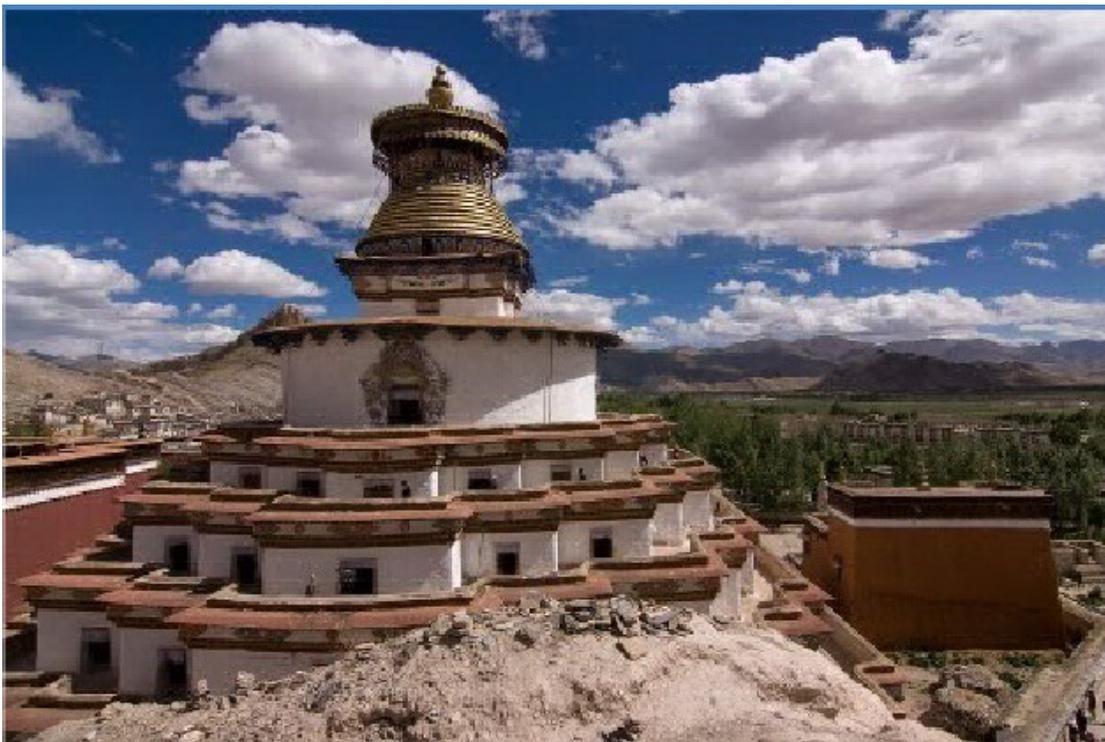


CLÁSICOS TIBET. LOYONG

Gueshe Chekawa: Comentario a “Las ocho estrofas”, de Langri Tangpa.

Trad. UPASAKA LOSANG GYATSO.



Gueshe Chekawa: Comentario a “Las ocho estrofas”, de Langri Tangpa.

¡Homenaje a todos los maestros sublimes!

Gueshe Chekawa comentó una vez: “Mi admiración por los Kadampas surgió por primera vez cuando yo escuche las ocho estrofas a Chakshingwa. Después de eso, yo estudié las ocho estrofas, y memoricé cuidadosamente las palabras, repitiéndolas hasta que llegué a Lungshö Gegong; y a pesar de ello no conseguí realizar su significado en mi corazón. Porque si estos versos hubieran entrado en mi corazón, las cosas hubieran sido entonces bastante diferentes. No obstante, siempre que durante mi viaje aparecía el miedo a ser atacado por bandidos, yo reflexionaba en esos versos, y esto me servía de ayuda. También yo me encontré con frecuencia en situaciones en las que debía de buscar resguardo con extraños, momentos en los que mi mente se agitaba y se descontrolaba. Durante las veces en las que yo me tuve que enfrentar con situaciones difíciles de soportar, tales como la imposibilidad de encontrar un cobijo adecuado, o cuando yo llegué a ser objeto del menosprecio por parte de otros, estas estrofas me ayudaron.”

¿Cuáles son estas estrofas? Son las siguientes ocho estrofas:

1) Con la determinación de conseguir el más alto beneficio para todos los seres sintientes, los cuales son mejores que la joya que colma los deseos, aprenderé a considerarlos como lo más precioso.

En general, para entrenarte en el hecho de ver a cada ser como una joya que colma los deseos¹, uno debería de recordar dos aspectos importantes en los que seres y una joya preciosa son similares. En primer lugar, si uno sumerge una joya que otorga los deseos en una ciénaga, la gema no tiene la capacidad de limpiarse ella misma del barro; sin embargo, si la lavas con agua perfumada en un día de Luna llena, adornas la pica de un estandarte de la victoria con ella, y le haces ofrendas, la gema puede convertirse en una fuente que colme todos los deseos mundanos. Similarmente, los seres, los cuales están afligidos por los diversos defectos de la existencia cíclica, son incapaces de liberarse por sí mismos de la ciénaga que supone su estado no iluminado, ni tampoco pueden lavar sus sufrimientos, ni los orígenes de esos sufrimientos. No obstante, con nuestra ayuda, tanto los beneficios inmediatos como últimos pueden venir de ellos. Sin los seres. ¿Cómo podríamos obtener los beneficios más inmediatos, esos que cesan inmediatamente?; e incluso la felicidad última surge en relación a los seres. Es dependiendo de la base de los seres por lo que uno alcanza el estado insuperable de la budeidad.

Segunda, en particular:

¹ En el *Sutra de la Perfección de la Sabiduría en 8000 líneas*, dice que “estas joyas existen entre los dioses.”

2) Siempre que esté junto a otros, aprenderé a pensar que yo soy el más inferior de todos, y respetuosamente, tendré a los otros como si fueran lo supremo, desde lo profundo de mi corazón.

Tal como se afirma aquí, dondequiera que estemos, y con quienquiera que nos relacionemos, deberíamos de entrenarnos para vernos a nosotros, de todas las formas posibles, como los más inferiores, y respetar a los otros desde lo más profundo de nuestros corazones. "Otros" abarca a aquellos que tienen una posición superior a la nuestra, como por ejemplo nuestros maestros espirituales; a aquellos que son iguales a nosotros, tales como nuestros compañeros monjes; y a aquellos con una posición inferior a la nuestra, tales como los mendigos. "Respetuosamente" se refiere a nuestro linaje familiar, capacidad mental, y cosas similares. Deberíamos de reflexionar en nuestras deficiencias en relación a todas estas cosas, y evitar llegar a ser orgullosos. Pensando: "Todos ellos pertenecen a la clase inferior de los carniceros," nosotros generamos orgullo sobre la base de nuestra existencia física. Con una piel del color del oro oxidado, ¡ni siquiera somos dignos de la mirada de un ser!

Con respecto a nuestra capacidad intelectual, si nosotros nos sentimos orgullosos a pesar de nuestra falta de discriminación, reflexionemos: "Soy un ignorante en cada uno de los cinco campos del conocimiento. Incluso en aquellos campos en los que he escuchado con cuidado y atención, yo no he discernido acertadamente cuando mezclo ciertas palabras y sus explicaciones. También, en mi comportamiento, aunque soy conocido como monje, hay algunas acciones negativas que suponen una quiebra de mis votos. Incluso en este mismo momento mis pensamientos son encarnación de los tres venenos, y mis acciones de cuerpo, palabra, y mente permanecen mayormente impuras. Por consiguiente, en el futuro, será difícil conseguir un renacimiento en los reinos superiores, y mucho menos la liberación."

Shantideva, en su *Guía a la forma de vida del bodhisatva*, afirma:

*"Por este tipo de comportamiento,
Incluso la forma humana no será obtenida;
Si yo no puedo conseguir una forma humana,
Solo habrá mal y actos no virtuosos." 4:17*

De este modo, nosotros deberíamos de contemplar todos nuestros defectos y reflexionar: "Nada cae debajo de mí, excepto este río," disminuyendo así nuestra vanidad y aprendiendo a respetar a los demás. Esto sugiere que siempre que percibimos cualidades positivas en otros, o percibimos cualidades pertenecientes al linaje familiar, apariencia física, recursos materiales, o realizaciones espirituales tales como las seis perfecciones, deberíamos de pensar: "Sin duda, ¡Qué maravilloso es que posean esas cualidades a pesar de sus naturalezas defectuosas!" A su vez, si ellos carecen de estas cualidades, nosotros deberíamos de pensar: "¿Quién sabe qué cualidades superiores pueden poseer realmente?" Al respecto, aquí se cuenta la historia del mendicante feo.

"Desde lo profundo de mi corazón" indica que nuestros pensamientos no deberían de estar en nuestra boca como meras palabras, Al contrario, si nosotros tenemos la intención de: "Yo consideraré a todos los seres como familiares míos, sin discriminarlos sobre la base de su pertenencia familiar," incluso el Noble Avalokiteshvara nos halagará diciendo: "¡Oh, Hijo de noble linaje, esto es excelente!" Del mismo modo en que cuando la tierra es plana, los océanos se forman sobre ella y dan lugar a las aguas, de la misma forma, las cualidades supra mundanas florecen en aquellos en quienes no existe el orgullo.

Por tanto, en la *Perfección de la Sabiduría condensada*², dice:

“Permanece como si fueras el sirviente de todos los seres.” 29:13b

En esencia, las tres colecciones de las escrituras son un medio para eliminar esa presunción. Cuando somos vanidosos, nosotros somos incapaces de vivir en armonía con los demás, incluso en esta vida. En cuanto a las consecuencias que acarrea en la otra vida, se afirma:

*“Algunos ignorantes, debido a la fuerza de su engreimiento
Renacen en los reinos inferiores, y en lugares carentes de ocio;
Nacen como personas indigentes o entre las castas inferiores;
Y llegan a ser ciegos, débiles, o adoptar una conducta vil”*

Debido al engreimiento, nuestra propensión hacia las aflicciones se hace más y más marcada, y generaremos intenso sufrimiento a aquellos a quienes consideramos inferiores a nosotros. Hay incluso una consecuencia más grave que esto, y es que no nos es posible alcanzar la Iluminación. Por ello se ha escrito:

*“El bodhisatva que es presuntuoso
Permanece alejado de la Iluminación”³*

Así, todos los estados de inferioridad, degeneración, y sufrimiento dentro de los límites de la existencia mundana surgen del considerarnos a nosotros mismos como lo más precioso. Al contrario, todos los disfrutes mundanos y supra mundanos se originan dependiendo de los seres. Por tanto, nosotros deberíamos de percibir a todos los seres como la encarnación de las cualidades más excelentes, y deberíamos de eliminar nuestro orgullo.

Tercera, puesto que las aflicciones nos impulsan a comportarnos de la forma anteriormente expuesta, eliminadlas tal como sigue:

3) En todos los actos, aprenderé a mirar dentro de mi mente, y tan pronto como una emoción aflictiva surja, poniéndome en peligro a mí mismo y a los demás, la afrontaré firmemente y seré consciente de ella.

Entrenándonos en el examen de nuestro continuo mental, el estar vigilantes en todas nuestras actividades y el darnos cuenta del surgir de las aflicciones según aparecen es tal como sigue: en cualquiera de las cuatro actividades diarias⁴ en las que nos involucremos, mantendremos la atención mental y la vigilancia, de forma que podamos analizar cuáles son los pensamientos que surgen en nuestra mente, como por ejemplo los apegos. Con el pensamiento de: “Yo los eliminaré en el momento en el que surjan,” deberíamos de hacer que fueran planos gracias al observarlos de esta manera. En vez de ello, si nosotros actuamos como una pareja de ancianos que está siendo robada por un ladrón, nosotros lo postergamos, y entonces no sucede nada. Si en nuestro continuo mental proliferan las aflicciones, las emociones aflictivas tales como el enojo también se incrementarán exponencialmente. En un Sutra se afirma:

“Similarmente, aquellos que ponen su fe en un sueño,

² *Prajñaparamita Ratnagunasamcayagatha*, La Perfección de la Sabiduría en 300 líneas, un resumen en verso de la Perfección de la Sabiduría en 8000 líneas.

³ Maitreya, “El ornamento de los Sutras del Mahayana”. (*Mahayanasutralamkara*)

⁴ Caminar, permanecer de pie, sentarse, y acostarse.

*Dejarán las cosas para después, y caen en el sopor.
Esto también es verdad para aquellos de mente lujuriosa
Y para los adictos a los intoxicantes.”*

Nuestra tendencia hacia las aflicciones se acentuará, y experimentaremos emociones aflictivas hacia todos los que percibimos como inferiores. Una consecuencia aún más grave es que nosotros experimentaremos un agudo sufrimiento. Si eliminamos las aflicciones, las propensiones también se irán haciendo más tenues. Las tendencias del pasado también se debilitarán, y solo se crearán propensiones sutiles hacia los objetos deseables. Puesto que la ley de causa y efecto es sutil, los efectos serán experimentados de forma segura. Así que nosotros deberíamos de ver a las aflicciones como nuestros enemigos, y utilizar el poder de los antídotos.

Shantideva afirma⁵:

*“Yo puedo ser matado o quemado vivo,
Puedo ser decapitado,
Pero bajo ninguna circunstancia
Me postraré ante mi enemigo, las aflicciones.”4:44*

Como se afirma aquí, el enemigo corriente solo puede hacernos daño en este mundo, pero no en el otro; sin embargo, el enemigo de las aflicciones puede hacernos daño en todas nuestras vidas. Se ha afirmado:

*“Las aflicciones, ese enemigo mío,
Existe durante mucho tiempo, sin principio ni fin;
Ningún otro enemigo puede persistir
De esta manera durante tanto tiempo.” 4:32⁶*

Además, cuando nosotros llegamos a un arreglo con nuestros enemigos corrientes, ellos no volverán a hacernos daño, e incluso pueden llegar a beneficiarnos verdaderamente. Si nosotros mantenemos la misma actitud ante las aflicciones, estas se hacen más y más destructivas. Se ha afirmado:

*“Si tú te relacionas con tus enemigos ofreciéndoles amistad y regalos,
Estos te traerán beneficios y felicidad.
Sin embargo, si tu das satisfacción a las aflicciones
Esto te causa más sufrimiento y dolor.”4:33⁷*

Además, los enemigos corrientes solo pueden causar daño a tu cuerpo, vida, y riqueza; mientras que las aflicciones crean una cantidad inmensurable de sufrimiento en esta existencia cíclica. Esto se afirma:

*“Incluso aunque todos los dioses y semidioses
Se levantaran contra mí como enemigos,
Ellos son incapaces de arrastrarme y arrojarme
Dentro de fuego abrasador del infierno eterno.*

⁵ En su *Guía a la forma de vida del bodhisatva*.

⁶ *Guía a la forma de vida del bodhisatva*.

⁷ *Ibíd.*

*Sin embargo, este poderoso enemigo mío que son mis aflicciones
Pueden arrojarme instantáneamente
Donde incluso el poderoso Monte Meru
Sería reducido a polvo al entrar en contacto.”4:30,31.⁸*

Así pues, nosotros deberíamos de ver a las aflicciones como enemigos nuestros, y destruirlas. Mientras que los enemigos corrientes pueden volver y causarnos daño, incluso después de haber sido desterrados, el enemigo de las aflicciones no pueden reaparecer una vez que han sido erradicadas. Sucede como con las semillas tostadas. El método para eliminarlas es a través de la conducta ética, la meditación, y la visión.

Los principiantes, dada la debilidad de sus antídotos y su dificultad para contrarrestar las aflicciones que ya han surgido, deben de eliminarlas primero a través de su conducta ética. En cuanto a la meditación, se dice que cada una de las aflicciones tiene su correspondiente antídoto. Puesto que todas las prácticas meditativas que emprendemos de entre las tres capacidades⁹ se llegan a convertir en un remedio contra todas las aflicciones, es apropiado involucrarse en esta práctica. Conforme avanza nuestro nivel mental, puesto que las aflicciones carecen de objetos, es suficiente simplemente reconocer que esto es así. Entonces no queda nada que eliminar.

Shantideva afirma:

“¡Aflicciones! ¡Aflicciones! Abandonadlas con el ojo de la sabiduría.”4:46d¹⁰

Cuarta, el entrenarnos en considerar con un cuidado especial a los seres de carácter desagradable y a aquellos acosados por un karma poderosamente negativo y por el sufrimiento, y contemplarlos como algo que se encuentra raramente, es presentado del siguiente modo:

4) Amaré a los seres de naturaleza malvada, y a aquellos oprimidos por fuertes negatividades y sufrimientos, como si hubiera encontrado un precioso tesoro difícil de hallar.

Los “seres de naturaleza malvada”, se refiere a aquellos como el Rey Asanga, quien no habiendo acumulado mérito en el pasado, experimentó el surgir de las aflicciones sin una pizca de control. También se refiere a seres tal como aquella persona de mal temperamento, al cual, mientras estaba cruzando un paso de montaña, le fue dado un plato de carne guisada. Pero cuando la comida quemó sus labios, el tiró lejos todo el plato junto con el pan, y entonces rugió: “¡Te atreviste a quemarme!”.

“Oprimidos por fuertes negatividades” se refiere a los cinco actos negativos atroces¹¹, la degeneración de los votos, y el apropiarse de las propiedades de las Tres Joyas. Los “oprimidos por fuertes sufrimientos” se refiere a aquellos que están afligidos por la lepra, y por otras enfermedades graves.

No deberíamos de tratarlos como enemigos, diciendo: “No queremos ni verlos, y nunca deberíamos de permitir que estén cerca de nosotros.” Al contrario, deberíamos de sentir compasión hacia ellos como si estuvieran siendo llevados por los verdugos del rey. Incluso si entre ellos alguno es degenerado moralmente, nosotros deberíamos de sentir: “¿Qué puedo hacer para ayudarlo?”, hasta que nuestras lágrimas corran libremente. Esto significa que

⁸ *Ibíd.*

⁹ De los practicantes del camino gradual (Lam rim).

¹⁰ *Guía a la forma de vida del bodhisatva.*

¹¹ Matar a la madre, al padre, a un Arhat, hacer sangre a un Buda, y causar división en la Sangha.

primero deberíamos de consolarlos con palabras, y si esto prueba ser ineficaz, deberíamos de ocuparnos de satisfacer sus necesidades materiales, y ayudarlos para procurar cura a sus enfermedades. Si tampoco esto tiene éxito, deberíamos de tenerlos presentes en nuestros pensamientos, y deberíamos de actuar protegiéndolos incluso dándoles refugio. Algunas personas, pensando: “Esto no beneficiará a otros, pero puede hacerme daño a mí,” cubren sus narices y se apartan de aquellos que están oprimidos por un sufrimiento agudo. Incluso así, no tenemos la certeza de que ese sufrimiento no pueda llegar a afectarnos a nosotros. Por tanto, en cuanto a nuestras acciones, deberíamos de proporcionar a otros, comida, medicinas, y cosas semejantes; y mentalmente deberíamos de contemplar lo siguiente, y entrenar la mente:

*“¡Que todos los sufrimientos de los seres
Puedan madurar sobre mí.” 10:56ab¹²*

La línea que dice: “Amaré...como si hubiera encontrado un precioso tesoro difícil de hallar,” es explicada tal como sigue. Puesto que es raro encontrar una gema preciosa, nosotros no la dejamos de lado, sino que la guardamos y queremos. Del mismo modo, los seres de carácter desagradable no son fáciles de encontrar; sin embargo, la compasión surge dependiendo de ellos, y dependiendo de ellos surge la mente de la iluminación¹³. Sin hacer esfuerzos deliberados resulta raro encontrar unos objetos como estos que nos permitan desarrollar los senderos Mahayana¹⁴. ¿Por qué? Porque la compasión no surge hacia los Seres Nobles, y hacia aquellos que están dotados con todas las excelencias mundanas, de forma que ellos no pueden ayudarnos a potenciar la mente de la Iluminación. Por lo tanto, ellos son incapaces de llevarnos hacia el logro de la budeidad. Esto está expuesto en lo siguiente:

*“Los Budas dijeron que aparte de la mente de la Iluminación
Ellos no vieron otros medios.”¹⁵*

Quinta, el entrenarnos para aceptar la derrota sin albergar ningún tipo de resentimiento, incluso cuando es preciso afrontar el infortunio, tales como el ser difamado y demás, es presentado de la siguiente forma:

*5) Cuando otros, debido a los celos, me traten mal, con abusos, calumnias y demás,
aprenderé a tomar para mí la derrota, y ofrecerles la victoria a ellos.*

Independientemente de que seamos culpables, si otros nos difaman o hablan mal de nosotros debido a los celos u a otros motivos, en vez de albergar resentimiento, deberíamos de responder con una mente tierna. Libres de resentimiento, deberíamos de evitar decir, por ejemplo: “Soy inocente. Son otros los que han de ser culpados.” Lo mismo que Langri Tangpa, deberíamos de coger para nosotros la derrota. Se dice que cuando el infortunio está afectando a otro, nosotros deberíamos de pensar: “Yo también estoy en él”.

Cuando nos involucramos en la práctica de la generosidad y de la conducta ética, lo hacemos para purificar nuestro karma negativo y para acumular mérito. Si reconocemos a aquellos que nos difaman como fuentes de amabilidad, aunque realmente esto es un sustitutivo para las dos actividades mencionadas anteriormente, sin embargo nos limpia del resentimiento y purifica nuestro karma negativo, tal como dijo el maestro. Tomar la derrota para nosotros impide que sigamos acumulando más karma negativo.

¹² *Guía a la forma de vida del bodhisatva.*

¹³ *Bodhicitta.*

¹⁴ Los senderos de la acumulación, preparación, visión, meditación, y no más aprendizaje.

¹⁵ Nagarjuna, *Comentario sobre la Mente de la Iluminación (Bodhicittavivarana)* 106, cd.

Langri Tangpa afirma: “Con respecto a la purificación de karma negativo y la acumulación de mérito, es más efectivo reconocer a aquellos que nos difaman como si fueran fuentes de amabilidad que ofrecer delicias fritas en mantequilla a cada monje de la región de Phen”

En la *Guía a la forma de vida del bodhisatva* se afirma:

*“Puesto que es en dependencia de aquellos
De intención maligna como surge la paciencia,
Son realmente quienes son la causa de la paciencia;
Como el sagrado Dharma, son dignos de veneración.” 6:111*

Para substanciar esta aserción, él afirma en la siguiente estrofa que la paciencia es más poderosa que la conducta ética:

*“No hay negatividad como el enfado,
Ni ascesis como la paciencia” 6:2ab.*

Esto enseña la paciencia de permanecer imperturbable ante el daño recibido.

Sexta, es la paciencia de aceptar voluntariamente el sufrimiento. Cuando alguien a quien hemos prestado ayuda en el pasado, o en quien hemos puesto grandes esperanzas, nos traiciona o nos difama, deberíamos de considerarlos como nuestros maestros, generando un sentimiento de gratitud. Esto es presentado en la siguiente estrofa:

6) Cuando alguien a quien he beneficiado confiando en él, sin ninguna razón, me hiera gravemente, aprenderé a ver a esa persona como un excelso guía espiritual.

Con respecto al mantener expectativas, Dromtömpa comentó una vez: “En Kham, yo fui a visitar al maestro Sherapbar, un amigo íntimo. Fui, sabiendo que él no me había invitado, y el consideró esto como una ofensa, y me hizo marchar. Ordenó a otros que sacaran todas mis pertenencias, y él mismo me encerró en una habitación a oscuras. Así fue como llegó a estar claro si yo había entrenado mi mente en el amor benevolente y la compasión, y si las siguientes líneas habían permanecido siendo solo una mentira para mí:

*“¡Qué puedan esos sufrimientos madurar en mí,
¡Qué pueda toda mi felicidad madurar en ellos!”*

Así pues, nunca deberíamos de responder con resentimiento.

Además, vinculando esto a nuestra situación personal, de no ser por la existencia de karma negativo, esos eventos no llegarían a afectarnos. Pues al respecto se ha afirmado:

*“En el pasado yo cause daños
Similares a ese a otros seres,
Por tanto ahora es normal que tales sufrimientos caigan sobre mí,
Recibiendo el daño que cause a otros.”¹⁶ 6:42*

¹⁶ *Guía a la forma de vida del bodhisatva.*

Deberíamos de pensar que nosotros somos los culpables de lo que recaer sobre nosotros, y de este modo, manteniendo un corazón afectuoso, permanecemos felices. Y puesto que no culpamos a los demás, ellos también son felices. Deberíamos de reflexionar: “Esto es fruto de mi propio karma. Está establecido que nadie puede hacer daño a los Seres Nobles¹⁷, quienes han eliminado su karma negativo.” Incluso desde la perspectiva de otros, es nuestro propio karma el causante de que ellos nos hagan daño. Reflexiona: “Por mi culpa, el tendrá que ir a los reinos inferiores. Yo soy el culpable de esto.” Se afirma:

*“Impulsados por mi propio karma
Aparecen aquellos que me dañan.
A causa de ello, caerán en el fuego del infierno.
Siendo así, ¿No soy yo quien los ha destruido? 6:47¹⁸*

Así pues, es apropiado proteger a esos seres de su sufrimiento. También se ha dicho:

*“Aquellos que me acusen falsamente,
Y aquellos que me hagan daño,
Y similarmente aquellos que me insulten,
Que puedan todos ellos participar en la Iluminación.” 3:17¹⁹*

También:

*“Incluso si otros devuelven con daño la amabilidad recibida,
Yo practicaré respondiendo con gran compasión,
Los seres más excelentes de este mundo
Responden al daño con la benevolencia.”*

“Ver a esa persona como un excelso guía espiritual” se refiere a lo siguiente: nuestros maestros espirituales son las encarnaciones de la gran amabilidad, pues ellos nos dan los votos, nos ofrecen los métodos para la práctica de la meditación, y nos revelan el sendero a la liberación. Naturalmente, si no contemplamos esto, y si no practicamos esta contemplación, no transitaremos el sendero. Así que reflexiona: “Este ser me ha ayudado a purificar mi karma negativo y para realizar mis acumulaciones. Por lo tanto, el me ha beneficiado. Así que yo debo de verlo como mi maestro espiritual, no diferente de quien me ha dado la transmisión oral de las prácticas de meditación.”

Respecto a esto “La canción de felicidad” de Atisha, dice:

*“Tanto que alguien sea amigo o enemigo,
Esos objetos que dan lugar a la aflicción,
Quien los vea como maestros espirituales
Será dichoso dondequiera que resida.”*

Cuando dichos pensamientos surgen espontáneamente, nuestra mente está entrenada; entonces, incluso aunque no llevemos a cabo otra práctica, cualquier actividad en la que nos involucremos se convierte en aspectos del sendero hacia la Iluminación. Esto es como el dicho: “Uno no puede encontrar excrementos en un país de oro.”

¹⁷ Aryas.

¹⁸ Guía a la forma de vida del bodhisatva.

¹⁹ *Ibíd.*

“Dharma” se refiere a la transformación de nuestra mente y no a la transformación del entorno externo. Para una persona entrenada, incluso aunque los tres mundos de los humanos, dioses, y semidioses se levantaran como enemigos suyos, su mente no se vería afligida por lo no virtuoso y el sufrimiento. Puesto que nadie puede vencerlo, es llamado un héroe.

Séptima, en resumen, uno debe de entrenarse para ofrecer-tanto directa como indirectamente-todos los beneficios y felicidad a nuestras queridas madres, los seres; y tomar para nosotros todos sus sufrimientos y penas en lo más hondo de nuestros corazones. Esto está presentado en la siguiente estrofa:

7) En resumen, aprenderé a ofrecer a todo el mundo, sin excepción, toda la ayuda y felicidad, directa e indirectamente, y en secreto tomaré para mi todas las penas y sufrimientos de mis madres.

“En resumen”, se refiere a la condensación de todos los puntos precedentes. “En secreto” significa que llevamos todo esto a lo profundo de nuestros corazones mientras estamos contemplando la amabilidad de nuestras madres. En otras palabras, deberíamos de practicar el dar y tomar, no meramente de palabra, sino desde lo profundo de nuestro corazón. En el aspecto práctico, cuando estamos dando cosas que proporcionan bienestar, tales como comida, medicina, etc., mientras tomamos para nosotros todos los sufrimientos y dolores de los seres, ello supone una causa para conseguir un nacimiento en los reinos superiores y para alcanzar el bien definitivo²⁰. Sin embargo, si nosotros en la actualidad somos incapaces de hacer esto ahora, nosotros deberíamos de practicar el tomar mentalmente involucrándonos en la meditación de dar y tomar, y dedicando toda la felicidad de esta vida. Cuando hagamos oraciones de aspiración, desde lo más profundo de nuestro corazón deberíamos de recitar las siguientes líneas de la *Guía a la forma de vida del bodhisatva*:

*“Si yo no cambio completamente
Mi felicidad por los sufrimientos de los demás,
Yo no llegaré a estar completamente Iluminado,
Y tampoco obtendré felicidad en la existencia cíclica.” 8:131*

Octava, puesto que en todas estas prácticas es posible lleguemos a mancharnos, deberíamos de estar seguros de que permanecemos sin estar manchados incluso por los más leves pensamientos mundanos, y con la consciencia que reconoce todos los fenómenos como ilusorios, deberíamos de entrenarnos en estar completamente libre de apego. Esto es presentado en la siguiente estrofa:

8) Aprenderé a realizar estas prácticas sin verme afectado por las manchas de los ocho intereses mundanos, y comprendiendo que todos los fenómenos son como una ilusión, estaré libre de la esclavitud del apego.

Así que el remedio, el método, es este. Cuando estamos manchados por los intereses mundanos²¹ tales como el deseo de ser percibido por otros como dignos de alabanza, caemos bajo la influencia de los ocho intereses mundanos, y lo que nosotros perseguimos es el interés

²⁰ La liberación del renacer continuamente en la existencia cíclica.

²¹ Los ocho intereses mundanos son: ganancia y pérdida, fama e irrelevancia, alabanza y crítica, placer y dolor.

personal. Cuando ocurre esto, las enseñanzas sagradas se han tornado en demonios. Si comprendemos que estos intereses mundanos son como una ilusión, más tarde los abandonaremos. No hay nada en todo lo que experimentamos que posea una realidad substancial.

Se ha dicho:

*“Entre esos fenómenos vacíos,
¿Qué hay que ganar o perder?
¿Quién te va a respetar y servir?
¿Y quién va insultarte? 9:151²²*

*¿De dónde surgen placer y dolor?
¿Qué hay aquí por lo que entristecerse o alegrarse? 9:152ab²³*

Además:

*“Todas las cosas son como el espacio,
Que los seres como yo lo acepten.” 9:154ab²⁴*

Como súplica a todos los objetos de refugio, y recitando esto como aspiración, es tal como sigue: deberíamos de hacer ofrendas de mandalas a los maestros y a las Tres Joyas, y hacer la siguiente súplica:

“Si vosotros-mis maestros, los Budas de los tres tiempos, y todos los bodhisatvas-poseéis compasión y las bendiciones; si vosotros-las diez deidades airadas masculinas y las femeninas-poseéis poder y fuerza; si vosotras-las dakinis de sabiduría-poseéis fuerzas y habilidades, bendicidme de forma que el significado de estas ocho estrofas pueda ser realizado en mí. Bendicidme de forma que todo el sufrimiento y el origen del sufrimiento de los seres madure sobre mí, y que todos los frutos de mi mente de la iluminación maduren sobre todos los seres.” Deberíamos de vincular esto del mismo modo a todas las Cuatro Verdades, y entrenar nuestra mente.

Tras cualesquiera acciones virtuosas que hayamos realizado, como por ejemplo estas prácticas de entrenamiento de la mente, deberíamos de realizar esta oración de aspiración de las ocho estrofas. El hacer esta oración de aspiración crea tendencias hacia la mente de la Iluminación. La oración de aspiración que deberíamos de realizar es la siguiente: “Yo dedicaré todo mi tiempo-todos mis meses, y todos mis años-a realizar todas estas actividades virtuosas. También en el futuro me aseguraré de encontrar maestros espirituales y de asociarme con compañeros virtuosos.” Deberíamos de recitar repetidamente estas oraciones de aspiración.

Este comentario sobre “Las ocho estrofas” del bodhisatva Langri Tangpa fue compuesto por Chekawa Yeshe Dorje. Este comentario sobre los versos raíz constituye una instrucción profunda sobre el entrenamiento mental. Por favor, esforzarnos en esto. ¡Qué pueda su realización surgir en el corazón de todos!

Traducido al castellano por el ignorante y falto de devoción, upasaka Losang Gyatso. Editado a 11/04/2019.

²² *Guía a la forma de vida del bodhisatva.*

²³ *Ibíd.*

²⁴ *Ibíd.*



