como información, sino como un espejo para ver como se encuentra nuestra mente y si está sucia limpiarla para que sea mas bondadosa. De esto se trata el estudio de las enseñanzas, de ser mas concientes de los pensamientos que nos benefician y los que nos dañan.

Hablamos de transformar nuestra mente que es algo difícil de hacer, porque desde tiempo sin principio hemos permitido que las emociones aflitivas dominen nuestra mente, por

eso ahora son las que tienen el control. Por eso debemos empezar por distinguir las emociones aflitivas de las acciones virtuosas para trabajar con ellas, teniendo en cuenta que seguiremos cometiendo errores, pero sin darte por vencido. Así, llegará el día en que no cometes el mismo error y te sientes feliz, luego sucede en dos ocasiones hasta aumentar. Es decir, poco a poco vamos tomando el control en nuestra mente.

El Buda dijo: *“Si queréis ser como yo, os voy a decir lo que hice para llegar a la budeidad”*. De esto se trata las enseñanzas, nos dicen lo que hay que eliminar y lo que hay que cultivar para alcanzar ese estado. Es un trabajo difícil pero no es imposible, sino que es cuestión de trabajar en esa dirección, porque es un trabajo interno o a nivel personal.

En primer lugar hay que tener muy claras cuales son las acciones virtuosas y cuales las negativas para identificarlas en nosotros. Luego estar atentos en observar nuestra conducta y en tratar de que sea virtuosa la mayor parte del tiempo. Entonces, en algunas ocasiones nos caemos y nos levantamos, hasta vislumbrar un cambio en nosotros y se da lugar la transformación que buscamos.

Es un trabajo arduo y difícil, pero no podemos desanimarnos y sentir que no podemos, porque si actuamos así, seguiremos con la misma conducta errónea de cuerpo, palabra y mente. Esta actitud es peor, porque nos hundimos mas en los malos hábitos arraigados en nosotros, por eso vale la pena esforzarnos en la dirección opuesta y esforzarnos en que nuestra acciones físicas, de palabra y de pensamiento sean buenos.

Es un trabajo a largo plazo que vale la pena, p. ej. hay personas que ven un animal y su instinto es matarlo, que es un hábito adquirido en vidas pasadas y si les dices que no lo haga, que se imagine que le hicieran lo mismo a ellos, que el animal siente y no quiere morir, recibe esa información hasta que la asimila y luego, no lo hace sino que se detienen porque algo ha cambiado en ellos. Lo mismo sucede con nosotros, tenemos hábitos pero llegará un momento en que se cambian.

La siguiente analogía lo ejemplifica: cuando salimos del Tíbet en 1959 como refugiados, estuvimos en un lugar con condiciones pobres, donde la ropa que llevábamos estaba sucia y teníamos que compartir habitación varias personas. En el lugar donde vivíamos habían muchas moscas y una persona de china se inventó un matamoscas con un tallo de bambú al que le metió un cartón, y por mas que le decían que no lo hiciera no hacía caso, esto es debido a sus hábitos anteriores.

También tenemos hábitos buenos de vidas pasadas, p. ej. Maarten es actualmente el director del Centro Maitreya en Holanda, pero hace 20 años era cocinero de alta cocina y trabajaba en un hotel muy reconocido, así que era un chef reconocido y ganaba mucho dinero. En ese momento no era budista y se fue de vacaciones a Nepal donde visitó el monasterio de Kopan por curiosidad. En este monasterio cada año se hace un curso y a veces lo guía un lama tibetano y otras veces un lama occidental. La clase que recibió fue sobre las 10 acciones no virtuosas, sobre todos los perjuicios de matar.

Maarten se sintió tan angustiado, que una vez volvió a Holanda renunció a su trabajo y quiso recibir mas enseñanzas por lo que asistió a los cursos del Centro Maitreya, luego se hizo voluntario en la cocina, hasta ser su director. Esto es un ejemplo de cómo también



tenemos huellas virtuosas como en este caso, por eso con escucharlo una vez se decide no volver a cometer acciones negativas.

En conclusión, cualidades como el amor, la compasión, la paciencia, etc., son importantes cultivarlas, así como la visión de que las cosas son interdependientes, porque nos ayuda a ser felices y si no cultivamos estas cualidades solo vamos a sufrir mas. Esto de alguna manera todos lo entendemos. Sabemos que el enfado hace daño y la paciencia nos beneficia, y la forma en que podemos hacer que en nosotros madure la paciencia, es viendo los inconvenientes del enfado p. ej. que destruye nuestros méritos y así nos decidimos a practicar la paciencia.

Pero no solo debemos ser pacientes con los que nos dañan, sino ante las dificultades y darnos cuenta que si el problema tiene solución no hay porque angustiarse y si no la tiene, ser pacientes porque significa de que en vidas pasadas realizamos acciones negativas que ahora han madurado y eso es bueno, porque significa que tenemos una negatividad menos para llevarnos. Es importante tener este dialogo interno con nosotros mismos para que la paciencia surja y tener fortaleza antes las dificultades.

Hay lugares en el mundo donde están en guerra, pasando hambruna, epidemias, desastres naturales, etc., que provocan miedo. Por un lado hay problemas sociales y por otro, problemas individuales con nuestros seres queridos, etc. Estos problemas son por la carencia de amor y de paciencia, así que debemos reflexionar en que estas situaciones son consecuencia de nuestros propios actos, en cambio si cultivamos estas cualidades tanto a nivel individual como social, crearemos otra experiencia y seremos felices de forma auténtica. Esto es un resumen, ahora nos toca reflexionar sobre estos puntos.

### **Continuamos con el comentario**

#### **Distracción (*rnam par g.yeng ba*)**

Texto raíz

*En relación a la distracción, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la distracción?*

*RESPUESTA: Es una dispersión mental que está relacionada con el **apego, el odio y la ignorancia**. Y tiene la función de obstaculizar la separación del apego.*

La distracción y hablar por hablar nos hace mucho daño en esta vida, porque nos impiden cultivar acciones buenas, es decir, impide que nos encarrilemos a realizar acciones virtuosas. En ocasiones no nos percatamos pero nos hace mucho daño.

Los occidentales están obsesionados con controlar el tiempo, porque queremos utilizarlo al máximo y en el aspecto del dharma se dice que es algo a lo que hay que prestarle mucha atención, ¿qué se menciona al respecto?.

Estudiante: que nuestra vida es corta, se acaba pronto y tenemos que sacarle partido a una situación tan extraordinaria.

Guesela: precisamente, en el contexto de las enseñanzas el tiempo se aprecia mucho porque lo tenemos que aprovechar al máximo para crear acciones virtuosas. Es verdad que hay otras cosas que tenemos que hacer como comer, dormir, etc., pero el espacio de

tiempo que tengamos, debemos utilizarlo en crear acciones virtuosas y así aprovechar nuestra vida y hablar por hablar nos quita tiempo que podríamos aprovechar para crear virtud.

El antídoto para la charlatanería sería pensar en la muerte. Cuando estamos cayendo en hablar por hablar y desperdiciamos mucho tiempo lo que nos ayuda a dejarlo es recordar la impermanencia y muerte y que vamos a morir y no podemos desperdiciar el tiempo, entonces nos enfocamos en crear acciones virtuosas como oraciones o prácticas. Entonces, entra la distracción, p. ej. cuando haces tus compromisos y te acuerdas de algo que tienes que hacer, incluso te levantas y al final no terminamos la práctica ni la hacemos bien por la distracción. Por eso el hablar por hablar y la distracción son cosas que nos afectan de forma muy obvia y directa en nuestra vida y nos hacen mucho daño y debemos identificarlas.

### **Preguntas:**

Estudiante: ¿la distracción es un tipo de pereza?.

Guesela: No están relacionados. La pereza es cuando no nos apetece hacer algo y por eso lo posponemos, en cambio en la distracción quieres hacerlo y lo empiezas a hacer pero te distraes, p. ej. vas a hacer un ofrecimiento pero piensas que también quieres hacer postraciones, entonces, no terminaste una acción y empiezas otra. Es mejor centrarse en un acto virtuosos y cuando lo terminas comienzas el otro, para no dispersarte. También, ahora estamos aquí y puede ser que el cuerpo esté aquí pero nuestra mente está pensando en que hacemos de cenar o en donde esta el coche, estas son distracciones. Cuando nuestra mente se va a otro lugar es nuestra distracción la que está funcionando.

También es verdad, que para la pereza también se utiliza como antídoto la impermanencia y muerte y son muy útiles los antídotos, porque de forma directa nos ayuda a cortar con la charlatanería, la distracción o la pereza.

## **Introducción**

Comenzamos recitando las *Alabanzas a las 21 Taras* para que desaparezca el sufriendo que muchas personas están experimentando por los desastres naturales como terremotos y huracanes, porque los elementos de la tierra están alterados. También hay conflictos serios y estamos viviendo una época de agitación de la naturaleza y del estado de ánimo de las personas. En especial, por las personas que han padecido el terremoto, donde incluso se ha caído una escuela matando a niños y donde las personas que sobrevivieron se encuentran sin luz, ni agua, debemos pensar que si estuviéramos en su situación la estaríamos pasando muy mal y también, por la situación en España.

También recitamos el mantra del Buda de la compasión, para que las personas que han fallecido recientemente tengan un buen renacimiento y consigan un precioso renacimiento humano, cerrando así la posibilidad de que renazcan en un reino inferior.

Ver las situaciones difíciles por la que están pasando otros seres, no es para deprimirse o mirar para otro lado, sino para ser mas activos y hacer algo como recitar las *Alabanzas a las 21 Taras* pensando que ojalá los seres no padezcan situaciones difíciles.

Sin duda que actuando así estamos beneficiando a los demás, porque son nuestra fuente de inspiración para hacer la oración. También, si estas pasando por situaciones difíciles piensa en todas las personas que están pasando por la misma situación y recita las *Alabanzas a las 21 Taras* para que se eliminen estos problemas nuestros y de los demás. Esta es la forma correcta de hacer la oración, porque estás incluyendo a los demás y las recitas el número de veces que puedas.

Se dice que es una oración muy poderosa y no hay mejor súplica que esta Alabanza. Cuando la recitas, es como hacer una *puja* y ya que has tenido la fortuna de conocer esta oración utilízala. Por eso siempre resalto la importancia de esta oración, ojalá guarden este consejo en vuestro corazón.

## **Continuación del comentario**

### **Distracción (*rnam par g.yeng ba*)**

Texto raíz:

*En relación a la distracción, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la distracción?*

*RESPUESTA: Es una dispersión mental que está relacionada con el apego, el odio y la ignorancia. Y tiene la función de obstaculizar la separación del apego.*

Guesela: En nuestro día a día hay dos factores mentales que nos hacen mucho daño ¿cuales son?.

Estudiante: la charlatanería y la distracción.

Guesela: Es correcto. En el *Bodisatvacharyavatara* se dice: “*puede que estés haciendo oraciones, recitando mantras, etc., pero si tu mente está distraída, eso no tiene mucho sentido*”.

A pesar de ello, no podemos vencernos y decidir no realizar estas acciones virtuosas, sino que es mejor hacerlas. Aunque todavía no hacemos acciones virtuosas perfectas: con un buen inicio, un buen contenido y una buena conclusión, pero por lo menos lo intentamos.

Esto no justifica que no pongamos esfuerzo en no caer en la distracción y una forma de corregir la mente es pensar en sus inconvenientes, como que nuestra virtud pierde fuerza, p. ej. cuando hacemos muchas postraciones con una mente distraída, aunque los beneficios de hacer postraciones son enormes, el que la mente este distraída nos impide sacarle el máximo beneficio a esa acción virtuosa.

Este es uno de los defectos de la distracción, pero hay muchos mas, que si los vemos, seremos mas meticulosos a la hora de hacer acciones virtuosas para no dejarnos llevar tan fácilmente por ella.

Estudiamos *Lo rig* no como algo teórico, sino para conocer los aspectos buenos y malos de la mente, y así poder cultivar unos y eliminar otros. Así que debemos sacarle provecho a este estudio.

La distracción está principalmente relacionada con el apego, por eso mientras hay distracción, se crean obstáculos para cortar con el apego.

Texto raiz:

*Como se menciona en la parte superior, la distracción, debido a las aflicciones, causa que la mente se aleje de su objeto de observación. En Una explicación de los cinco agregados<sup>54</sup>, se dice que es una dispersión mental hacia los cinco atributos del reino del deseo.*

*DILEMA: ¿Existe alguna diferencia entre [la distracción] y la excitación que se mencionó en la parte superior?*

*RESPUESTA: La excitación es una dispersión hacia objetos atractivos con los que previamente se está familiarizado, y está relacionada con el apego. Mientras que la distracción puede distraerse hacia cualquier objeto y estar relacionada con los tres venenos. En esto radica la diferencia.*

Guesela: ¿cual es la diferencia ente la excitación<sup>55</sup> y la distracción?.

Estudiante: nos podemos distraer llevados por cualquier tipo de apego, odio e ignorancia y la excitación, es cuando perdemos la concentración hacia algo que nos gusta y con el que previamente nos hemos familiarizado.

Guesela: mas que diferenciarlos por la emoción aflictiva que lo genera, es mas sencillo diferenciarlos en que la excitación es una distracción, mientras que la distracción no necesariamente es excitación.

---

<sup>54</sup> Nota del traductor: este texto es de Vasubandhu.

<sup>55</sup> Nota del transcriptor: el traductor lo mencionó como “*agitación mental*”.

La excitación es una distracción hacia objetos con los que previamente se ha familiarizado, en cambio, la distracción es hacia un objeto atractivo que previamente se ha conocido o no, por eso la distracción sería el grupo grande y dentro estaría la excitación.

Estudiante: cuando dimos el olvido se dijo que está relacionado con la distracción, y se daba cuando tratamos de observar un objeto con el que previamente nos hemos familiarizado y luego lo perdemos.

Guesela: mas que estar relacionados, se dice que la distracción daña la memoria y provoca el olvido, pero no necesariamente es malo, sino que puede ser bueno.

La excitación necesariamente es aflictiva, mientras que la distracción no necesariamente es aflictiva. Pero como en este caso, estamos dentro de los 20 factores mentales secundarios, sería una distracción aflictiva.

## **Divisiones**

Texto raíz:

*Al dividir la distracción, encontramos seis tipos:*

- (1) Distracción debido a su misma entidad,*
- (2) Distracción externa,*
- (3) Distracción interna,*
- (4) Distracción debido a los signos,*
- (5) Distracción debido a estados desfavorables,*
- (6) Distracción debido a la atención.*

Es bueno que tengáis claras estas divisiones, porque este texto las menciona claramente a diferencia de otros textos como el *Lam rim*.

## **Distracción debido a su entidad**

Texto raíz:

*La distracción debido a su misma entidad se explica diciendo que son las cinco consciencias sensoriales. La razón es la siguiente: Al entrar en un equilibrio meditativo, si alguna de las cinco consciencias sensoriales es generada, entonces [la mente] surge de esa estabilización meditativa. De esta forma, son llamadas "distracciones externas de la mente alejadas de la estabilización meditativa."*

Guesela: se mencionan las cinco consciencias sensoriales ¿qué significa?.

Estudiante: se refiere a la conciencia visual, auditiva, gustativa, táctil, etc., que cuando aparece alguna de ellas pierdes la concentración.

Guesela: hay que tener claro lo que es meditar. Cuando meditas únicamente se tiene que activar la conciencia mental y mantener desactivadas las consciencias sensoriales, p. ej. si tu objeto de meditación es la imagen del Buda, primero miras atentamente con tu conciencia visual la imagen, para luego recrearla a nivel de la conciencia mental.

Entonces, si vuelves a utilizar la vista, ha surgido la distracción que es *debido a su entidad*, porque se ha activado la conciencia sensorial visual, porque lo único que tiene que estar trabajando es la conciencia mental.

Estudiante: ¿esto es así en todos los tipos de meditación?

Guesela: si, en cualquier meditación la única conciencia que tiene que estar activa es la mental.

Hay 3 tipos de meditación: la *meditación de visualización*, la *meditación unidireccional* y la *meditación analítica*. La *meditación de visualización* es p. ej. cuando visualizas a personas conocidas o familiares a tu lado o en frente de ti. La *meditación analítica* es cuando reflexionas en un tema y la *meditación unidireccional* se centra en un objeto en el que emplazas la mente a nivel de la conciencia mental.

La meditación que principalmente se utiliza es la *analítica* y la *unidireccional* que se ayudan mutuamente, porque la mente se emplaza en un objeto, que sería la *meditación unidireccional*, que te ayuda a mantener la concentración, pero para que esta meditación te beneficie tienes que acompañarla de la *meditación analítica* donde reflexionas hasta llegar a una conclusión en la que te concentras.

El texto menciona claramente: “*Al entrar en un equilibrio meditativo, si alguna de las cinco consciencias sensoriales es generada, entonces [la mente] surge de esa estabilización meditativa*”.

Por lo tanto, este tipo de distracción es cuando la conciencia se aleja de la estabilización meditativa, porque una conciencia sensorial se ha activado. Cuando la conciencia sale del equilibrio meditativo se le llama *estado posterior a la meditación*.

En conclusión, si quieres meditar en serio tiene que desactivar las consciencias sensoriales y hay muchas historias de grandes lamas que han cerrado por completo estas consciencias como la historia de Choden Rimpoche que practicó la meditación en retiro durante mucho tiempo.

Cuando estaba en una de las habitaciones del monasterio de Sera en la India, que en ese momento no eran tan agradables como ahora, un día mientras entraba en un estado de meditación equilibrado y hacía mucho calor, dejaron las puertas y ventanas abiertas. Mientras tanto, los monjes estaban debatiendo en el patio o sea que eran sobre las 7 de la tarde. En ese momento cayó una fuerte lluvia que inundó su habitación y sus hábitos, pero él no se dio cuenta, sino que se sorprendió al ver lo que había pasado cuando salió de ese estado de meditación. Esta es una historia muy inspiradora.

### **Distracción externa**

*La distracción externa es una dispersión mental externa hacia los atributos del reino del deseo cuando uno se involucra en virtudes relacionadas con: escuchar, reflexionar y meditar. Se le llama así debido a que la dispersión hacia algún objeto de observación erróneo, no permite permanecer en [estas virtudes] ni mantener el objeto virtuoso de observación.*

Es un familiar cercano a la agitación mental.

### **Distracción interna**

*La distracción interna es la somnolencia, la agitación o el aferramiento a la absorción meditativa al lograr el equilibrio en la estabilización meditativa. ¿Por qué se le llama “distracción interna”? Se le llama así porque se le considera el obstáculo principal para el cultivo de una estabilización meditativa interior.*

Esta distracción es la que nos afecta de forma mas evidente a la hora de meditar. Es cuando entras en un estado de meditación y aparece la somnolencia, la agitación y también cuando experimentas gozo y te quedas enganchado a ello en vez de progresar en tu concentración.

Si se quiere desarrollar concentración, primero eliges un objeto de observación y luego emplazas tu mente en el mismo de forma clara y firme, es decir, tu mente lo observa con energía.

Para tener una buena concentración deben estar presentes: mantener el objeto, con claridad e intensidad o el mismo nivel de actividad y que no disminuya, porque si baja de intensidad sería sopor y es una distracción.

### **Distracción debido a los signos**

*La distracción debido a los signos, consiste en esforzarse para entrenarse en la virtud pensando: “Que maravilloso sería si otra persona desarrollara convicción en mi, pensando: Él ha logrado la concentración.”*

Se refiere a las 8 preocupaciones mundanas. Es una distracción difícil de vencer porque aparece p. ej. cuando alguien se va de retiro y en vez de estar concentrado en el retiro piensa: “seguro que tal persona está hablando bien de mi” o “las personas estarán asombradas porque me he ido de retiro”.

En Tíbet, cuando alguien decidía quedarse para siempre en retiro, se construía una casa que se sellada y solo se dejaba un hueco para la comida. Aunque aparentemente el meditador no tenía distracciones, si aparecen estos pensamientos serían una distracción.

### **Distracción debido a estados desfavorables**

*La distracción debido a estados desfavorables es un engreimiento de la mente que concibe al yo y a lo mío, al sentir que uno se está involucrando en lo virtuoso. Surge en dependencia de estados desfavorables acerca de la visión del conjunto transitorio y del orgullo.*

Cuando hacemos algo virtuoso como escuchar enseñanzas, estudiar, etc., es con el objetivo de que las emociones negativas disminuyan y nuestras cualidades aumenten, pero a veces sucede lo contrario y parece que entre mas se practica, mas se alimentan las emociones aflitivas, en ese caso sería este tipo de distracción.

**Distracción debido a la atención**

Texto raíz:

*La distracción debido a la atención se refiere a:*

*Abandonar la absorción meditativa de la cuarta concentración por la absorción meditativa de la tercera concentración o incluso más baja, o*

*Pensar: “Abandonar el involucrarse con el gran vehículo, pensando que es mejor mantenerse en el vehículo inicial.”*

Cuando estas en el estado de absorción meditativa del 4º nivel en los reinos superiores, tu meditación debe estar enfocada en ese nivel, si no sucede así y estás enfocado en el tercer nivel, habrás caído en este tipo de distracción. También, si esas tratando de cultivar el vehículo mahayana pero estas utilizando como objeto de meditación algo del hinayana.

La siguiente historia lo ejemplifica: en una ocasión el alumno de un Guese le dijo que la calma mental era fácil de conseguir y que en las enseñanzas lo exponían de forma muy complicada y le preguntó al Guese si él había conseguido la calma mental. El Guese que era muy listo, sabía que esta persona tenía muchos compromisos y estaba tratando de practicar las enseñanzas, pero que muchas veces se quedaba dormido mientras lo hacía. El Guese le contestó: *“no tengo calma mental, pero cuando una persona consigue la calma mental es imposible que se quede dormido haciendo sus oraciones”*. Esta respuesta el hizo dudar de que hubiera conseguido la calma mental, es decir, estaba equivocado en cuanto a lo que suponía obtener ese logro.

Cuando practicas, puede llegar el momento en que disfrutes de la práctica y te mantengas en el objeto durante un periodo largo, pero eso no es calma mental, porque el objeto se debe mantener con claridad e intensidad, por eso en el momento en que baja un poco la intensidad ya no sería calma mental sino sopor.

**Preguntas:**

Estudiante: ¿podría comentar algo sobre el problema en Birmania?.

Guesela: no es un problema religioso sino político. Es verdad que hay lugares con personas musulmanas donde han habido conflictos, pero no es por la religión. Incluso en Deli se ha aconsejado a los monjes que no se pongan los hábitos.

En algún momento en China hubo un problema similar, para hacer una mala publicidad del Budismo se pusieron hábitos de monje y atacaron a musulmanes o cristianos y esto lo filmaron para luego hacerlo publico diciendo que lo habían hecho los budistas.

También en el Tíbet en otro momento, los Chinos se apoderaron de un monasterio de monjas y para desprestigiar el budismo, hicieron que las monjas bailaran en público.



**Distracción (*rnam par g.yeng ba*)**

## Texto raíz

*Los tipos de distracción explicados aquí se muestran como enumeraciones generales de la distracción, pero no son en definitiva aflicciones secundarias; [de hecho] la primera de ellas no está especificada y la última está incluida en lo virtuoso. De hecho, los tipos de distracción a las que se les considera una aflicción secundaria, son a la distracción externa y a la distracción interna, las cuales se han expuesto aquí. Es necesario que aquellos con devoción e inteligencia analicen estos detalles.*

La *distracción debido a la atención* es virtuosa, que se refiere a abandonar la absorción meditativa de un nivel superior, por la absorción meditativa de un nivel inferior y la *distracción debido a su misma la entidad* es neutra, ya que puede ser tanto virtuosa como no virtuosa. Por lo tanto, la distracción como aflicción secundaria solo sería la distracción interna y la externa. Como esto no es fácil comprenderlo, se debe analizar con detalle.

## Texto raíz

*[Un análisis del conjunto de las aflicciones secundarias]*

*De esta forma, todas estas veinte: comenzado con la beligerancia hasta llegar a la distracción, son llamadas “aflicciones secundarias” [en tibetano: nye nyon, que literalmente quiere decir aflicciones juntas o cercanas] ya que están junto o involucradas con las aflicciones raíces. Además, hay que comprenderlas de manera individual: la beligerancia y el resentimiento van junto con el enfado, y están involucradas con el [enfado] y demás. La mayoría se explican de manera clara en los pasajes del *Abhidharma* que se han citado con anterioridad.*

Se les llaman aflicciones secundarias, porque están involucradas o relacionadas con las aflicciones raíz. Podemos pensar, ¿para que mencionarlo si ya se ha dicho con cual aflicción raíz está relacionada? pero es tan importante este punto que por eso se reitera. La razón, es que en ocasiones es difícil distinguir una aflicción de otra, p. ej. la beligerancia, el resentimiento y el enfado son difíciles de distinguir. Por lo tanto, se menciona para facilitarnos su reconocimiento.

En la clase del martes pasado se habló de los engaños o emociones negativas, y se recalcó que hay que verles defectos. Para poder verles defectos, hace falta conocerlos como lo estamos haciendo ahora. Si desde el principio no reconocemos las emociones aflitivas y no sabemos con cual aflicción raíz está relacionada, nos costará más verles defectos y es importantísimo ver defectos en las aflicciones.

La mayor parte de las aflicciones secundarias que hemos visto, se explican de forma clara en el texto del *Abhidharma*, que muestra de forma clara sus distinciones.

En otras ocasiones hemos mencionado, que la distracción nos perjudica porque nos hace perder mucho tiempo y nos desvía de involucrarnos en acciones virtuosas, junto al hablar por hablar. Esto lo vemos incluso a nivel cotidiano, ya que cuando nuestra mente está distraída no puede realizar bien su trabajo y caemos fácilmente en errores.

Por culpa de la distracción y el hablar por hablar, perdemos la oportunidad de realizar acciones virtuosas y no hacemos bien nuestra práctica espiritual, p. ej. decidimos meditar,

pero el tema de meditación se nos olvida y no sabemos en que meditar o podemos recordar bien el tema de meditación, pero la mente se distrae por pensar en otras cosas. En este caso, el acto de meditar no sería eficiente.

Esto se menciona, para empezar a tener control sobre nuestra mente y evitar que se distraiga. Para conseguirlo, hay que ver los defectos de tener una mente distraída para evitar dejarnos llevar por ella.

En el texto de *Bodisatvacharyavatara* Shantideva menciona: “*aunque hagas recitaciones o medites, si tienes una mente distraída, eso no tiene sentido*”. Esta cita resalta el gran defecto de la distracción, que es impedir que le saquemos el máximo provecho a las acciones virtuosas que realizamos y solo nos quedamos en dejar huellas virtuosas en nuestra mente. En cambio, si nuestra mente es conciente de lo que está meditando, ese acto se vuelve extremadamente beneficioso.

Estamos en el 6º grupo de factores mentales ¿cuales son el resto de grupos de factores mentales?.

Estudiante: los factores mentales omnipresentes, los determinantes, los virtuosos, los engaños raíces, los 20 secundarios y los 4 factores mentales variables.

### **Los cuatro factores mentales variables (*gzhan 'gyur*)**

Hay cuatro factores mentales variables:

- (1) Sueño
- (2) Arrepentimiento
- (3) Investigación
- (4) Análisis

#### **Sueño (*gnyid*)**

Texto raíz

*En relación al sueño, El compendio de conocimiento dice:*

**PREGUNTA: ¿Qué es el sueño?**

**RESPUESTA: Es una retirada o repliegue de la mente en dependencia de su causa: soñar [o dormir], en relación a:**

*Los virtuoso, lo no virtuoso y lo no especificado,*

*El tiempo oportuno y tiempo inoportuno,*

*Y lo apropiado y lo inapropiado,*

*y está relacionado con la ignorancia. Tiene la función de servir como una base para fallar al llevar a cabo actividades.*

El sueño puede ser virtuoso, no virtuoso y neutro. En cuanto al tiempo oportuno, inoportuno, apropiado e inapropiado se verá mas adelante. Lo mas importante es saber que sirve de base para fallar en las actividades, p. ej. queremos hacer algo, pero el sueño nos vence impidiendo hacerlo.

### Texto raíz

*Tal y como se ha dicho, es un tipo de consciencia que causa que la relación con las consciencias sensoriales se repliegue de manera impotente hacia dentro dependiendo de causas tales como la pesadez del cuerpo, debilidad, fatiga o atención a la oscuridad.*

El sueño hace que el cuerpo se sienta pesado, da una sensación de debilidad, fatiga y cierra nuestros sentidos. El sueño hace que las consciencias sensoriales se replieguen hacia dentro, dejando de tener lucidez.

### Tiempo oportuno e inoportuno para dormir

#### Texto raíz

*[En la cita anterior], cuando dice “**tiempo oportuno y tiempo inoportuno**” se refiere a lo siguiente que menciona el protector Nagaryuna [en su Carta a un amigo] (estrofa 39):*

*!Oh sensatos! Ocúpense durante todo el día y también durante la primera y la última parte de la noche. Duerman con atención plena entre estas dos; de esta forma incluso el tiempo que empleen para dormir no será desperdiciado.*

Significa que el momento apropiado para dormir es si dividimos la noche en tres o cuatro partes y dormimos en la parte del medio, quitando la primera y la última parte de la noche que son para realizar actividades.

#### Texto

*Como se ha mencionado, la parte intermedia de la noche es para dormir. Mientras que la primera y la última no son para dormir, ni tampoco se duerme durante el día. Más bien son horas para esforzarse y aplicar la virtud. Esto se explica de esta forma con el propósito de comprender estas modalidades.*

*En relación a “**lo apropiado y lo inapropiado**” [en la cita de arriba], es apropiado dormir durante la parte intermedia de la noche con la aspiración de involucrarse en la virtud a través de desarrollar<sup>56</sup> los elementos del cuerpo. Mientras que el sueño motivado por aflicciones, incluso aunque acontezca en la parte intermedia de la noche, es inapropiado. Esto se explica de esta forma con el propósito de lograr comprenderlo teniendo en cuenta las razones que presentan las citas mencionadas en la parte superior.*

Esto se menciona para comprender la cita de Nagarjuna.

#### Texto raíz

*Su función es la de “**fallar al llevar a cabo actividades**” debido a que el sueño es de dos tipos: virtuoso y no virtuoso. **El que no es virtuoso**, es decir, el sueño afligido, causa que las actividades virtuosas degeneren. **El sueño de tipo virtuoso** también existe y se explica a detalle [en el texto de Asanga llamado] *Tratados sobre los niveles*. Por temor a extenderme demasiado, no he citado aquí las fuentes.*

En este texto Asanga describe con detalle el significado de un sueño virtuoso.

Con la finalidad de saber si lo hemos entendido, hemos hablado del sueño **¿qué sería un sueño virtuoso?**.

<sup>56</sup> Nota del traductor: en vez de “desarrollar” sería “restablecer”.

Estudiante: sería el que viene a continuación de una mente virtuosa, si cuando dormimos la mente es virtuosa, significa que el momento siguiente es virtuoso.

Guesela: es correcto, si antes de quedarte dormido procuras generar una mente virtuosa y justo antes de entrar en el sueño mantienes esta mente, se dice que el periodo en que duermes es virtuoso. Pero si justo antes de dormirnos hemos creado un pensamiento negativo, todo el tiempo de dormir será no virtuoso. También, si nos relajamos mucho y nos quedamos dormidos, este periodo de dormir sería **neutro o no especificado**, p. ej. hay personas que cuando se van a la cama escuchan enseñanzas y se quedan dormidos, en este caso, el sueño sería virtuoso.

Esto es diferente a quedarse dormido mientras se reciben enseñanzas, porque en ese caso sería no virtuoso. Sería el caso de que estamos recibiendo enseñanzas muy atentos, incluso reflexionamos en ellas y en algún momento cerramos los ojos para concentrarnos mas y nos quedamos dormidos, en este caso sería un sueño virtuoso. Pero si con una mente muy distraída pensamos en muchas cosas y por eso sentimos sueño y nos dormimos, sería un sueño negativo. Y si escuchamos enseñanzas antes de dormir sería neutro.

Si enfatizamos cuando sería negativo y cuando neutro, sería negativo si nos dormimos por distracción y si nos dormimos porque es la hora de dormir sería neutro.

### **Arrepentimiento ('gyod pa)**

Texto raíz

*En relación al arrepentimiento, El compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es el arrepentimiento?*

*RESPUESTA: Es un estado mental de remordimiento hacia una acción [apropiada] o inapropiada, intencionada o sin intención, en relación a:*

*Lo virtuoso, lo no virtuoso y lo no especificado,*

*El tiempo oportuno y tiempo inoportuno,*

*Y lo apropiado y lo inapropiado,*

*y está relacionado con la ignorancia. Tiene la función de obstaculizar la estabilidad mental.*

*Tal y como se menciona en la parte superior, depende de que:*

*Uno mismo realice a propósito una acción apropiada o inapropiada, o que*

*Habiéndola realizado bajo presión,*

*uno se arrepienta de dicho acto después de verlo con desagrado.*

*A esto se le llama "generar arrepentimiento."*

El arrepentimiento es de tres tipos:

- (1) Virtuoso.
- (2) No virtuoso.
- (3) Sin especificación.

### **Arrepentimiento virtuoso**

Cuando te arrepientes de haber creado una acción negativa.

## Arrepentimiento no virtuoso

Cuando te arrepientes de haber creado virtud.

## Arrepentimiento neutro

Cuando te arrepientes de algo que no beneficia, ni perjudica a otros p. ej. arrepentirnos de haber hecho un trabajo manual.

## Tiempo apropiado e inapropiado

Texto raíz

*[En la parte superior, donde se mencionan]: “El tiempo oportuno y tiempo inoportuno, así como lo apropiado y lo inapropiado”, se refiere a que es apropiado arrepentirse cuando algo es remediable, y arrepentirse cuando algo no es inapropiado. Además, un arrepentimiento apropiado cuando es remediable se refiere a la necesidad de confesar las acciones negativas con arrepentimiento antes de que su fruto madure en el presente. No remediable se refiere a que el fruto de un renacimiento desafortunado ha madurado, como en el caso de haber nacido ciego o con alguna deficiencia física o algo más, como ya ha ocurrido, es irreversible.*

Es un arrepentimiento apropiado si se puede hacer algo para remediarlo y así evitar que sus frutos maduren, p. ej. cuando cometes una acción negativa como matar, todavía no han madurado los resultados de esa acción y te arrepientes de haberla cometido, éste sería un arrepentimiento apropiado, pero si ya maduró los resultados de ese acto, arrepentirnos sería inapropiado.

Texto raíz

*De esta forma, conocer los detalles de este tema tal y como se explican en El compendio de conocimiento es un excelente método para generar convicción en los estadios del camino.*

Hemos hablado del arrepentimiento según el texto de *Compendio de conocimiento*, pero según el texto de *Tesoro de conocimiento [Abidharmakosa]*, hay solo 2 tipos de arrepentimiento: el virtuoso y no virtuoso.

La razón por la que Vasubandhu solo habla de 2 tipos de arrepentimiento, no es porque niegue el arrepentimiento neutro, sino porque considera que no vale la pena mencionarlo porque estamos hablando del arrepentimiento en relación a una acción virtuosa o no virtuosa.

## Investigación (rtog pa) y análisis (dpyod pa)

Texto raíz

*En relación a la investigación y el análisis, el Compendio de conocimiento dice:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la investigación?*

*RESPUESTA: Es una indagación mental que depende de la intención o de la sabiduría; es un estado mental burdo.*

En tibetano “investigación” se dice “rtog pa” que se refiere a “concepto” y “rtog pa mepa” se refiere a “no conceptual”, pero aunque es la misma palabra, no se refiere a “concepto”

sino en el sentido de investigación. La investigación tiene que ver con las conciencias sensoriales, mientras que en lo conceptual no se incluyen las conciencias sensoriales.

Texto raíz

*PREGUNTA: ¿Qué es el análisis?*

*RESPUESTA: Es una expresión mental que examina individualmente y que depende de la intención o de la sabiduría; siendo un estado mental sutil. Ambos tienen la función de servir como base tanto para permanecer en contacto como para no permanecer en contacto.*

Tanto la investigación como el análisis, son la base para que la conciencia pueda permanecer en contacto con el objeto en que se aplica o no pueda permanecer en contacto.

Tenemos una conciencia que aprehende el objeto, pues el análisis y la investigación hacen que se mantenga en el objeto. La diferencia entre las dos, es que **la investigación** ve el aspecto burdo y el **análisis** ve el aspecto más sutil del objeto en que entra en contacto, p. ej. la investigación aprehende el objeto blanco, mientras que el análisis aprehende en detalle ese objeto. Ambos se dan lugar en una misma conciencia, en conjunción o simultáneamente.

Texto

*Tal y como se ha dicho, es una indagación sobre las entidades burdas de los objetos así como sobre sus nombres, mientras que el análisis es una discriminación sutil de éstos.*

*De la misma forma, Una explicación de los cinco agregados [Vasubhandu] también menciona lo siguiente:*

*PREGUNTA: ¿Qué es la investigación?*

*RESPUESTA: Es una indagación mental. Es un estado mental burdo [que depende] de las particularidades de la intención o de la sabiduría.*

*PREGUNTA: ¿Qué es el análisis?*

*RESPUESTA: Es una expresión mental que examina a nivel individual [en detalle]<sup>57</sup>. Es un estado mental sutil [que depende] de las particularidades de la intención o de la sabiduría.*

Por eso se dice que es una misma conciencia, pero uno ve el aspecto burdo, mientras que el otro examina cada detalle del objeto.

Texto raíz

*Al parecer los dos hermanos [Asanga y Vasubandhu] están de acuerdo con esta explicación. La función de la investigación y del análisis es “servir como base tanto para permanecer en contacto como para no permanecer en contacto”, debido a que la investigación y el análisis son de dos tipos cada uno: virtuoso y no virtuoso:*

***La investigación y el análisis que son de tipo virtuoso, generan efectos placenteros, “actuando como base para permanecer en contacto” con la felicidad, y***

***La investigación y el análisis que son de tipo no virtuoso, generan efectos desagradables, “actuando como base para no permanecer en contacto” con la felicidad.***

<sup>57</sup> Nota del transcriptor: palabra agregada por el traductor.

Además,

*La investigación y el análisis acerca de la ausencia de identidad con la intención de salir de la existencia cíclica y demás, son **de tipo virtuoso**,*

*La investigación y el análisis refinado sobre objetos agradables o desagradables motivados por el apego, el odio y demás, son de **tipo no virtuoso**, y*

*El análisis y la investigación de trabajo, comportamiento y demás, que no son ni virtuosos ni no virtuosos, son de **tipo no especificado**.*

A estos factores mentales se les llama variables porque se pueden volver virtuosos, no virtuosos o neutros, de acuerdo a con que estén relacionados o al tipo de pensamiento que los motiva.

## **Preguntas**

Estudiante: podíamos intentar convencer a Nagarjuna con la práctica de la siesta española, es poco tiempo pero te sientes mejor y te ayuda a continuar mejor con tus actividades.

Guesela: hay que tener en cuenta que lo que Nagarjuna describe es a un nivel avanzado de practicante, por eso no podemos pretender hacer todo tal como lo dice Nagarjuna.

No estamos en un nivel avanzado, porque si fuéramos practicantes avanzados sería inconcebible dormir durante el día, como el antiguo Guese kadampa que cada vez que iba al aseo pasaba por una planta que le rasgaba la ropa y pensaba en cortarla, pero luego pensaba en no desperdiciar su vida en esos asuntos y volvía a su practica. Nosotros intentamos seguir su ejemplo, pero es verdad que a veces necesitamos descansar.

Además, si una persona consigue el logro de la calma mental ni siquiera le hace falta dormir en la parte del medio de la noche, sino que tiene gran capacidad para emplazar su mente con ligereza. Tampoco quiere dormir un practicante que seriamente ha asumido la impermanencia y muerte, porque piensa que no puede hacerlo porque puede morir, es mas, ni su cuerpo se lo pide, por eso no siente pesadez. Esto no es solo en España, sino que en la India se tiene la costumbre de hacer la siesta.

Estudiante: creer que la tierra es plana es una visión errónea y desde un punto de vista budista ¿puede afectar la ética?.

Guesela: ese ejemplo no esta claro, porque aunque es verdad que una visión errónea es cuando se afirma algo que no existe como existente, ahora nuestro mundo se ve redondo, pero tal vez el universo es el que es plano.

En los textos del *Abidharma* describen el universo de una forma que parece increíble y creo que no es definitivo, sino que conforme el tiempo avanza y según las circunstancias que vivimos, el aspecto que tenemos del mundo va cambiando.

Si en algún momento en el *Abidharmakosa* se ha descrito el universo de una forma distinta a la actual, no es porque sea falso, sino porque en algún momento fue así y ahora es distinto. Por eso no sería un ejemplo de visión errónea, entendiendo por tal, algo que no existe que se afirma como existente.

Si tienes una visión errónea tus engaños crecen mas, por eso afectan tu ética, pero no te puedo decir una en concreto y si los engaños aumentan de alguna manera afecta la ética.

Actualmente, según el tiempo que vivimos y los elementos que conforman el universo, ha tomado una forma, incluso los científicos lo han comprobado directamente, entonces, no podemos negar algo comprobado directamente. Pero no podemos caer en el extremo de pensar que Vasubandhu se equivocó, porque quizás en ese momento y circunstancia los elementos estaban distintos y el universo era de esa forma, por eso no se puede decir que es falso, p. ej. por un lado tenemos un Aria buda Carlo y el ser infernal Carlo, ambos existen porque hay uno que puede ser un Buda y el otro que puede ir a los reinos infernales, pero ahora tenemos al Carlo en el reino humano. No podemos decir que el Carlo como ser infernal no exista o no vaya a existir, o que el Aria buda no pueda existir aunque ahora no exista, porque conforme cambian las circunstancias podemos tener un Carlo Aria buda o un Carlo de los reinos inferiores. De la misma manera, el universo puede cambiar de una forma u otra.



**Repaso**

Guesela: estamos a punto de terminar *Lo rig*. Antes quiero hacer preguntas:

**¿Cuales son los 7 tipos de mente?.**

Estudiante: conocedor directo, conocedor inferencial, conocedor subsiguiente, mente que supone correctamente, conciencia que duda, mente inatenta, conciencia errónea.

Guesela: es muy importante que los sepamos, porque una vez te los sabes empiezas a cuestionarte lo que es el conocedor directo, que significa que es no conceptual y según esta escuela sautántrica, es no equivocado.

Luego están las subdivisiones del conocedor directo, pero no las vamos a mencionar. Lo importante, es que tengamos una visión clara de lo que es un conocedor directo. Así que, lo mínimo que tenemos que saber, son estos 7 tipos de conocedores, esto es una sugerencia.

**Guesela: ¿que es el conocedor inferencial?.**

Estudiante: el que comprende su objeto a través de un signo o razón válida.

Guesela: entonces, ¿todo conocedor conceptual es necesariamente inferencial?

Estudiante: no.

Guesela: porque siguiendo tu descripción, entonces todas las conciencias conceptuales son inferenciales. Hay un punto esencial de la definición, que es un conocedor nuevo, pero el resto lo has dicho bien, porque en base a una razón correcta se llega a un conocimiento infalible.

**Guesela: ¿que es un conocedor subsiguiente?.**

Estudiante: significa que conoce su objeto en un segundo momento.

Guesela: es correcto, porque es una mente que ha conocido su objeto en su segundo momento de conocimiento, dame un ejemplo.

Estudiante: el segundo momento de la mente que ha comprendido la impermanencia burda o sutil.

Guesela: de forma sencilla, sería tu casa, tu mujer, etc.

**Guesela: ¿que es la mente que supone correctamente?.**

Estudiante: es un conocedor que comprende su objeto de forma que no es incontrovertible.

Guesela: ¿como sería?.

Estudiante: es aceptar una información recibida, que no está apoyada en una razón correcta.

Guesela: sería p. ej. aceptar que todos los fenómenos compuestos son impermanentes. Por lo tanto, sin que haya una razón que lo justifique, se llega a esta afirmación correcta. Es decir, no se llega a esta conclusión en base a una razón que la sostenga.

También, si se está convencido de que los bodisatvas tienen determinadas características sin un razonamiento, o estar convencidos de que un país es de determinada forma sin haber estado allí.

Esta mente la utilizamos para la bodichita, la vacuidad, la impermanencia, etc., donde por lo menos tenemos una certeza, aunque todavía no haya una razón válida que lo fundamente. La mente que supone correctamente se divide en 5.

Guesela: **¿cual es la mente inatenta?**

Estudiante: es un perceptor directo que no conecta con su objeto.

Guesela: la mente inatenta es aquella a la que se le aparece el objeto, pero no puede validarlo, se refiere a un conocedor no equivocado, que no ha llegado a la certeza de ese objeto, p. ej. si miramos a la calle desde un balcón durante un tiempo, no podríamos decir cuantos coches han pasado, por ser una mente inatenta no somos capaces de recordarlo.

Guesela: **¿qué es una conciencia que duda?**

Estudiante: es una conciencia que vacila entre dos alternativas.

Guesela: **¿la duda sería mente principal o factor mental?**

Estudiante: me inclino por que es un factor mental.

Guesela: la duda es cuando hay incertidumbre en relación a un objeto. Hay dos posturas, una de Jetsun choky gyelsen que dice que es un factor mental porque al momento de surgir trae consigo a la mente principal y los 5 factores mentales omnipresentes. Por lo tanto, serían 6 contando a la mente principal.

La segunda postura no acepta lo anterior, sino que todos en su totalidad se vuelven la duda: la mente principal, los 5 factores mentales omnipresentes y la duda. Significa que la duda es tanto mente principal como factor mental.

Dentro de una semana probablemente los volveré a preguntar. Si ya llevamos casi dos años estudiando este texto y aunque no podamos dedicarle mucho tiempo al estudio por nuestras responsabilidades, no saber por lo menos los 7 tipos de conciencia es muy triste, por eso hay que aprenderlos bien.

### **Continuamos con el comentario**

#### **Investigación (*rtog pa*) y análisis (*dpyod pa*)**

Guesela: **¿qué diferencia hay entre el análisis y la investigación?**

Estudiante: la investigación contacta con el objeto de forma burda, a nivel de la conciencia sensorial y el análisis a nivel sutil o en detalle.

Guesela: en tibetano “*investigación*” es “*rtog pa*” que también se utiliza para *conceptual*, entonces **¿que diferencia hay investigación y conceptual?** Cuando estudiamos las

divisiones de la mente en dos, estaba la mente válida y no válida, sensorial y mental, etc., una de las divisiones era conceptual y no conceptual **¿que diferencia hay entre conceptual y la investigación?**

Estudiante: la investigación tenía que ver con las conciencias sensoriales y no con la conciencia mental y era el contacto con el objeto de forma burda.

Guesela: ¿y cual es el otro significado de *rtog pa*?

Estudiante: que es conciencia mental.

Guesela: va por ahí la respuesta. **La conciencia conceptual** es una conciencia no sensorial sino mental y la **investigación** tiene que ver con las conciencias sensoriales y también con la conciencia mental, porque contacta con su objeto a nivel burdo y a nivel mental también existe el contacto burdo con el objeto.

Tanto la conciencia conceptual como la investigación se relacionan en 4.

### **Relación entre la conciencia conceptual y la investigación**

- Sería conciencia conceptual e investigación: la conciencia mental que conoce el objeto a nivel burdo.
- Sería conciencia conceptual pero no investigación: la conciencia mental que conoce de manera muy detallada o investiga detalladamente su objeto.
- Sería investigación pero no una conciencia conceptual: el contacto con el objeto a nivel de conciencia sensorial que conoce de manera burda el objeto.
- Algo que no es ninguna de las dos.

### **Análisis de los 4 Factores Mentales Variables en su conjunto**

Ahora veremos en conjunto los 4 factores mentales variables que pueden ser virtuosos, no virtuosos o neutros y obstaculizan la acumulación de virtud, en particular son un obstáculo para los adiestramientos superiores.

Texto raíz

*¿Por qué se les llama “variables” a estos cuatro (sueño, arrepentimiento, investigación y análisis)? Se les llama “variables” ya que se vuelven virtuosos, no virtuosos o sin especificación debido a la fuerza con la que están relacionados con el pensamiento que los motiva. El sueño, el arrepentimiento, la investigación y el análisis afligidos, en general oscurecen la totalidad de las virtudes, y en particular los tres adiestramientos [en la ética, en la estabilización meditativa o concentración y en la sabiduría].*

En realidad, los factores mentales que vimos anteriormente también crean obstáculos, pero estos en particular afectan el adiestramiento de la ética, la concentración y la sabiduría.

Texto raíz

*Los “cinco oscurecimientos” se describen en las enseñanzas del sutra, tal y como han sido enseñados por el protector Nagaryuna [en la Carta a un amigo] (estrofa 44): [1] Agitación y arrepentimiento,*

[2] intención de dañar,

[3] sueño y letargo,

[4] aspiración por el reino del deseo, y

[5] duda.

*Son los cinco oscurecimientos. Hay que ser conscientes de que son ladrones que roban la abundancia de virtud.*

Son oscurecimientos, porque oscurecen la virtud en general, pero en particular, impiden u oscurecen el desarrollo de los tres adiestramientos superiores.

Texto raíz

*La aspiración por los atributos del reino del deseo y la intención de dañar oscurecen principalmente el adiestramiento en la ética;*

Guesela: **¿la aspiración por los atributos del reino del deseo y la intención de dañar, como oscurecen el adiestramiento de la ética?**

Estudiante: en la intención de dañar está claro, porque creas daño a los demás y eso es contrario a las enseñanzas budistas. En cuanto a la aspiración hacia los atributos del reino del deseo, obstaculizan la práctica de la ética, porque no generas renuncia y sin ella no hay ética y no evitas las 10 acciones negativas.

Guesela: la parte de cómo la malicia afecta el adiestramiento de la ética está muy bien, pero la aspiración hacia los atributos del reino del deseo son un obstáculo a la ética, porque si los ves atractivos los quieres y para conseguirlos haces lo que sea y te involucras en diferentes acciones contrarias a una disciplina ética por seguir el deseo. Es decir, se llena la mente de deseo por querer lo hay en este reino y esta insatisfacción te lleva a hacer lo que sea como mentir, desarrollar arrogancia, etc.

Texto raíz

*El sueño, letargo, excitación y arrepentimiento oscurecen principalmente el adiestramiento mental [es decir, la estabilización meditativa o concentración];*

Guesela: **¿el sueño, letargo, excitación y arrepentimiento como funcionan?**

Estudiante: son un obstáculo para desarrollar el adiestramiento de la concentración, generando distracción, sopor y agitación mental, que son los principales obstáculos para desarrollar la calma mental.

Guesela: falta el sueño y el letargo. El sopor no es igual que el letargo.

Estudiante: serían un obstáculo porque oscurecen la mente y no hay claridad en el objeto.

Guesela: **la agitación y el sopor** son los principales obstáculos para la calma mental y de estos dos, el mas difícil de eliminar es el sopor mental. **El sueño y el letargo** son las causas del sopor mental, por eso se dice que son un obstáculo para el adiestramiento de la concentración. **La distracción** también es un obstáculo para la concentración, y la agitación y el arrepentimiento provoca la distracción que impiden el adiestramiento de la concentración.

## Texto raíz

*La duda, la investigación y el análisis oscurecen principalmente el adiestramiento en la sabiduría.*

Esta muy claro cómo la duda es un obstáculo para adiestrarse en la sabiduría. Además, nos dicen que la investigación y el análisis oscurecen el adiestramiento de la sabiduría, porque cuando no se analiza o investiga de manera apropiada, muy por encima o se investiga tanto que se cae en el otro extremo, se está afectando el adiestramiento de la sabiduría, p. ej. analizar si el yo existe o no existe y pensar que si se llega a la ausencia del yo o que el yo no existe, se cae en un extremo nihilista y se llega a la conclusión de que no se puede negar el yo porque tiene que existir. En este caso, a través del análisis e investigación inapropiada se crea un obstáculo para adiestrarse en la sabiduría.

## Texto raíz

*De la misma forma, El compendio de conocimiento enseña que estos cinco oscurecimientos nublan la ética y la estabilización meditativa, mientras que [Shantirakshita en su] Comentario a los veintiún versos sobre los votos del bodhisatva (Samvaravimsakavrtti) explica que sólo oscurecen la estabilización meditativa. En resumen, aunque podemos encontrar diversas explicaciones en los dos Abhidharmas así como amplias descripciones en otros textos, debido a su extensión, no las mencionaré todas aquí.*

No hay contradicción, sino que los 5 oscurecimientos los encontramos en diferentes contextos, en algunos casos aparecen afectando la ética y la concentración y en otros a la concentración.

El tema de los 5 oscurecimientos es importante, porque aparece en varios textos como en *Carta a un amigo* de Nagarjuna.

## Texto raíz

**DILEMA: ¿Por qué razón dos de ellos se cuentan como uno sólo al hablar de los cinco oscurecimientos? Como en el caso de:**

*El letargo, que acontece en el contexto de las aflicciones secundarias y  
Y el sueño, que acontece en el contexto de los factores mentales variables.*

*Por qué sucede lo mismo en el caso de:*

*La agitación, que acontece en el contexto de las aflicciones secundarias y  
El arrepentimiento, que acontece en el contexto de los factores mentales variables.*

**RESPUESTA:** *A nivel general, el letargo y el sueño no son lo mismo. Ya que el letargo está relacionado con la ignorancia, sin embargo el sueño puede ser tanto virtuoso como no virtuoso. El letargo es una de las aflicciones secundarias, mientras que el sueño es uno de los factores mentales variables.*

*De manera similar, en relación a la agitación y al arrepentimiento, la agitación está relacionada con el apego, pero el arrepentimiento puede ser tanto virtuoso como no virtuoso. Debido a esto, la agitación es una aflicción secundaria y el arrepentimiento un factor mental variable. Cuando hablamos de los cinco oscurecimiento, [cada uno de estos pares] se cuentan como uno sólo por lo siguiente:*

*Porque provienen de la misma causa,  
Porque se logran abandonar a través del mismo antídoto, y*

*Porque coinciden en tener la misma función.*

- **El letargo y el sueño van juntos porque tienen la misma causa:** ambos son producidos por comer mucho o porque estas en un estado mental de descontento, también porque te sientes incapaz o porque “*disfrutas del sabor*”, que significa p. ej. si ves una peli y te metes tanto en la historia que por el apego piensas todo el tiempo en ella, o recuerdas constantemente una canción. También, cuando llegas agotado después de trabajar mucho y te recuestas en el sofá muy a gusto y te entra el sueño.

**La causa del arrepentimiento y la agitación es:** recordar cosas del pasado, viviendo los placeres del reino del deseo pasado. También cuando disfrutas mucho o estas enamorado, cuando piensas en tus seres queridos o piensas que no vas a morir.

- **También comparten el mismo antídoto:** ya que el letargo y el sueño se eliminan a través de la discriminación que ilumina, que es algo que lo clarifica y lo hace ver mas claramente. Esto tiene sentido, porque si en una habitación se enciende la luz cuesta trabajo dormir.

El antídoto de la agitación y el arrepentimiento es dirigir la mente hacia dentro o el interior, en relación al objeto de observación, llevando la mente otra vez al objeto que está observando.

- **También coinciden en la función que realizan:** el letargo y el sueño producen desanimo y obstaculizar la estabilidad mental porque impiden que desarrollemos el estado de concentración unidireccional, en especial, cuando tratas de emplazar tu mente en un objeto y por culpa del desanimo pierdes la claridad del objeto que observas. **La agitación y el arrepentimiento** obstaculizan estar concentrado en un solo punto, porque no te permiten emplazar la mente en el objeto.

Texto raíz

*[Conclusión del análisis]*

*De esta forma, he expuesto las identidades de las aflicciones raíces, de las aflicciones secundarias y de los cuatro factores mentales variables. Al explicarlos de manera extensa, existen estos puntos importantes que deben tomarse en cuenta para cada unos de ellos:*

- *Las definiciones individuales,*
- *Los modos en los cuales son producidos por causas particulares,*
- *Los objetos de observación individuales,*
- *Lo que los acompaña,*
- *Sus sinónimos,*
- *Los modos de transformación en: virtuosos, no virtuosos y sin especificación,*
- *Los dos modos en relación a lo no especificado: (1) Lo obscurecido que no está especificado, y (2) Lo no obscurecido que no está especificado.*
- *Sus inconvenientes individuales,*

- *La forma en la que son abandonados por medio de antídotos específicos, En relación a esto, la diferencia entre la forma de abandonarlos a través de un camino mundano y por medio de un camino supra mundano,*
- *Además, en relación a la forma de abandonarlos a través de un camino supra mundano, los modos de abandono que corresponden a los caminos individuales de los objetos a abandonar,*
- *La diferencia entre los objetos de abandono en los caminos de la visión y de la meditación,*
- *La diferencia entre el modo de abandonar los oscurecimientos afflictivos y los oscurecimientos al conocimiento, etc.*

Todo lo que hemos estudiado es para ponerlo en práctica. Es una presentación general de como aplicarlo en nuestra vida o la importancia de aplicarlo en la vida, para que no se quede solo a nivel teórico.

La siguiente estrofa sería bueno memorizarla:

Texto raíz

*Tristemente, quién es más tonto que aquellos que consideran a este enemigo [los engaños] que ha estado aquí desde el tiempo sin principio, como a un querido amigo, manteniéndolo en el centro de su corazón, y que en cambio, consideran como enemigos a aquellos bondadosos seres que han sido sus padres y madres: en los seis tipos de seres migratorios.*

*¡Caray! Sería muchísimo mejor si los seres inteligentes entendieran esto, y cortaran de raíz al enemigo de las aflicciones, sacándolo de su corazón y apreciando a sus bondadosos padres y madres, manteniendo estas joyas que satisfacen todos los deseos en el centro de su corazón.*

Estas estrofas nos ayudan a darnos cuenta, que todo este conocimiento es para conocer nuestro verdadero enemigo, comenzando por su nombre, con la finalidad de identificarlo cuando surge en nuestra mente. Si los identificamos como nuestros enemigos, tratamos de apartarlos de la mente.

### **Pregunta**

**Estudiante: ¿nos podría clarificar la investigación y el análisis a nivel de la conciencia mental?.**

Guesela: en tibetano la investigación y la conciencia mental tienen el mismo nombre. En los textos que son de *aclarar el conocimiento*, dicen que son conciencia conceptual, en cambio en otro conjunto de textos como el de ahora, que van de acuerdo al *Abhidharma*, dicen que puede ser tanto conceptual como no conceptual, porque la investigación puede ser tanto conceptual como no conceptual.

**La investigación** puede ser a nivel de la conciencia sensorial, como de la conciencia mental y al ser un conocimiento a través de las conciencias sensoriales, significa que es no conceptual. **El análisis** puede ser también a través de una conciencia mental y

sensorial, y la diferencia entre ambas, es que una observa el objeto de manera burda, mientras que la otra lo observa de manera detalla.

Estudiante: entonces ¿ambas trabajan de la misma manera sobre el objeto a nivel mental?.

Guesela: tanto la investigación como el análisis pueden ser conceptual y no conceptual, porque también pueden ser a través de una conciencia sensorial. A nivel del aspecto de conciencia mental, las distingues de la siguiente manera: es investigación cuando ves una persona sin ningún otro pensamiento, pero si piensas acerca de cómo lleva la barba hoy, sería análisis.



## **Introducción**

Estamos llegando al final del texto de *Mente y Cognición*. En esta parte final, el autor resalta, que todo lo expuesto es para aplicarlo en la vida. Esta es la finalidad de estudiar este tema y así ver la importancia de enfocar nuestra mente en algo bueno.

Cuando en la vida se nos presentan problemas, lo que hemos visto nos sirve como líneas directrices para enfrentarlos con una mente correcta, p. ej. si alguien tiene un trabajo de muchas horas al día y ve muchos inconvenientes en ello, como que son muchas horas, que está encerrado, etc., estas horas se vuelven insoportables. En cambio, si ve el aspecto positivo de la situación, que al menos no trabaja como otras personas en el campo, con condiciones mucho mas difíciles como recolectando uvas en los viñedos, donde tienen que permanecer durante muchas horas encorvados. También hay trabajos donde se arriesga la vida y hay muchas personas que no encuentran trabajo.

Si piensas en esto, te darás cuenta de que tu trabajo es mejor y que nuestras preocupaciones las crea la mente, por eso debemos trabajar con ella.

Cualquiera que sea el problema que te afecte, trata de ver que hay personas en peor situación que tu, para sentirte contento y ver que no estas tan mal. Si ves lo afortunado que eres, no ves tu problema tan grande ni difícil de llevar, sino que tu actitud mental es diferente y en esta vida estarás mejor, porque tu mente estará feliz.

En *Lo rig* hemos visto la mente principal y los factores mentales, para que los utilicemos como herramienta de reflexión ante las situaciones que se nos presentan en la vida.

Debemos proteger nuestra mente creando nuestro propio bienestar, porque vivimos lo que creamos, por eso, ver las situaciones de manera positiva te trae tranquilidad mental.

En conclusión, lo que hemos estudiado es para reconocer el tipo de actitudes o pensamientos buenos y los negativos, porque nos hacen daño. Si tenemos esto claro, evitaremos los pensamientos dañinos y cultivaremos los pensamientos beneficiosos. Así protegemos nuestra mente, que es algo que está en nuestras manos y no, en la de los demás. Para que esto se incorpore en nosotros, tenemos que ver los inconvenientes de determinados pensamientos.

## **Continuamos con el comentario**

Texto raíz

### ***Un resumen de los puntos sobresalientes y su aplicación práctica***

*Habiendo comprendido la presentación de las consciencias y los factores mentales, es importante saber cómo utilizar esto como un método para controlar nuestro propio continuo mental. De lo contrario, si uno disfruta solamente discutiendo con los demás, aferrándose solamente a comprobar su punto de vista o a enlistar sinónimos de manera minuciosa, esto no tiene mucho sentido.*

Significa, que lo que hemos estudiado es para aplicarlo en nuestra vida y subyugar nuestra mente, este es el objetivo de este estudio. Pero si no lo vemos así, este

conocimiento solo se utilizará como tema de conversación, para tener mas conocimiento o para incrementar nuestra lista de cosas que hemos estudiado y no para aplicarlo en nuestra mente. Es ese caso, el conocimiento adquirido y el esfuerzo en estudiarlo, no habrá sido muy útil.

Es verdad, que gracias a su estudio dejamos una huella positiva en el continuo mental, pero no habremos sacado el máximo provecho que podríamos haber conseguido de obtener algo maravilloso.

Texto raíz

*Como se explica en el Rey de los sutras de la estabilización meditativa:*

*Aunque he explicado la doctrina adecuada,  
Si después de haberla escuchado, no la pones en practica de manera correcta,  
Entonces serás como un enfermo que tiene en su poder una bolsa llena de  
medicinas, pero que es incapaz de curar su enfermedad.*

Por lo tanto, las enseñanzas del Buda son para que las escuchemos y pongamos en práctica, es decir, para aplicarlas en nuestra mente y así poder controlarla. Pero si solo las escuchamos sin ponerlas en práctica, seriamos como el paciente que tiene la medicina para curarse pero no se la toma.

Texto raíz

*La exhortación a la resolución excepcional (Adhyasayasamcodanasutra)  
menciona:*

*La corteza de la caña de azúcar no tiene esencia en absoluto;  
El sabor que se disfruta está en el interior.  
Al probar la corteza,  
No se logra disfrutar de delicioso sabor de la caña de azúcar.  
De la misma forma, la corteza sería como hablar sin sentido y  
La contemplación en el significado sería como el sabor.  
Por lo tanto, abandona el placer que produce el parloteo sin sentido,  
Y siempre se consciente y contempla el significado.*

Es decir, comer la corteza de la caña de azúcar sería como el hablar sin sentido sobre las enseñanzas y el dulzor de su interior sería encontrar su significado. Entonces, escuchamos enseñanzas para ponerlas en práctica. La esencia de las enseñanzas es escucharlas para practicarlas, pero si solo nos quedamos en el conocimiento, sería como masticar la corteza de la caña de azúcar.

Texto raíz

*Por esta razón, por medio de volverse hábil al clasificar lo virtuoso y lo no virtuoso, tal y como se explicó en la parte superior, en el momento en el que uno se centra con esfuerzo en su sólo punto para practicar los estadios del camino hacia la iluminación, uno debe examinar repetidamente su propio continuo mental para lograr reconocer las aflicciones raíces y las aflicciones secundarias. Y una*

vez habiéndolas reconocido, hay que superarlas de inmediato a través de los antídotos. Este es un punto crítico.

Si estas tomando la esencia de las enseñanzas, serás escrupuloso con tu mente o estarás atento para asegurarte de que se dirija hacia virtud y deje a un lado la negatividad.

Todo el conocimiento que hemos adquirido sobre la mente, como conocer la mente principal y los factores mentales, es la base para poder practicar, así como los comentarios de otros textos. Todo esto es con el objetivo de poder practicar el *Lam rim*.

Texto raíz

*Tal y como se dice en Una guía para el estilo de vida del bodhisatva (estrofa 5.108):*

*En resumen,*

*Ésta es la **definición de la introspección:***

*Examinar una y otra vez el estado de*

*Mi cuerpo y de mi mente.*

Es decir, tratamos de ser escrupulosos con nuestra mente para reconocer p. ej. las aflicciones secundarias e inmediatamente poner un antídoto. También prestamos atención al cuerpo, para saber qué acciones realiza, pero principalmente debemos estar atentos a la mente, para conocer lo que pasa en ella.

Hay dos cualidades a desarrollar: **la introspección y la atención**. **La introspección es** el análisis para saber que pensamientos hay en nuestra mente, p. ej. si estamos generando un pensamiento negativo lo identificamos y como sabemos que nos daña cortamos con el, y reconocemos los pensamientos virtuosos para cultivarlos o mantenerlos mas tiempo y no perderlos.

Texto raíz

*El protector Nagaryuna menciona [en su Carta a un amigo] (estrofa 17):*

*Date cuenta que la mente es como un dibujo,*

*Hecha de agua, tierra o de piedra.*

*De entre estos, en lo que respecta a los afligidos, la primera es la mejor,*

*Y en cuanto a los que aspiran al Dharma, la última.*

También se menciona,

Gon-pa-wa dijo:

*Para poder abandonar las aflicciones, es necesario conocer sus defectos, las características que las definen, sus antídotos así como las causas para que aparezcan. Habiendo entendido sus defectos, hay que considerarlas como dañinas y como a un enemigo. Sin lograr comprender sus defectos, no se logrará entender que son un enemigo. Por lo tanto, se dice que debemos de contemplar esto de acuerdo a lo que menciona El ornamento de los sutras Mahayana y Una guía para el estilo de vida del bodhisatva. Para comprender las características que definen a las aflicciones, hay que escuchar las [explicaciones] del Abhidharma. Sino, al menos*

*conocer [la presentación que da Vasubandhu] en Una explicación de los cinco agregados.*

Estudiar *Lo rig* es como haber estudiado el texto de *Abhidharma* y de *Una explicación de los cinco agregados*.

Texto raíz

*Tal y como se ha dicho, en el instante en que aparezca una aflicción en el continuo mental, habiéndola reconocido de manera convincente, hay que pensar: ¡Aquí está, ha surgido! E investigar qué causas y condiciones la producen, así como cuál es el objeto de observación del cual surgió. Y posteriormente, considerarla como un defecto, viéndola como a un enemigo y superándola de inmediato con un antídoto.*

Cuando notes que hay una emoción negativa en tu mente y la reconoces como tu enemigo, sientes la necesidad de buscar cuales son las causas y condiciones que la hicieron surgir, para cortar con ellas y así eliminarla. Por eso es importante, tener el deseo de no querer mantenerlas en tu mente, porque las ves como tu enemigo y sientes urgencia por cortar con ellas aplicando el antídoto correspondiente.

Texto raíz

*El guía espiritual Phu-chung-ba dijo:*

*Incluso al estar ahogado por las aflicciones, aprieto los dientes por debajo.*

Significa, que incluso cuando la emoción negativa que invade tu mente es muy fuerte, la aguantas, cuando en realidad no hay necesidad de aguantarla, sino cortar con ella o disolverla.

Tenemos al enemigo externo y a las emociones aflictivas. Al enemigo externo lo quitas de en medio y se aleja por un tiempo para fortalecerse y volver a atacar, en cambio, el enemigo de las emociones negativas una vez lo vences ya no pueden regresar a dañarte. Esta es una de las ventajas de eliminar las emociones negativas.

Texto raíz

*El totalmente omnisciente [Tsong-kha-pa] explica [en su Gran tratado de los estadios del camino]:*

*Aunque temporalmente sea posible liberarse de un enemigo ordinario, cuando dicho enemigo recupere su fuerza yéndose a otro país, tomará represarías. Sin embargo, las aflicciones son diferentes. Si alguien logra liberarse de las aflicciones desde la raíz, entonces, como no tienen ningún lugar a donde ir, no regresarán. No obstante, sin hacer un esfuerzo para destruirlas, regresarán de nuevo.*

*Como se ha mencionado en la parte superior, cuando entramos bajo el influjo de una aflicción, no reconocemos qué aflicción es, o incluso aunque sepamos, debido a nuestro poco esfuerzo y débil antídoto, reaparece. Sin embargo, si generamos el poder del antídoto, seremos capaces de abandonarla definitivamente. El totalmente omnisciente [Tsong-kha-pa] explica [en su Gran tratado de los estadios del camino]:*

*Habiendo reconocido las aflicciones, hay que contemplar sus desventajas así como los beneficios de liberarse de ellas, y posteriormente colocar a los guardias de la atención plena y de la introspección. Cada vez que aparezca una aflicción, hay que cortar el brote una y otra vez. Además, en el momento en el que una aflicción ronde por el continuo mental, hay que considerarla como a un enemigo y combatirla. De lo contrario, si aparece, accedemos a ella y le damos entrada por no tener una atención adecuada, entonces sin ninguna resistencia caeremos presas de ella.*

En otra parte el texto se dice,

*Y Neu-sur-pa:*

*Ye-[shes]-bar, si el día de mañana alguien les preguntara a todos tus discípulos: “¿Qué es aquello esencial que están practicando como la mejor de las instrucciones?” Responderían que obtener clarividencia o una visión de su deidad principal. Sin embargo, lo que deberían responder es: “Teniendo cada vez más y más una certeza acerca de la causa y el resultado de las acciones, nuestra práctica [central] es guardar de forma pura cualquiera de los votos con los que nos hemos comprometido.” Por lo tanto, tener un “logro en la meditación” consiste en debilitar cada vez más y más las aflicciones tales como la ignorancia.*

En realidad, la respuesta correcta del objetivo de estas enseñanzas sería: tener mayor certeza en la ley de causa y efecto, pues así nuestra práctica esencial sería proteger nuestros votos y compromisos cuidando de nuestras acciones.

Texto raíz

*Tal y como se ha dicho en la parte superior, en todo momento: ya sea durante las sesiones o entre sesiones, hay que examinar la propia mente una y otra vez, aplicando el antídoto contra cualquier aflicción que surja. Este es el entrenamiento principal en la virtud así como el punto esencial por excelencia. De la misma forma, hay que estar atentos en la manera en la que uno debe de generar los modos correspondientes en las diversas ocasiones para entrenar la mente en la virtud, comenzando con la virtud de la fe y demás [refiriéndonos aquí a la manera correcta] de confiar en un maestro espiritual.*

*En repetidas ocasiones **confía en la atención plena y en la introspección**, haciendo todo lo posible, por cualquier medio, para generar lo que no ha sido generado, así como para aumentar lo que ya se ha generado.*

Se refiere a mantener la atención plena y la introspección, para asegurarnos de que nuestra mente se dirija hacia la virtud y no hacia la negatividad, haciendo de esto un hábito.

Guesela: ¿cuál es el antídoto específico del apego?.

Estudiante: observar la fealdad del objeto.

Guesela: ¿cómo se medita en ello?.

Estudiante: viendo sus inconvenientes, que nos provocan daño o sufrimiento, que no tiene esencia.

Guesela: es correcto, p. ej. meditar en las impurezas del cuerpo pensando que es un saco de suciedades aunque por fuera se ve bonito, al igual que una pared, que se ve muy bien por fuera, pero si le quitas la pintura, el yeso, etc., llegas hasta el hierro del que está hecha y ya no se verá tan bonita. Si el apego es debido a la atracción hacia una persona, esta es una buena técnica para cortar con ello.

Si el apego es hacia el resto de objetos de los sentidos, se elimina viendo que es algo efímero o que no tienen esencia alguna.

- Un ejemplo de lo efímero de la belleza sería: una flor de otoño, que en un momento está y en otro desaparece.
- Un ejemplo de lo efímero de las alabanzas sería: un eco. Cuando estas en una habitación vacía, el sonido rebota y en un momento está y en otro desaparece.
- Un ejemplo de lo efímero de la riqueza sería: las olas del mar, que en un momento están arriba y en otro caen. De la misma forma, en un momento tenemos riqueza y en otro momento desaparece.

Estas analogías son del 7º Dalai Lama y es muy bueno recordarlas.

La fama, el reconocimiento, las alabanzas, etc., podemos comprobar en la sociedad que son efímeros, p. ej. hay personas que en un momento salen a la calle custodiados por muchos coches y en otro, los llevan a la cárcel.

Guesela: ¿cuál es el antídoto contra el orgullo?.

Estudiante: recordar las cosas que no sabemos.

Guesela: ¿que ejemplo se utiliza en *Lam rim*?.

Estudiante: ver las divisiones de los constituyentes, que son 62 divisiones.

Guesela: ¿cuál es el antídoto contra el enfado?.

Estudiante: ver las cualidades de la otra persona.

Guesela: en concreto sería el amor, ¿el amor puede servir como antídoto para el apego?.

Estudiante: entiendo que no, ya que cada emoción aflictiva tiene su propio antídoto que lo contrarresta.

Guesela: y ¿que pasa con el antídoto de la sabiduría que comprende la vacuidad?.

Estudiante: sirve de antídoto contra todos los engaños.

Guesela: el Buda nos ha dado la medicina, ahora debemos aplicarla para curarnos de los engaños.

La frase de Nagarjuna de "(...) *la mente es como un dibujo, hecha de agua, tierra o de piedra...*" os aconsejo que la memoricen y la tengan presente en vuestra mente. Esta frase está en el texto de *Carta a un amigo* y es muy importante confiar en ella, para que

en el momento en que un pensamiento negativo surja en la mente, dejarlo pasar como si estuvieras dibujando en el agua, pero nunca permitir que sea como dibujar en piedra, porque haríamos nuestra vida mas pesada de lo que es, p. ej. si surgió un momento de enfado, déjalo pasar como si dibujaras en agua y no lo guardes como si fuera grabado en piedra. Si te enfadas por una tontería, cuando se guarda en la mente, se vuelve mas grande y nos hace mucho daño, por eso no permitamos que surjan pensamientos negativos y en cambio, grabar en piedra las enseñanzas.

También recordar, que a la hora de practicar cualidades, son muy necesarias la atención y la introspección, así que, intentar que siempre estén presentes en tu mente.

### Preguntas:

Estudiante: podría explicar **¿como funciona la *investigación* a nivel de la conciencia sensorial?**

Guesela: la *investigación* a nivel de la conciencia sensorial sería cuando estas viendo algo a través de la conciencia visual, pero no analizas nada, p. ej. la investigación a nivel de la conciencia sensorial sería, si ves pasar un coche de color oscuro, pero no puedes distinguir si era azul oscuro o negro. También, si hueles algo agradable o desagradable pero no sabes que tipo de olor es.

Estudiante: entonces, ¿si solo huelo algo es *investigación*<sup>58</sup>?

Guesela: *investigación* significa que percibes algo o eres consciente de algo pero no haces un análisis de ello. Por lo tanto, ser consciente de que has oido algo es *investigación*.

El texto finaliza con una dedicación del autor:

Texto raíz

Floreciendo de la base dorada de una renuncia pura, el tronco del árbol de la mente enjoyada llega a alcanzar incluso una mayor altura,

Brindando la sombra del beneficio y la felicidad a todos los seres migratorios. En sus puntas están las cinco ramas de largo alcance de las vastas acciones de las seis paramitas,

Mientras que en sus retoños están las marcas y signos ejemplares. Con las gotas de alcanfor de los tres vehículos, se eliminan sin excepción los tormentos de seres migratorios febriles.

Que siempre podamos nutrirnos del árbol que concede todos los deseos: El señor de los sabios (Muni), el único nutriente de los seres migratorios y de los devas.

Los supremos navegantes de los eruditos y expertos,  
Renombrados como los seis ornamentos y los dos supremos de Yampudvipa, Que

---

<sup>58</sup> Nota del traductor: el problema surge porque la palabra para investigación es *tog.pa*, que también se utiliza para conceptual.

portan las diversas joyas que realzan las actitudes de los tres vehículos, Dejen caer una lluvia de beneficio y felicidad en la tierra de los nobles [India].

De la mina de tesoros de las escrituras del Sabio (Muni),  
Una morada difícil de recorrer por aquellos con un intelecto inferior,  
Se revuelcan en las diversas olas de lo interpretable y lo definitivo, Permitiendo la expresión exasperada de aquellos que son incapaces de comprender lo profundo.

El protector con el nombre de Matibhadra,  
Movido por la compasión de todos los Conquistadores sin excepción, Iluminando,  
como el sol, aquí en el norte,  
Todos los textos que establecen las afirmaciones de los dos grandes pioneros que volvieron a trazar el camino.

Aunque este es el caso, aquellos seres crueles, los amigos del mal, Obscurecidos casi por completo por los cúmulos de las nubes de la ignorancia  
Que están inducidos por la mala fortuna del sedimento de las cinco degeneraciones,  
Se jactan de su supremacía. Al ver esto, mi mente se inquieta.

En mi caso, por mis méritos inferiores, he nacido al final de los tiempos;  
Mi ojo de la consciencia está confuso y mi entrenamiento ha sido poco.  
Por lo tanto, cualquier cosa que no haya podido explicar o que haya explicado de manera equivocada, La confieso ante los sabios.

Aquellos cuyo ojo de la consciencia está contaminado por un veneno insoportable [datura],

Que tienen sus corazones agitados por los malos espíritus de las ocho preocupaciones mundanas,

A pesar de que me desprecien y de que estén enfurecidos conmigo, No tendré nada que ver con ellos.

Que por esta virtud, podamos yo y todos los seres migratorios,  
Estar bajo el cuidado de los sagrados guías espirituales del vehículo supremo, Y convertirnos en mantenedores sin excepción

De todos los tipos de Dharma tanto profundo como extenso. ¡Que pueda llegar a ser como el gurú supremo Manyushri! Logrando la elocuencia de la confianza personal

En relación a lo que es muy difícil de comprender,  
Con el fin de liberar a todos los seres migratorios sin excepción.

Este Collar para aquellos de conocimiento claro, exposición clara de los modos de mentes y factores mentales está basado en el texto raíz y auto comentario del Compendio de conocimiento, y enriquecido con las excelentes explicaciones del padre [Tsong-kha-pa] y de sus hijos espirituales. Fue compuesto por Yeshe Gyaltzen quién fue ordenado en la puerta de las preciosas enseñanzas del Conquistador y que ha escuchado un poco de la particularidad del Dharma debido



a la bondad del que su nombre se pronuncia aquí solemnemente: Ye-tsun Tam-che Kyen-pa Lo-sang Ye-she Pal-sang-po, y ha obtenido adecuadamente las instrucciones de los estadios del camino a la iluminación gracias a la bondad de Ye-tsun Lama Drub-pe Wang-chug Chen-po Lo-sang Nam-gyel y Yong- dzog Ten-pa Nga-dag Ye-tsun Cham-pa. [Lo compuse] debido a las insistentes peticiones de muchos interesados, como Ka-chen Lo-sang Sang-po, un postulador ilimitado del sutra y del tantra, en la ermita de Ta-shi Sam-ten-ling en la frontera entre Nepal y Tíbet.

¡Que por esta [virtud], puedan las enseñanzas del precioso Sabio incrementarse en todo momento!