

Vacuidad y surgir dependiente

Ven. Steve Carlier

Nagarjuna Valencia

25, 26 y 27 de febrero de 2022

Traducción simultánea desde el inglés por Ven. Tenzin Chöky.
Transcrito al castellano por el Equipo del Centro Nagarjuna Valencia,
Marzo de 2022

Pendiente revisión definitiva

© FPMT Inc., 2022

Vacuidad y surgir dependiente

Presentación de Ven. Steve Carlier por Steve Milton, director del Centro Nagarjuna Valencia

Muchísimas gracias por estar hoy aquí. Recuerdo cuando yo era joven y tú estabas en Oseling, la increíble habilidad con que presentabas temas complejos como podría ser la vacuidad o los factores mentales. También, recuerdo que leíamos las noticias de la revista *Mandala*, cuando tú estabas en el Monasterio de Nalanda en Francia y la revista siempre hablaba de ti; recuerdo que pensaba: “Wow, ¡qué bien! Hay un monje occidental que se llama Steve, como yo” (*risas*).

Recuerdo lo cercano que eras a tu maestro Kentsur Jhampa Tegsok Rimpoché, y para mí era muy inspirador ver esa relación tan cercana de maestro-discípulo. En el pasado, hemos tenido la fortuna de invitar a Kentsur Rimpoché al Centro Nagarjuna Valencia a dar enseñanzas y, no sé si era su especialidad, pero recuerdo que Kentsur Rimpoché dominaba a la perfección el tema de vacuidad. De hecho, Gueshe Lamsang nos ha comentado varias anécdotas en relación a la sabiduría de Kentsur Jhampa Tegsok.

Cuando estuvimos hablando Ven. Paloma Alba y yo sobre invitar a Ven. Steve a dar enseñanzas en el Centro, lo primero que me vino a la cabeza fue que hablara sobre la vacuidad, sí, tenía que ser sobre la vacuidad.

No quiero robar más tiempo para estas preciosas enseñanzas contigo. Muchas gracias por haber accedido a dar este curso porque sé que estás muy ocupado porque estás dando enseñanzas en el Centro de la Tierra del Buda de la Medicina. Todos tenemos muchas ganas de escuchar tus enseñanzas, así que, sin más dilación, podemos empezar.

Ven. Steve Carlier: Estoy muy contento de veros y de estar aquí con vosotros. Ha pasado mucho tiempo desde que estuve la última vez en España. Estamos todos vivos y esto, ya en sí, es un milagro. Lama Zopa Rimpoché, citando a Lama Yeshe, solía decir: “Lo bueno de no haber muerto todavía, es que nos podemos volver a juntar”. Estamos envejeciendo y nuestros cuerpos comienzan a mostrar signos del paso del tiempo y es algo que no podemos frenar. Posteriormente, tendremos que morir y tampoco lo podemos evitar, lo máximo que podemos hacer es intentar aprovechar el tiempo que tenemos de la mejor forma posible.

Vamos a comenzar tomando refugio y podéis recitar la oración en cualquier idioma que queráis.

Refugio y bodichita

SANG GYÄ CHÖ DANG TSOG KYI CHOG NAM LA

Me refugio hasta que alcance el despertar

JANG CHUB BAR DU DAG NI KYAB SU CHI

en el Buda, en el Dharma y en la Asamblea Suprema.

DAG GI JIN SOG GYI PÄ SÖ NAM KYI

Que, por mi práctica de la generosidad y las demás perfecciones,

DRO LA PÄN CHIR SANG GYÄ DRUB PAR SHOG (X3)

pueda llegar a ser un buda para beneficiar a todos los seres. (x3)

Significado de la oración de toma de Refugio

Como todos sabéis, el tema para estos 3 días es sobre vacuidad y surgir dependiente.

Yo no soy un erudito y tampoco puedo hablar desde mi experiencia, pero a lo largo de los años he escuchado enseñanzas de grandes maestros, especialmente de Kentsur Jhampa Tegsok Rimpoché, quién es mi maestro y, en los últimos años también he escuchado magníficas enseñanzas sobre vacuidad y surgir dependiente, las cuales me han sido muy, muy útiles y me han ayudado mucho.

Durante estos días, me gustaría compartir tanto como pueda y tanto como me acuerde, no sé vosotros, pero lo que ya voy viendo es que la memoria comienza a fallar muy a menudo y a veces se me olvida lo que tenía que hablar (*risas*), pero voy a intentarlo.

Antes de entrar en el tema, me gustaría hablar sobre el significado de la oración que acabamos de recitar, que es sobre tomar refugio y generar la mente altruista de la bodichita; la mente que está determinada en lograr la Iluminación en beneficio de los seres, la mente que antepone a los demás y les considera más importantes que a uno mismo. De hecho, según voy hablando, me da la sensación de que esto está estrechamente vinculado con el tema que vamos a tratar sobre vacuidad y surgir dependiente.

En este contexto, tomar refugio y generar la mente de la bodichita nos pone en la motivación adecuada, que como sabemos, es muy importante. Básicamente de lo que se trata es de ver si este tiempo que estamos reunidos vale la pena para analizar el tema de vacuidad y surgir dependiente. Por supuesto, cada uno tenemos diferentes razones del por qué hacemos las cosas. Personalmente, pienso que todo va hacia la compasión hacia los maternos seres que son infinitos; así es tal y como lo hablamos en el contexto budista, ya que hablamos de ellos como nuestras madres y todos ellos, son exactamente iguales a nosotros porque todos estamos atrapados en la existencia cíclica yendo de vida en vida, sin poder elegir dónde vamos a renacer y en vez de eso, todos somos empujados por el karma de nuestras acciones previas realizadas en las vidas pasadas.

Tradicionalmente cuando hablamos de los diferentes tipos de seres.... Porque cuando hablamos de compasión surgen en relación al sufrimiento de los seres, pero no solo es estar afectados por su sufrimiento, no, se trata de tomar la responsabilidad y decisión de ayudarles, de hacer lo que podamos para liberarles del sufrimiento y ayudarles. Podemos rezar tanto como podamos a Buda, pero el Buda no nos puede liberar de forma mágica, no, el Buda nos ayuda mostrándonos el camino y nosotros tenemos que practicar y andar ese camino que él muestra y enseña. Cuando pensamos en los maternas seres, es similar, la forma en que podemos ayudarles no es simplemente rezando para que se puedan ver libres del sufrimiento; se requiere tener coraje y sabiduría para desarrollar todas esas buenas cualidades, es decir, necesitamos lograr la Iluminación rápidamente y así poder ayudar a los seres. Para ayudarles, necesitamos darnos cuenta de sus sufrimientos y reconocer que todo está vacío.

Tradicionalmente hablamos de los seis reinos de existencia, hoy no voy a entrar en detalle, pero hablamos de seis tipos de seres: infernales, pretas, animales, humanos, semi-dioses y dioses. Podemos estudiar y profundizar más sobre estos diferentes tipos de existencia en el Lam.Rim. Como humanos, solo podemos ver el reino de los animales y el de los humanos, pero no el resto de los reinos de existencia. Los seres humanos podemos ver a otros seres humanos y por nuestro propio sufrimiento y experiencia podemos darnos cuenta de cómo es este estado de existencia, incluso aunque no tengamos en cuenta el resto de los reinos de existencia, si solo imaginamos una y otra vez el nacer como humano y experimentar sus distintos tipos de sufrimiento como el nacer, enfermar, envejecer y morir, entre otros muchísimos más, podemos saber el sufrimiento tan gran de que hay.

Por ejemplo, cuando nace un bebé, aunque es chiquitín, simplemente el imaginar que tiene que salir por un orificio tan estrecho, creo que no es tan fantástico ni para el bebé, ni para la madre. Recuerdo que cuando veía algún tipo de documental sobre alumbramientos con mi madre, solía decir: "No sé por qué están gritando" (*risas*). Y, durante mucho tiempo, yo pensaba que dar a luz no era para tanto. Con el tiempo y después de saber lo que era, le pregunté a mi madre el por qué decía esto a lo que me comentó: "Claro que duele muchísimo, pero no sé por qué tienen que gritar porque les duela tanto". (*risas*) De hecho, mi madre ha tenido cuatro hijos y decía que sí, era muy doloroso. *Wow*, no puedo ni imaginar el terrible dolor que supone dar a luz. Cuando los niños nacen, no pueden expresar el sufrimiento que significó para ellos el haber nacido y nosotros, no podemos acordarnos de ese momento y del sufrimiento que experimentamos. Además, cuando vemos en televisión que nace un niño, lo primero que hace es llorar; no creo que lllore porque está feliz. Los médicos, cuando un bebé nace, les golpean en las nalgas y el niño llora.

Envejecer conlleva mucho sufrimiento. Comenzamos a envejecer en el momento en que nacemos. Por supuesto, cuando nacemos no tenemos ni canas, ni arrugas, ni todas esas cosas. Ahora sé por experiencia las dificultades de envejecer: comienzo a ir más lento y las cosas se me olvidan. Podemos observar a los ancianos y ver lo que significa el envejecer como el no tener interés por hacer las cosas que se hacían antes, todo cuesta más y entre otras muchas cosas más, se pierde la vista. También está el sufrimiento de la enfermedad y posteriormente el sufrimiento de la muerte. Algunas veces

escuchamos que alguien ha muerto de manera apacible, pero no suele ser lo predominante, ya que tememos a la muerte.

Hay muchos sufrimientos que nosotros mismos experimentamos y también, podemos ver el sufrimiento que otros experimentan. Por ejemplo, ahora con la guerra en Ucrania, el sufrimiento es terrible; están viendo morir a los niños, a su familia y a sus amigos. Todas las atrocidades que se están viendo son de un gran sufrimiento. Si lo vemos bien, la historia está llena de enormes sufrimientos y todos nosotros lo sabemos. Ser humano conlleva mucho sufrimiento, incluso aunque pensemos que una vida humana es valiosa –y lo es-, pero aun así implica mucho sufrimiento. Necesitamos aspirar a la iluminación para poder ayudar a los seres.

La motivación es extremadamente importante y es el motivo del por qué os estoy comentando todo esto. Si seguimos el camino de Buda, por ejemplo, ahora en este fin de semana que compartiremos, necesitamos tener siempre presente que este tiempo juntos nos servirá para ayudar a los seres. Por este motivo he sacado este tema. Espero que durante este fin de semana y con lo que vayamos reflexionando pueda aumentar nuestra sabiduría, pueda ayudarnos en nuestra práctica, nos acerque al estado de Iluminación y nos ayude de forma más efectiva para poder ayudar a los seres a lo largo de toda nuestra vida. Esto es lo que generamos cuando tomamos refugio y generamos la mente de la bodichita, ya que, si no tenemos compasión, no hay forma de generar la bodichita.

Hablamos de alcanzar la Iluminación en beneficio de todos los seres, pero ¿qué significa esto? Esto significa que los seres están en un sufrimiento terrible y queremos ayudarles en que se vean libres de él porque al igual que nosotros lo que desean es la felicidad, una felicidad genuina. Para beneficiarles y liberarles de su sufrimiento, tengo yo que alcanzar el estado de la Iluminación para poder guiarles al estado de felicidad perfecta que tanto desean.

Buda, Dharma y Sangha son nuestros objetos de refugio como budistas. El Buda es el que muestra el camino, el Dharma que es el verdadero refugio y la Sangha son los que nos ayudan de diferentes formas a recorrer el camino. Otra forma de decirlo es que el Dharma es la medicina y la Sangha son los enfermeros y, nos percibimos a nosotros mismos como enfermos; independientemente de tener la enfermedad física o no, aquí hablamos de que estamos enfermos de las aflicciones mentales, que tenemos una mente sin control, una mente controlada por el egoísmo, que, de hecho, es la peor de las enfermedades. El verdadero refugio es el Dharma, practicar lo que el Buda practicó y desarrollar el amor, la compasión y la sabiduría; esto es lo que verdaderamente resuelve los problemas, lo que nos quita del sufrimiento y lo que elimina las aflicciones mentales. El Buda nos ayuda mostrándonos el camino, ya que es lo que verdaderamente nos va a ayudar.

Refugio causal y refugio resultante

Cuando hablamos de refugio, está el refugio causal y el refugio resultante. Esto es muy interesante.

El refugio causal es el Buda, Dharma y Sangha, en los que normalmente pensamos cuando tomamos refugio, ya que los pensamos como algo externo a nosotros. Pensamos en Buda Sakyamuni que apareció en el mundo hace tantos años y abandonó este mundo o, también pensamos en otros budas, como Buda Chenrezig, en Tara, etc., es decir, en los seres realizados externos que nos ayudan. Pensamos en el Dharma como cualidades externas que otros han logrado. Y, cuando hablamos de Sangha a nivel causal, pensamos en aquellos seres que ya han logrado una experiencia directa de las enseñanzas de Buda.

Para ser más precisos y claros, el refugio del Dharma se refiere a la comprensión no conceptual y clara de la naturaleza última de la realidad, a la verdad de la cesación y la verdad del camino que es la libertad de las diferentes aflicciones mentales que se logran practicando el camino. Son todas esas cualidades que estos seres han logrado. El refugio causal de la Sangha son esos seres que tienen esas cualidades.

Cuando hablamos del refugio resultante, nos referimos a el Buda resultante que tú vas a ser en el futuro, el Dharma que lograrás en el futuro y la Sangha, que llegarás a ser en el futuro practicando estas enseñanzas.

Cuando hablamos del Dharma siendo el verdadero refugio, tiene que ver con ese refugio resultante, ya que el refugio causal de Buda, Dharma y Sangha es como algo fuera de nosotros, algo que otros han logrado. Sin embargo, cuando hablamos de refugio resultante es lo que tú vas a lograr y, cuando lo hagas entonces, resolverás tus problemas y te liberarás. El Buda dijo que nosotros somos nuestros propios protectores y nuestros propios salvadores. Y ¿cómo lo logramos?, pues practicando el camino y obteniendo la experiencia de esas realizaciones.

El hablar de alcanzar nuestra propia Iluminación es algo muy especial en el budismo. Tomamos refugio para llegar a ser nosotros ese Buda y lograr ese resultado. ¿Qué es lo que hace posible alcanzar uno mismo ser Buda, Dharma y Sangha? Aquí es donde necesitamos comprender lo que en tibetano se denomina *rig*. Dependiendo del contexto, *rig* puede hablar de familia, como podrían ser las cinco familias de Budas. Sin embargo, en este contexto *rig* se traduce como linaje. Lo que traducimos como linaje en este contexto, tiene que ver que cuando nacemos en una familia real y eres un bebé, se sabe que cuando crezcas llegarás a ser príncipe/princesa o rey/reina, es decir, si eres el hijo/a de un rey, un día heredarás el trono o, tendrás el potencial de ser el rey o la reina. La palabra linaje tiene esa connotación y da esa idea. Es algo que ya tenemos y no solamente en esta vida, sino que siempre lo hemos tenido, es el potencial de llegar a lograr la propia Iluminación.

La mente: clara y concedora

Lo que hace posible que logremos la Iluminación es nuestra mente, es así de simple. Voy a ponerlo de otra forma, lo que llamamos mente se define como claridad y conocer, éstas son las características de mente. En las enseñanzas de Mahamudra, cuando meditamos en la naturaleza de la mente, Choky Gyaltzen, en su texto de Mahamudra, el cual es muy conocido y popular especialmente en la tradición Gelupa, él habla de meditar en la naturaleza convencional de la mente y dice justamente esto, que es

claridad y conocer. Me gustaría hablar ahora de estos dos rasgos de la mente: claridad y conocer y luego meditaremos unos momentos en ello.

Claridad. Creo que deberá haber diferentes formas de explicar lo que es la claridad. Me gustaría seguir la forma en que algunos grandes maestros por los que tengo un gran respeto lo explican, porque lo he encontrado muy útil. La claridad se refiere al hecho de que cualquier cosa puede aparecer a tu mente de igual forma que cualquier forma puede aparecer ante un espejo cuando se dan las condiciones, ya que, si el espejo está sucio o no tiene la capacidad de reflejar, no lo hará. Así también es nuestra mente que es clara, en el sentido de que cualquier cosa puede aparecer. La diferencia es que cuando algo se aparece a un espejo, el espejo no conoce, no es consciente de lo que está apareciendo. La mente tiene el aspecto de conocer y cuando hablamos de conocer no estamos hablando que necesariamente seas consciente de lo que está apareciendo; quizás es más adecuado decir que hay una experiencia de lo que aparece. Tal vez sea más apropiado decir claridad y experiencia, es decir, experimentas el objeto que aparece en tu mente.

Cuando decimos que su naturaleza es claridad implica que lo que oscurece nuestra mente son las emociones destructivas como el apego, el enfado, la envidia, etc., aunque estén siempre ahí, pueden eliminarse; no son una parte inherente de la mente. Desde este punto de vista, la mente es clara. Hay un verso que viene de los *Sutras de los grandes tratados* que dice: “La naturaleza de la mente es la luz clara y las manchas e impurezas –emociones destructivas- son adventicias, pueden eliminarse y no son una parte fija e inherente de la mente”.

Hay algo más en la analogía de comparar la mente con un espejo. Si cubres el espejo con una tela, ya no puede reflejar nada ¿correcto? No puede reflejar nada y podríamos decir que esa tela es como un velo que impide poder reflejar, literalmente, cualquier cosa u objeto visible. De igual forma, nuestra propia mente es así, es claridad y conocer, esa claridad que se refiere al hecho de que cualquier cosa puede aparecer a la mente y, de hecho, podemos ir un poco más allá y decir que todo puede aparecer a la mente. Hay un potencial para que todo lo que exista pueda aparecer a la mente, pero ¿qué es lo que impide el que todo aparezca? Lo que lo impide son los velos y ¿cuáles son esos velos? Son las aflicciones mentales y de las que vamos a hablar un poco en este fin de semana.

Comprendiendo la vacuidad, podemos eliminar las aflicciones mentales

Principalmente, la principal aflicción mental es la ignorancia, la mente que concibe equivocadamente la naturaleza última. A menudo uso la palabra oscurecimientos, ya que este término funciona para mí porque no es difícil darme cuenta de que mi mente está oscurecida, por ejemplo, cuando intentas comprender algo y estás ahí estrujándote y no acaba de funcionar. Esto es una experiencia directa de que tu propia mente está oscurecida. Los velos, los oscurecimientos, todos ellos son los que nos impiden que nuestra mente pueda percibir todo.

Cuando logras la Iluminación tienes una mente omnisciente, es decir, la mente es consciente de todo y en todo momento. Y, ¡todos tenemos el potencial para conseguir esta mente omnisciente! Si

eliminamos estos velos, todo se aparecería. Cuando hablamos que la mente es clara, es que nuestra mente tiene el potencial de percibir todo, pero de momento, ese potencial está sofocado por los velos de la mente y, ¿cómo eliminamos esos velos? Los eliminamos comprendiendo y meditando en vacuidad y el surgir dependiente.

Y, volviendo a esta idea del linaje, eso que ya tenemos ahora y que cada ser en este planeta, incluso cada animal, espíritu hambriento y demás, cualquier ser tiene este linaje o potencial con el que naces y siempre has tenido y es lo que hace que logres la Iluminación y obtengas el refugio resultante, si te aplicas a ello, llegando a ser un buda. Ahora que tenemos esta valiosa vida humana, que hemos encontrado maestros perfectamente cualificados como su santidad el Dalai Lama, Kyabje Lama Zopa Rimpoché, gueshe Lamsang y todos nuestros maestros, no desperdiciemos esta oportunidad. Si tenemos el potencial y, además, todas estas condiciones, tenemos que aprovecharlo y saber sin duda alguna que es posible, igualmente, eliminar las diferentes capas de velos, oscurecimientos y aflicciones negativas hasta que no quede ninguno y logremos que se manifieste plenamente nuestro potencial.

El linaje que se desarrolla y el linaje que mora de forma natural

Cuando hablamos de linaje, éste tiene estos dos aspectos. A uno de ellos le llamamos el linaje que se desarrolla, lo que significa que esa mente que es clara y conocedora y que, gradualmente llegará a ser una mente iluminada. También está la naturaleza última o la vacuidad de la mente, a lo que llamamos el linaje que mora de forma natural. Y, ambos linajes están vinculados. Si eres completamente nuevo, sé que para ti todo esto puede ser un poco complejo.

Cómo existen las cosas y los fenómenos

Cuando hablamos de vacío queremos decir que no existe tal y como se nos aparece; todo está vacío porque todo es dependiente y, porque todo es dependiente, por lo tanto, todo está vacío. Y, ¿de qué está vacío? Está vacío de existir independiente y de la forma en que se nos aparece. La mente es igual, está vacía en el sentido de que no existe de forma independiente, por sí misma y por su propio lado. Si la naturaleza de la mente no fuese vacía entonces, significaría que puede existir independientemente y, por tanto, nada podría cambiar. Todo es dependiente y, por tanto, está vacío. Si las cosas no fueran dependientes, no podrían cambiar sin nuestra mente y así mismo, la mente nunca podría cambiar; no podrían mejorarse las cosas, como tampoco empeorarse y no podríamos lograr ni la liberación, ni la Iluminación. Un mundo independiente, no podría funcionar. Todo es dependiente y, por tanto, todo está vacío.

Vacío no quiere decir que no exista. Vacío se refiere a que lo que sea que se aparece a la mente, no existe tal y como esto se nos aparece, esto es, existiendo por sí mismo, desde su propio lado y desde su propia naturaleza; esto es lo quiere decir independiente. Las cosas y los fenómenos se nos aparecen como existiendo independiente de cualquier cosa. Sí, las cosas no existen tal y como se nos aparecen y no nos lo cuestionamos hasta que comenzamos a reflexionar. No solo no nos cuestionamos cómo son

las cosas, sino a demás, creemos firmemente en esa apariencia. Éste creer en la apariencia es el cimiento de todas las emociones perturbadoras que nos llevan a actuar de una forma que nos traerán sufrimiento indeseado y que nos impedirá conseguir la felicidad que deseamos, este es el motivo por el que es importante comprenderlo.

Ésta ha sido una pequeña introducción al tema que veremos durante el fin de semana. Si tenéis alguna pregunta, podemos hablarla ahora y si no, continúo.

Me gustaría poder meditar un poco al principio de cada día y hacerlo sobre la naturaleza de la mente, de la vacuidad en sí. Puede sonar raro, pero una de las cosas que he descubierto en los últimos años al escuchar a mis maestros es que podemos llegar a tener una experiencia de esto y no es algo que sea tan difícil y tan intelectual. Podemos llegar a tener una experiencia de todo esto y en los últimos años que he traducido a maestros increíbles, te das cuenta que sí puedes llegar a tener una experiencia y esto ayuda y te das cuenta de que, ¡Wow, esto funciona!

Preguntas de los estudiantes

¿Hay alguna pregunta? Podéis levantar la mano o escribirla en el chat.

(Steve, director del centro Nagarjuna Valencia traduce las preguntas a Ven. Steve)

Estudiante: Si la vacuidad no es tan intelectual ¿por qué recibimos tantas enseñanzas sobre éste tema que a veces resultan difíciles de entender? Es decir, toda esa parte de conceptos ¿en qué ayuda?

Ven. Steve: Para poder llegar a tener una experiencia directa de vacuidad, hay que trabajar mucho. La respuesta simple es que uno empieza con una comprensión conceptual y ésta debe de ser correcta, porque lo que va a pasar es que tú escuchas... Incluso aunque no tengas que escuchar muchísimas enseñanzas, pero has escuchado alguna enseñanza de alguien que sabe lo que está diciendo; que explica correctamente qué significa la vacuidad, cómo comprenderla y tener una comprensión correcta y entonces, comienzas con esto y tienes una idea y, gradualmente necesitas reflexionar en lo que has escuchado para tener una comprensión. Si tienes una comprensión errónea entonces, no va a funcionar cuando medites y será un desastre. Tienes que asegurarte de que estas escuchando, estudiando y reflexionando y que todo ello te llevará a una comprensión correcta, que será una comprensión conceptual y ésta tiene que ser perfecta. Tiene que ser una comprensión correcta de la vacuidad, que todavía seguirá siendo conceptual.

Siempre empieza primero con la comprensión conceptual y luego gradualmente, continúa meditando en ello hasta que la experiencia llegue a ser no conceptual y entonces, será una visión directa de la vacuidad. No significa que tienes que escuchar un montón de razonamientos difíciles. Los bodisatvas intentan comprender la vacuidad desde diferentes puntos de vista, ya que entre más fuentes tienen, más cualificados están para explicarlos a otros.

Definitivamente, uno tiene que estudiar bastante para poder llegar a tener una visión conceptual de la vacuidad basándose en el razonamiento y posteriormente lograr la quietud mental o *shamata* y cuando

lo has conseguido, aun así, uno tiene que analizar para llegar a tener lo que llamamos la visión superior. Incluso habiendo logrado la visión superior, no es la visión directa. Uno comienza con la visión superior y la comprensión conceptual y mediante el análisis, al tener una concentración muy buena, puedes mantenerte concentrada en un solo punto; se dice que es como un pez pequeñito que va deslizándose sin perturbar el agua.

Cuando has alcanzado el *shamata* y tienes esa concentración, puedes aplicar la visión superior analizando y, con este estado de mente, uno se mantiene en éste análisis hasta llegar a la experiencia no conceptual y, con esto logras lo que llamamos *vipassana* o visión superior con la que analizas la vacuidad entonces, cuando hemos logrado esto con la unión de la calma mental, con esto has alcanzado el camino de preparación y trabajándolo, uno podrá llegar a tener esa experiencia no conceptual de la vacuidad, que es cuando se logra el camino de la visión. Cuando uno logra el camino de la visión es cuando se es un ser arya. Y, como habrás visto, todo empieza con una concepción conceptual, estudiando, escuchando enseñanzas de maestros cualificados, como gueshe Lamsang que está perfectamente cualificado. Debemos seguir los consejos de nuestro maestro, meditar, reflexionar y haciéndoles preguntas, si sigues todo esto, llegarás a tener la comprensión. ¿Cómo podríamos llegar a tener una concepción directa de vacuidad si antes no hemos tenido la comprensión previa? Primero, hace falta tener la comprensión, escuchar enseñanzas, estudiar y reflexionar y entonces, gradualmente y sobre la base de esa comprensión, llegarás a tener la visión directa, si no, no es posible. ¿Te ayuda esta respuesta?

Estudiante: Si, gracias. Sin embargo, me gustaría hacer la pregunta al revés. Partiendo de mi caso que no tengo una comprensión perfecta de la vacuidad y ahora que vamos a hacer estas prácticas y meditaciones. Si no tengo el concepto perfecto ¿en qué me va a ayudar ésta experiencia de meditación?

Steve: ¿Puedes formular de nuevo tu pregunta? Hay algo que se me escapa.

Estudiante: La pregunta de antes ha surgido porque me ha parecido muy claro y directo. He sentido que lo que vamos a hacer, esta pequeña experiencia de meditación, nos va a ayudar a comprender y que no es algo conceptual. Por este motivo, he querido entender cuál es la importancia de lo conceptual entonces, si es tan importante ¿qué obtenemos de beneficio haciendo esta meditación que haremos durante el fin de semana?

Steve: Resumo tu pregunta. Si este fin de semana vamos a dedicar un tiempo a la meditación ¿de qué sirve meditar si aún no tenemos la comprensión conceptual correcta?

Ven. Steve: Hay varios tipos de meditación. Las meditaciones que vamos a hacer es principalmente para poder llegar a tener la comprensión. Cuando hablamos de meditaciones, hablamos de meditaciones analíticas y meditaciones unipuntuales. Incluso, aunque no tengas una comprensión previa, si tú te involucras en un tipo de análisis y llegas a tener un cierto sabor de lo que quiere decir y logras concentrar su mente en eso entonces, esa experiencia hará que hagas más análisis y se pasará de la meditación analítica a la de la concentración para poder llegar a tener esa comprensión.

Estudiante: Primero, me gustaría agradecer a Ven. Steve y al centro Nagarjuna Valencia por organizar este curso. Mi pregunta es la siguiente ¿es la ecuanimidad la cualidad necesaria para romper con el engaño de dualidad? Y, ¿hay otras cualidades para poder romper con el engaño del concepto dual?

Steve: Cuándo hablas de ecuanimidad, ¿a qué te refieres?

Estudiante. Me refiero a la ecuanimidad entendida como no la presenta el budismo. Por ejemplo, la ecuanimidad frente a esa forma de actuar que tenemos entre la aversión y el deseo. La ecuanimidad frente a todos los fenómenos sería como la cualidad a aplicar para obtener esa sensación de que no vivimos en los conceptos duales todo el tiempo. Otra forma de plantear la pregunta es ¿cuáles son las cualidades que tenemos que aplicar para romper el engaño de la dualidad?

Ven. Steve: Sí, definitivamente ayuda porque lo que hacemos cuando meditamos en la ecuanimidad lo que estamos haciendo es que vemos las cosas como que el enemigo no es el enemigo desde su propio lado, ya que normalmente pensamos que el enemigo es el enemigo porque lo percibimos porque nos ha dañado, pero si esa persona te ayuda, entonces lo percibimos como amigo. Cuando aplicamos ciertos razonamientos, nos damos cuenta de que amigo o enemigo no son tan inherentes, no son tan concretos, no son tan sólidos. Definitivamente esta reflexión es lo que hacemos con las meditaciones en vacuidad que nos llevan a darnos cuenta de cómo nuestra propia mente está creando la realidad que percibimos.

Estudiante: Si la mente no tiene ni principio ni final. ¿Nunca acaba? ¿Ni incluso cuando se alcanza el estado de un buda? Es decir, ¿solamente lo que hacemos es un cambio progresivo de mente? Por ejemplo, desde el camino de bases hasta el conocedor supremo de todos los aspectos. ¿Es un cambio y una evolución de la mente? ¿Nunca acaba?

Ven. Steve: La mente, no tiene principio, no tiene fin y nunca va a acabar. El sufrimiento, no tiene principio, pero sí tiene fin. Tu samsara no tiene un principio, pero sí puede tener un fin. Si de lo que estás hablando tiene que ver con que tu mente no tiene principio, así es, no tiene principio. La mente no tiene fin. Personalmente, cuando pienso en salir de la existencia cíclica y lograr la Iluminación y, la mente continúa y continúa; cuando pensaba en esto, me ponía un poco nervioso, es por lo que Su Santidad a menudo repite un verso del *Bodisatvacharyavatara*: “En tanto dure el espacio, en tanto perduren los seres, pueda yo permanecer para poder servir y ayudar a los seres”. Es decir, la mente va a continuar y por siempre uno va a estar dedicado a ayudar a los seres y, si no escoges ésta opción, tienes que quedarte en samsara porque no hay otra opción. *(risas)*

De acuerdo, entonces ahora vamos a concluir con un poco de meditación. Vamos a estar unos minutos meditando en la naturaleza de la mente.

Esto lo he escuchado recientemente de Jhado Rimpoché, cuando intentas centrar tu mente en algo ahí afuera, así es como normalmente funciona la mente, siempre está ahí fuera y esto no es muy difícil, como, por ejemplo, en un buda, pero cuando intentas meditar en ti mismo con la forma de un buda, esto ya es más difícil; por lo menos, aun sigues teniendo una imagen física. Sin embargo, cuando

hablamos de la mente, meditas en algo que no puedes ver con tus ojos y a veces, es un poco peculiar, pero todos nosotros lo podemos hacer.

Meditación

No te dejes distraer por los objetos de los sentidos, ya que puedes ver y oír cosas, pero no te centres en eso tu atención, no, solo céntrala en tu mente, Su Santidad suele decir “en tu mente pura”. Y no piensas en el pasado, no haces planes o te preocupas del futuro. Simplemente la mente presente. No te dejes distraer por lo que aparece en la mente, solo céntrate en la mente misma que tiene esa naturaleza y capacita que puede aparecer cualquier objeto a la mente. Vamos a intentar esto durante algunos minutos.

(Tiempo para meditar)

Como he dicho, puede ser una meditación un poco peculiar porque a veces piensas: “no sé en qué estoy meditando”, “quizás esto meditando en algo” o, “estoy imaginando y no sé qué es lo que está pasando”. Es muy extraño cuando te sientas y haces la meditación en la forma en que he explicado, está es la manera en como Su Santidad la explica. En las enseñanzas de Su Santidad durante la pandemia, habló varias veces sobre esta meditación. Cuando sigues este proceso, que haremos varias veces más al comienzo de cada día. Cuando te habitúas, él dice: “no tiene que ver con las consciencias sensoriales, es solo la consciencia mental”.

No pensamos en el pasado ni en el futuro, simplemente estamos presentes entonces, meditas en la naturaleza de la mente que es claridad y concedora, sobre todo, en la claridad de tu mente. En cierta forma, inmediatamente hay una experiencia apacible, una cierta apariencia de tranquilidad. Incluso, puedes comenzar a flipar un poco, pero esto no es útil.

Esta es la meditación. Es como cuando hacemos la meditación en la respiración que imagino todos habéis hecho, cuando tu mente se escapa, lentamente la atraes al momento presente y, esta mediación es igual. Es muy fácil distraerte y tan pronto te das cuenta de que te has ido, traes la atención de nuevo a la mente, a la mente pura, a la claridad de la mente. Así, gradualmente tendrás una experiencia y se irá volviendo más fácil.

Vamos a dedicar unos minutos más.

(Tiempo para meditar)

Ejercicio de respiración

Antes de la charla sobre el surgir dependiente, quiero que hagamos juntos alguna práctica. Mencioné ayer que Su Santidad, en sus charlas durante la pandemia y también durante las enseñanzas

preliminares para Kalachakra hace tiempo en Washington, así como en algunas enseñanzas que dio en Delhi, ha hablado sobre este tipo de meditaciones.

Vamos a comenzar con el ejercicio de respiración de las 9 rondas, el cual voy a explicar. En primer lugar, necesitáis saber cómo hacerlo, por favor, miradme.

(Ven. Steve explica y muestra cómo hacerlo, para más información consultar el vídeo 2 de estas enseñanzas)

Su Santidad bromeaba en relación con este ejercicio diciendo que, si quieres molestar a la persona que está sentada al lado tuyo, al hacer este ejercicio y mover los brazos, puedes molestarles (*risas*) y ponerlo como excusa.

(Tiempo para hacer el ejercicio de respiración)

Muy bien, mañana lo haremos de nuevo.

Meditación en la respiración

Su Santidad le llama centrarse en la respiración. Nos centramos en la sensación del aire en la zona de las farinas y si queréis y puede ayudaros, podéis contar las respiraciones completas para ser más conscientes cuando tu mente se distrae. Por ejemplo, si cuentas tres o cuatro respiraciones y te distraes, al darte cuenta, vuelves de nuevo a centrar tu mente en la respiración.

Nos centramos en la respiración unos minutos.

(Tiempo para centrarse en la respiración)

Meditación en la claridad de la mente

La principal meditación que vamos a hacer durante 5 o 10 minutos será la de meditar en vacuidad tal como Su Santidad la ha descrito en varias ocasiones.

Comenzamos con la motivación, el refugio y la bodichita y posteriormente seguimos con el ejercicio de respiración. Centramos la mente en la respiración para que nuestra mente esté hábil y dispuesta para meditar, para que esté menos distraída.

Una vez hecho los primeros pasos, continuamos con la meditación como la que hicimos ayer por la noche: meditar en la mente pura, que es como Su Santidad suele mencionar. Me gusta meditar en la mente pura, que básicamente se refiere a meditar puramente en la mente, en la claridad de la mente.

De nuevo, recordamos qué quiere decir meditar en la claridad de la mente, puramente en la mente. Su Santidad se refiere a esta meditación como algo que ayuda a que nuestra meditación en la vacuidad sea mejor, más eficiente, más clara, más aguda y más precisa. Por sí misma, esta meditación en la naturaleza de la mente tiene muchos beneficios. Recuerdo que Su Santidad, enseñando en Dharamsala muchos años atrás, decía que esta experiencia de meditar en la naturaleza convencional de la mente

es similar a meditar en vacuidad. No es meditar en vacuidad, pero la experiencia es algo similar a reflexionar.

Vamos a hacer la meditación sin prestar atención a ninguno de los objetos de los sentidos: formas, sonidos, olores, tacto, sabores; simplemente nos centramos en la mente en sí misma. La mente que hace todo el proceso de pensar, planificar, etc. Nos centramos en esa mente sin pensar en lo que sucedió en el pasado con nuestra vida, o lo que ha pasado en el mundo. No pensamos en el pasado y tampoco en el futuro, simplemente nos mantenemos en esta mente presente, sin involucrarnos en los pensamientos que surgen en la mente. Simplemente somos conscientes de la propia mente, que tiene esa cualidad de claridad y conocer.

(Tiempo para meditar)

Esto es como contemplar el espejo sin centrarnos en lo que aparece en él, solo miramos el espejo en sí mismo; miramos la mente. No se trata de eliminar esos reflejos que aparecen en el espejo, sino simplemente nos centramos en el espejo, es decir, en esa naturaleza clara. Y, una vez más, recordamos el significado de claro: que tiene la capacidad de poder reflejar lo que aparece en él. Meditamos en esta naturaleza clara de la mente, en la que se dan diversas apariencias, pero sin centrarnos en ellas, uno no se distrae y simplemente se es consciente de esa mente donde se dan las apariencias y los pensamientos que surgen.

(Tiempo para meditar)

Meditación para buscar el yo

Voy a hablar unos minutos sobre esta meditación principal. Nosotros normalmente pensamos: “mi cuerpo, mi mente, mis brazos, mis manos, etc.”. Y, cuando pensamos así, tenemos la sensación de un yo que posee, que es el dueño de todo ello y ese yo es el dueño del cuerpo y la mente. Cuando decimos: “voy a meditar, voy a caminar, voy a levantarme, voy a sentarme” y, el punto de esta meditación que vamos a hacer es el buscar a ese yo que consideramos el dueño y el que controla. Buscamos en nuestro cuerpo y mente. Tradicionalmente las instrucciones serían buscarlo en los cinco agregados, que es otra forma de decir cuerpo y mente, es decir, buscamos algo que podamos señalar y reconocer como siendo el yo quien es el propietario y quien controla. He escuchado recientemente algo de Su Santidad, comentó algo muy relevante para esta meditación.

Como sabéis, Su Santidad se encuentra a menudo con neurocientíficos, físicos, psicólogos y expertos en física cuántica, entre otros y tiene encuentros regulares con ellos. Una vez estaba hablando con uno de ellos que dijo: “El cerebro trabaja como un todo. No hay nada en el cerebro que controle el resto, es decir, no hay punto de control central y no hay nada que pueda señalar en el cerebro que organice todo, o que esté a cargo de todo”. En cierta forma, podemos decir que, si buscas un yo en tu cuerpo, un yo que sea el propietario y gestione ese cuerpo y mente, si tuviera que estar en algún sitio, supondremos que está en el cerebro, pero si vamos a él, resulta que el cerebro funciona como un todo en conjunto y no hay nada en él que podamos señalar como una zona que lo controle. Podríamos decir

que hemos encontrado a ese yo en el cerebro, pero no es así, no hay nada que lo esté controlando y que podamos señalar. No hay nada así en el cerebro ni, por supuesto, en ninguna otra parte de la mente. Todo nuestro cuerpo funciona también como un todo, pero no hay nada que tenga un control sobre ello. Creo que esto puede ayudar un poco.

Lo que vamos a hacer ahora en la meditación, es buscar ese yo, que no decimos que no existe. Todos tenemos esa sensación de un yo: “yo soy esto, soy aquello”, “soy el propietario del cuerpo y de la mente”. Ahora vamos a buscar a ese yo y ver si podemos encontrarlo en el cuerpo. Vamos a hacerlo durante unos momentos y luego hablaré un poco más sobre ese yo y lo buscaremos en la mente.

Durante unos momentos vamos a buscar ese yo en el cuerpo.

(Tiempo para buscar al yo en el cuerpo)

Buscamos si ese yo está en la mano derecha, en la mano izquierda, en el tronco del cuerpo, en la cabeza, en el cerebro, y así seguimos buscándolo incluso en las partes más minúsculas del cuerpo como las células, los átomos, etc. Si seguimos buscando, no lo vamos a poder encontrar. El Buda mismo dijo que no hay que aceptar simplemente lo que él diga porque lo dice él. Hay que analizar y, según avanzas en la meditación, no encontrarás un yo en el cuerpo.

Ahora, puesto que ese yo no está en el cuerpo, vamos a buscarlo en la mente. Hay diferentes formas de contemplarlo. Una de ellas es pensando en los diferentes niveles de mente o consciencia, desde los más burdos a los más sutiles hasta llegar a la mente clara. Quizás la forma más fácil de hacerlo es de la siguiente forma: si yo soy mi mente, o si el yo está en mi mente, ¿dónde voy a encontrar el yo, ese yo que es el dueño y controlador de cuerpo y mente? Ese yo no lo puedo encontrar en la mente del pasado porque ya se ha ido, y tampoco lo puedo encontrar en la mente del futuro ya que aún no ha acontecido. Por lo tanto, ese yo tendría que estar en la mente presente. Y es aquí donde la meditación se vuelve muy interesante porque observamos el momento actual de la mente, cómo, por ejemplo, cuando decimos “presente” podemos pensar en este año, sin embargo, este año también tiene meses y de hecho ya ha pasado un mes y aún nos quedan 10 meses por venir, entonces tiene que ser la mente de hoy. Cuando hablamos de hoy, de las 24 horas del día, a esta hora ya han transcurrido varias horas de esas 24 y aún quedan varias horas por venir, por lo tanto, descartamos la mente de esas horas que ya han pasado y también la mente de las horas que aún quedan por venir. Buscamos el yo en esta hora, y a la vez en esta hora presente, ya ha pasado una parte y hay otra que aún queda por llegar. Entonces, tendría que ser este minuto y a la vez, tendríamos que referirnos a este segundo. Incluso, cuando hablamos de un segundo, hay fracciones de segundo y ya han sucedido unas cuantas y otras tienen que venir. De hecho, siempre hay un comienzo, cualquier cosa del pasado y cualquier otra cosa que tiene que venir. Cualquier duración de la mente, en lo que te centres como siendo presente, esto también tiene un comienzo y un futuro. El presente tendría que estar en el medio, pero no podemos encontrar una mente presente que pudiera ser donde está este yo, ya que siempre hay un pasado y un futuro y entre medias, podríamos señalar el presente. Esa parte de en medio tendría que ser el presente, pero

a su vez, eso tiene un comienzo, un entre medio y un final. Si lo analizas así de esta forma, no podemos encontrar a ese yo.

Vamos a intentar esta meditación siguiendo este análisis, busca el yo en la mente. Recuerda que tienes que estar en la mente del presente y ver si existe ese yo.

(Tiempo para buscar el yo en la mente)

Ahora, vamos a pasar unos momentos en la experiencia de que no hay un yo en el cuerpo, ya que no hemos podido encontrar nada en el cuerpo y señalarlo como el yo y, tampoco hemos podido encontrar nada en la mente y señalarlo como un yo.

Vamos a morar unos momentos en esta experiencia.

(Tiempo para morar en la experiencia)

Esto no quiere decir que no existamos. Lo que quiere decir es que no existimos como algo que pueda encontrarse. Esto es algo alucinante y sorprendente. El que no podamos encontrar algo en la base de imputación, que aquí sería el cuerpo y la mente, es su vacuidad.

Lo que hemos estado haciendo con esta meditación nos ayuda a ir hacia la comprensión real de la vacuidad. Nos ayuda a dar un paso y acercarnos a esta comprensión.

¿Qué es el surgir dependiente?

Me gustaría hablar un poco sobre el surgir dependiente y la explicación aquí está basada en Nawang Drakpa, que es el gueshe de Sera que vive en San Francisco, a un ahora de donde yo estoy. Este maestro es verdaderamente increíble, en verdad, *wow*, es magnífico y este año cumplió 90 años.

Estas enseñanzas sobre el surgir dependiente son increíbles. Una cosa que recuerdo muy claramente de Lama Yeshe es que nos solía alentar a reflexionar y meditar en el surgir dependiente tanto como pudiéramos ya que, decía, cuanto más comprendes el surgir dependiente, más cerca estás de comprender la vacuidad y, cuanto más entendamos el surgir dependiente, más cerca estaremos de comprender cómo las cosas se nos aparecen, que es muy diferente a cómo las cosas son. No se nos aparecen como dependientes, sino como independientes e independientemente de todo. Esto es lo que llamamos el objeto de negación u objeto a refutar. Si escuchamos las enseñanzas de Kyabje Lama Zopa Rimpoché, a menudo utiliza el término tibetano *gagcha*, que normalmente llamamos objeto de negación, pero creo que es mejor llamarle objeto de refutación porque necesitamos utilizar un análisis racional para refutar la existencia de tal cosa. En otras palabras, se nos aparecen las cosas de una determinada forma y uno analiza que no puede existir tal y como se nos aparece en base a unos razonamientos, y entonces lo refuta. Refuta la negación de esa apariencia que es la vacuidad, por esto es tan importante.

El gran maestro Nagarjuna, el maestro de la India, no estoy seguro en qué siglo porque no soy muy bueno con las fechas, creo que fue en el siglo II, unos cuantos años más después del Buda, fue un gran maestro que en sus escrituras hablaba de todas estas enseñanzas del Buda y señalaba que, entre todas estas enseñanzas, las enseñanzas del surgir dependiente eran muy importantes. El mero hecho de sugerir que las cosas son dependientes da la base para comprender que las cosas no existen por sí mismas y desde su propio lado y, comprendiendo esto, uno tiene la llave para poder eliminar todo el sufrimiento y las causas de sufrimiento en su propia mente y ser de una vez por todas, para siempre. Es realmente increíble. Hay un texto de Lama Tsong Khapa que alguno de vosotros conocéis llamado la *Alabanza al surgir dependiente*, que alaba al buda por enseñar el surgir dependiente. En estas sesiones hablaré de todo esto.

Hay un sutra que habla del surgir dependiente llamado *El sutra del brote de arroz* y, realmente me encanta. En este sutra hay un párrafo que dice: “Quien quiera que vea el surgir dependiente, ve el Dharma. Quien quiera que vea el Dharma, ve al Buda”. Este sutra se llama así porque el Buda estaba sosteniendo una semilla o brote de arroz para explicar el surgir dependiente. Quien quiera que vea el surgir dependiente, ve el Dharma y quien quiera que ve el Dharma, ve al Buda. Sin embargo, yo pienso que no es así de simple. (*risas*) Y ¿qué es lo que quiere decir? Que cualquiera que vea el surgir dependiente; los diferentes niveles del surgir dependiente que hay, entonces ven al Dharma; esto quiere decir que comprenderán la vacuidad. Al ver el Dharma comprenderán la ausencia de identidad y la naturaleza última de la realidad. Quien quiera que ve el Dharma, ve al Buda, esto quiere decir que una vez que has comprendido la vacuidad y mantienes la meditación en ello, si continúas meditando en ello, especialmente en conjunción con la bodichita, la compasión y el amor bondadoso, esta meditación eliminará completamente todos los velos, de los cuales hablamos ayer en la noche, es decir, los diferentes oscurecimientos. Ver al Buda significa que tú llegarás a ser un buda. Esto es lo que nos muestra. Por supuesto tienes que analizarlo por ti mismo, pero esto es lo que el Buda mencionó y dijo: “Quien quiera que comprenda el surgir dependiente, comprenderá la vacuidad. Cualquiera que comprenda la vacuidad, podrá lograr la Iluminación, la budeidad, para el beneficio de los seres.”

Hay algo que dijo Nagarjuna que he anotado, pero creo que no lo he escrito muy bien, y dice algo así: “Dado que no hay nada que no surja en dependencia, no hay nada que no esté vacío”. Es decir, vincula surgir dependiente y vacuidad de forma muy clara diciendo que todo surge en dependencia y, porque todo surge dependientemente, todo está vacío; esto es lo que quiere decir. Todo surge dependiendo de otras cosas, por lo tanto, está vacío, pero ¿vacío de qué? Vacío de existir desde su propio lado, vacío de existir por su propia naturaleza, vacío de existir de forma independiente o a nivel último, o también podemos decir vacío de existencia verdadera. Kentsur Rimpoché solía decir vacío de existencia inherente. Cuando decimos existencia inherente y verdadera es que está completamente vacío de existencia independiente. De hecho, es así, no hay nada que sea independiente, por tanto, está vacío de ser independiente. Todo está vacío de existir de forma independiente. Esta es la explicación de

Nagarjuna, dicho de forma simple, cómo lo enuncia en relación con el surgir dependiente. Vacuidad y surgir dependiente.

No es un punto muy difícil. Algo no puede ser al mismo tiempo independiente y dependiente, porque si algo es dependiente no hay forma de que sea independiente, y viceversa. A lo que se refiere esto es que ya que todo es dependiente no existe en la forma en que se nos aparece. La forma en que se nos aparece a nosotros es como si fuera totalmente independiente y este no es un punto fácil de comprender y tiene que ver con el objeto de negación, *gagcha*, el objeto a refutar. Esto lleva tiempo para poder verlo y localizarlo. Durante este fin de semana podemos comenzar a darnos cuenta sobre a qué nos referimos cuando hablamos de cómo se nos aparecen las cosas existiendo de forma independiente y de cómo son dependientes, por lo tanto, no existen de forma independiente, que es tal y como se nos aparecen. También podríamos decir de forma más concisa: ya que todo es dependiente, nada existe como se aparece, y ¿cómo se aparece?, se nos aparece existiendo independientemente. Si las cosas existieran como se aparecen, entonces no serían dependientes. Lo principal es que no hay nada que pueda ser las dos cosas: dependiente e independiente. Este es el punto que hay que tener claro.

También, hay otro verso del texto de los *Versos de sabiduría fundamental* de Nagarjuna que dice... Lo digo en tibetano para que por lo menos tengamos unas huellas correctas de lo que dijo Nagarjuna. (Ven. Steve lo dice en tibetano) Wow, este verso es realmente fantástico y se le traduciría así: "Cualquier cosa que surja dependientemente, se explica como mera vacuidad, *thongpa ñi*. No quiere decir que todo es vacío, es *meramente* vacío, es imputado dependientemente. Y este es el camino medio". ¿Qué quiere decir todo esto? La primera parte es fácil para nosotros ahora, es decir, todo surge dependientemente, por lo tanto, todo depende de algo.

¿Qué es la vacuidad?

Voy a introducir los diferentes niveles del surgir dependiente y así será más claro cómo todo, efectivamente, surge en dependencia.

Si nunca hemos escuchado enseñanzas sobre el surgir dependiente, podríamos pensar que algo puede depender de otras cosas. Cualquier cosa que surja dependientemente, tiene que ser vacío. Esto ya lo hemos mencionado. Esto no es tan solo un pensamiento de la traducción del inglés cuando hablamos de vacuidad, ya que los tibetanos tienen los mismos problemas con la palabra *thongpa*, que quiere decir vacío. Pero cuando decimos que todo surge dependientemente y, por tanto, es vacío, cuando decimos la palabra vacío o vacuidad, cuando la escuchamos, parecería como que no existe. Y no solo eso, cuando realmente entramos en que todo lo que es dependiente es vacío de existir desde su propio lado o vacío de no encontrarlo cuando lo buscas. Vamos a poner un ejemplo, el no poder encontrar el yo en tu cuerpo y mente; cuando meditas en ello, primero piensas en cómo se te aparece el yo que está sintiéndose continuamente como el propietario del cuerpo y de la mente, pero cuando buscas ese yo,

no lo podrás encontrar y, cuando estamos convencidos de que no lo vamos a poder encontrar, permite que tu mente entre en esa experiencia de no poder encontrar al yo.

Al salir de la meditación puedes pensar: “Si no puedo encontrar al yo, ¿quiere decir que no existe? Y si existe, ¿cómo puede existir si no lo encuentro”. Normalmente, si no podemos encontrar algo en el único sitio en donde lo podríamos encontrar, eso significa que no existe y te puede llevar a preguntarte ¿cómo puede existir algo si está vacío? Si no puedo encontrar algo, entonces, ¿cómo puedes encontrarlo?

¿Tiene sentido para vosotros todo esto que estoy comentando? Espero que sea así. *(risas)* Tenemos que darnos tiempo para comprenderlo.

¿Qué quiere decir todo esto? Hay una tendencia para todos y cada uno de nosotros, incluso para los grandes maestros, pero especialmente para nosotros, que pensamos: “si yo no puedo encontrar algo eso implica que no existe, ya que, si existe tendría que encontrarlo y si no lo encuentro, es que no existe”. Esta es la tendencia que tenemos todos.

Nagarjuna nos dice: “Cualquier cosa que surge dependientemente, está vacío de existir por sí mismo y se nomina dependientemente”. Lo que nos dice aquí Nagarjuna es que el mero hecho de que no puedas encontrarlo y de que esté vacío, no significa que no exista. Los tibetanos utilizan el ejemplo del conejo, es decir, tú ves desde lejos a un conejo que te parece que tenga cuernos, algo que parece que exista, pero en realidad no existe. ¿Cuál sería un buen ejemplo para nosotros de algo que parece que existe, pero en realidad no existe? ¿Cuál pensáis que sería un buen ejemplo? Vale, ya tengo un ejemplo que puede funcionar, quizás no tanto como el de los cuernos de un conejo. Todos vemos el atardecer cuando se mete el sol ¿verdad? Es interesante porque sabemos que el sol no está dando la vuelta al mundo; tú olvídate de lo que sabes y céntrate en lo que ves, que es al sol que se va metiendo por detrás de la tierra. Todos lo vemos, pero en realidad no es que el sol se esté metiendo por detrás de la tierra ¿no? No hay un sol que gradualmente esté descendiendo y caiga o que le esté dando la vuelta a la tierra ¿es verdad o no? No es que el sol esté cayendo; esto es lo que vemos, pero no es lo que está pasando ya que sabemos que el sol no le da vueltas a la tierra, sino que es la tierra la que gira alrededor del sol y esto es lo que hace que tengamos días y noches. Sin embargo, cuando miras un atardecer ves que el sol está descendiendo y no miras ni sientes que es la tierra la que se está moviendo ya que parece estar completamente fija y lo que se mueve es el sol, esto es lo que tú ves. Es muy difícil ver una puesta de sol y ser conscientes de que es la tierra la que se está moviendo, que, de hecho, es lo que está pasando. Algo así es el ejemplo. En otras palabras, en vez de decir o hablar de los cuernos de un conejo, decimos que el por qué las cosas estén vacías no quiere decir que las cosas no sean completamente no existentes como, por ejemplo, el sol dando vueltas por la tierra. No hay un sol que de vueltas a la tierra ¿correcto? *(risas)*. Si tenéis un ejemplo mejor, comentadlo por favor, este ha sido el que me ha salido.

Otro ejemplo podría ser el reflejo de tu rostro en el espejo, ya que tu rostro no está en el espejo. También, cuando ves el reflejo de la luna en el agua; estamos acostumbrados a ver el reflejo como tal,

pero, de hecho, si hacemos una fotografía del reflejo de la luna en un agua tranquila, fácilmente identificamos que se trata de una fotografía ¿verdad? Sabemos que el reflejo no es la luna y lo podemos entender en el contexto. En los textos se suele poner el ejemplo de “no existente como los cuernos de un conejo” o “como una flor que crece en el cielo”; esto no existe. También se suele citar el ejemplo “no existente como el hijo de una mujer estéril”.

Los tres niveles del surgir dependiente

La palabra sánscrita para el surgir dependiente es *Pratitya-samutpāda*. Uno de los significados del surgir dependiente es que uno es en dependencia de otro.

El surgir dependiente tiene tres niveles:

1. Surgir dependiente en relación con causa y efecto

El primer nivel se llama “encuentro” o “reunión” y se refiere a la relación de causa y efecto. Por ejemplo, las plantas nacen en relación con una semilla, nosotros hemos nacido del óvulo fertilizado de nuestros padres. Esta relación es muy directa y podemos verlo, por ejemplo, cuando se construye una casa; cuando se va construyendo en base a la madera ves las diferentes causas y condiciones que conducen a tal resultado, es decir, podemos ver que todo esto sucede debido a diferentes causas y condiciones.

¿Pensáis que hay algo que no dependa de diferentes causas y condiciones? ¿Pensáis que hay algo que surja por sí mismo sin depender de causas y condiciones? Es algo que hay que reflexionar. El que no sepamos por qué algo sucede, no significa que no haya una razón para que eso suceda.

Hay varios casos en los que algo existe dependiendo de causas y condiciones, por ejemplo, un brote de arroz que surge de la semilla o del grano de arroz. Este es un ejemplo perfecto. Si no tuviéramos la semilla o el grano, ese brote de arroz no podría crecer ¿correcto? Aquí vemos claramente la causa y el efecto; la causa es la semilla y el efecto es el brote de arroz, ¿tiene sentido? Respecto a cosas externas, es fácil ver esta lógica. Tenemos un cuerpo y una mente y podemos ver, especialmente en el cuerpo físico, cómo empezó, cómo ese pequeño óvulo fertilizado, al principio casi invisible, que estaba en el útero materno, fue desarrollándose y creciendo más y más hasta nacer y, posteriormente, hemos seguido creciendo hasta llegar al momento presente con este cuerpo que tenemos ahora. Si pensamos al respecto, este cuerpo es el resultado o el efecto, y las causas de este cuerpo serían numerosas ya que no solamente ha sido el óvulo fertilizado, también han sido los alimentos que hemos ido tomando y que han permitido que este cuerpo se desarrolle, pero también, ha habido otros factores que van facilitando nuestro crecimiento. Así mismo, hay diferentes factores que nos permiten mantenernos, aunque ya no sigamos creciendo a lo alto y sí a lo ancho algunos de nosotros, expandiéndonos en el universo. (*risas*) Causa y efecto, estas serían las causas.

A veces distinguimos entre causas y condiciones, pero si hablamos de causa-efecto, toda esa comida que hemos comido hasta ahora serían causas ordinarias que aterrizan o dan este resultado, el cuerpo;

causa y efecto. De hecho, podemos ir un poco más lejos diciendo que ese óvulo fertilizado, antes de ello, estaba el óvulo y el espermatozoide entonces, todo lo que condujo a que tu madre produjera ese óvulo y el padre produjera el espermatozoide, todo ello serán también causas. Y así, podríamos ir más atrás hacia sus padres, los padres de sus padres, etc., ya que tenemos un padre y una madre, tenemos cuatro abuelos, ocho bisabuelos, 16 tatarabuelos y así sucesivamente... ¡imaginaros! Wow ¡es increíble! Son muchísimos. ¿Habéis escuchado sobre las mitocondrias? La lógica de las mitocondrias creo que es muy interesante para nuestra meditación en bodichita porque nos ayuda a sentirnos cercanos a los seres y a la familia humana, ya que pensamos que todos nosotros tenemos una madre y algunos tienen la misma madre ¿de acuerdo? Si tienes hermanos, por lo tanto, tendréis la misma madre. Y, todas estas madres a su vez tienen sus madres y estas madres a su vez, también comparten a sus madres o quizás, son hijas únicas, por lo que vemos que, si vamos yendo hacia atrás más y más, llegaremos a la primera madre y, al menos que hablemos de dos diferentes tipos de especies de humanos que vivan a la vez en un planeta, que posiblemente no es así, la conclusión podría ser que todos procedemos de una madre. Esto lo sabemos con la mitocondria. Podríamos seguir el mismo patrón con el padre y los cromosomas y, estos dos, probablemente en un momento se encontraron.

Teniendo en cuenta todas estas generaciones, comenzaríamos con la madre que tiene hijos y estos tienen hijos, los que a su vez también tienen hijos y así llegamos al momento actual con todos los millones de seres humanos que habitamos la tierra. Toooooo muchas estas generaciones son causas en cuanto al cuerpo hasta llegar al big bang. Desde el punto de vista budista, se dice que el big bang era parte de un ciclo en la formación del universo, que luego desaparece y posteriormente, hay otro big bang y demás, es decir, todo ese proceso. Todo esto son causas que producen un resultado. En relación con este cuerpo, todo ello serían diferentes causas que han conducido al cuerpo presente y en este sentido es dependiente. Hay muchas causas que conducen a este resultado presente.

Y así podemos analizar con todo, por ejemplo, la ropa que llevamos, tu casa, tus muebles. No necesitas que alguien te lo explique. Piensa por ti mismo en la evolución de todas estas diferentes causas y todo lo que, a su vez, tienen sus causas anteriores que a su vez tienen otras causas y demás.

Causa y efecto. Lo que debemos tener claro es que, sin estas causas, el resultado no sucedería. Unos casos son más obvios que otros... Si no hay un óvulo fertilizado entonces, este cuerpo presente no estaría aquí, yo no estaría aquí, no tendría un cuerpo en el que nacer si no hubiera tenido ese óvulo fertilizado. Desde el punto de vista budista, es la mente que entra en ese óvulo fertilizado, es decir, necesitamos el óvulo fertilizado para tener este cuerpo. Si el óvulo fertilizado no estuviera, tampoco nosotros estaríamos aquí.

Eso con relación al cuerpo, pero si pensamos en la mente, por ejemplo, el entendimiento, el cómo percibimos las cosas y demás, todo ello no sucede por sí mismo. Lo podemos ver muy claro con las experiencias de la niñez, con las experiencias que traemos de vidas pasadas, con las predisposiciones y demás. Todo este proceso mental depende de otras causas, ya que hay unas causas anteriores y luego vienen los efectos.

Sesión de preguntas

Estudiante: En la meditación en la mente de la luz clara ¿dónde centramos nuestra mente? ¿Dónde está la mente de luz clara? ¿Está en el espacio, en el pecho o en la coronilla? ¿Dónde está esa mente de luz clara?

Ven. Steve: No necesitamos poner el énfasis en saber dónde está la mente o, en otras palabras. No necesitamos centrarnos en dónde está la mente o dónde no está y darle vueltas a ese aspecto. Cuando hablamos de esta meditación... Está claro que tenemos una mente, por ejemplo, en este momento presente podemos ser conscientes que tenemos una mente que está escuchando, más lo que la consciencia auditiva pueda oír, el prestar atención a lo que reflexionamos y a lo que estamos escuchando; esta es la mente que medita en la naturaleza clara y concedora de esa mente. Si en esta meditación, uno no se centra en hacerla así y comienza a meditar y preguntarse si está en el pecho, en la frente o lo que quiera que sea... Esta pregunta, creo que en cierta forma viene del hecho de que nosotros como seres humanos normalmente podemos pensar: “¿Está en el espacio? ¿Está en la parte de atrás?” y demás, ya que estamos acostumbrados a centrar nuestra atención en cosas que están ahí afuera.

Respecto a preguntarse dónde está, si está o no en el pecho; este tipo de preguntas quizás vienen de querer tener.... Incluso aunque no sea una mente que está aquí meditando y en lo que uno medita está ahí afuera, a esa distancia que está entre la mente que conoce, la mente que medita y el objeto en el que se medita. Os pongo un ejemplo, a veces cuando uno específicamente está meditando en algo que está en el chakra del corazón o en el chakra del ombligo y demás, nos dicen que no pensemos que el objeto está por ahí abajo y la mente está por allá arriba meditando, no, no es así, tu mente tiene que estar en el objeto de meditación ahí abajo. Así se explica en este tipo de meditaciones. En este caso, hay una sensación de que MI mente que es la que medita o que quizás está en el cerebro, la sensación es que esa mente está por arriba y mi corazón o mi ombligo están en su lugar y tu mente está en donde quiera que está meditando.

¿Te ayuda lo que he comentado? Es un poco como decir o preguntarse dónde está la mente que está meditando y en realidad, esta pregunta es algo que nos distrae de la meditación en sí.

Estudiante: Si ayuda, gracias.

Estudiante: ¿Por qué decimos que la mente de luz clara es neutra? ¿Tiene que ver esto con la neutralidad de la vacuidad?

Ven. Steve: Ayer por la noche cuando cité el *Sutra de la perfección de la sabiduría* que dice: “La naturaleza de la mente es luz clara y las impurezas son adventicias”. Esto no está desconectado de la mente de la luz clara que escuchamos, especialmente en las enseñanzas del Mahanuttara yoga tantra, está muy conectado, pero no hablemos mucho de esto y en vez de ello, debemos centrarnos conocer la naturaleza de la mente de claridad y de conocer. Hay gente que dice que, si insistimos en esta meditación, esto te va a llevar a la mente de luz clara. Normalmente, hay varias técnicas para causar

que se manifieste esa mente de luz clara y tener así esa experiencia de la luz clara, pero no necesitamos todas esas técnicas que a menudo hablan de penetrar los puntos vitales del cuerpo y demás. Sin necesidad de hacer esto, si meditamos en la naturaleza clara de la mente, la mente se volverá más y más sutil hasta que esa mente de la luz clara llegue a manifestarse.

La pregunta es por qué esa mente de luz clara se describe como neutra. Literalmente la mente de la luz blanca, la de la apariencia roja, la del negro cercano al logro y la de la luz clara ¿por qué todo eso es neutro? Si se describe como neutra es porque los pensamientos positivos y negativos; los pensamientos que perturban o los pensamientos constructivos, todos ellos surgen de esa mente de luz clara. Si dijéramos que es algo virtuoso entonces, no sería posible que surgiera la mente no virtuosa y, si dijéramos que es algo no virtuoso entonces, tampoco sería posible que surgieran la mente virtuosa. Esta sería una razón. Otra razón similar sería cuando hablamos de las huellas del karma; cuando hemos creado cierto karma no virtuoso como sería matar o, algo virtuoso como salvar la vida de otro ser, después de que esta acción sea completada, se queda un potencial para experimentar el resultado de esa acción y en este sentido llevamos semillas kármicas y están ligadas con la analogía de la semilla que se planta en un campo, que cuando surgen las condiciones, esa planta va a crecer. De forma similar pasa con el karma sembrado y con el que se experimentarán experiencias de sufrimiento o experiencias de felicidad debido al karma que uno ha creado.

¿Dónde se encuentran estos potenciales o semillas kármicas? Se encuentran en la mente y no en el cuerpo. No están en las consciencias sensoriales ya que estas consciencias terminan al acabar esta vida y lo que continua es la mente y, si realmente somos precisos al respecto, lo que continua a la vida siguiente es la mente de luz clara; al final de la vida se manifiesta la mente de luz clara y posteriormente entramos en el estado intermedio antes de la vida siguiente. La mente de la luz clara es donde se encuentran todos estos potenciales o semilla kármicas están impresos que continúan en las vidas futuras en la forma de estos potenciales o semillas. Si dejáramos que la mente de la luz clara es algo virtuoso, los maestros nos dijeran que entonces, no podría ser una condición o un buen recipiente para llevar las semillas del karma negativo, si fuera algo virtuoso. De igual forma, tampoco sería adecuado como recipiente donde llevar los potenciales o semillas negativas, por ejemplo, si la naturaleza de la luz clara fuera negativa, no podría llevar huellas positivas. Es decir, si es algo positivo no podríamos poner huellas negativas y si es algo negativo, no podríamos poner semillas positivas y desde este punto de vista tendía que ser neutro, ya que al ser neutro podría transportar todo tipo de semillas. Esta es la razón por la que decimos que la mente de la luz clara es neutra. No tiene que ver tanto con vacuidad, aunque en ocasiones la luz clara sí que la relacionamos con la vacuidad, por ejemplo, cuando hablamos con la mente de la luz clara que medita y el objeto de meditación de la vacuidad.

Estudiante: En el camino Mahayana de la visión tenemos un conocimiento directo de la vacuidad, mientras que, en el camino previo, es decir el de preparación, tenemos un conocimiento conceptual de la vacuidad. Ahora, que tenemos todo tipo de oscurecimientos no estamos en ninguno de estos

caminos entonces, ¿qué tipo de conocimiento tenemos de la vacuidad? ¿muy conceptual, racional e imaginativo?

Ven. Steve: Esto es un proceso gradual. Tenemos que tener un tipo de comprensión en el contexto de Lo.rig, mente y cognición que nos habla de los siete tipos de cognición. Partiendo de la ignorancia que nos acompaña desde tiempos sin principio, que es la ignorancia que se aferra a la existencia cíclica y que es una mente equivocada entonces, encontramos a maestros que comprenden sobre la vacuidad, la ignorancia y cómo funciona el samsara o existencia cíclica. Cuando hablamos en forma general de cómo progresamos es que comenzamos a tener dudas y comienzas a pensar: “Quizás las cosas no existen tal y como se aparecen” y con estas dudas, aunque no estás muy seguro respecto a los diferentes matices, si continúas reflexionando quizás luego piensas: “Bueno, probablemente sí, pero... mmmm...” y dudas pensando: “no estoy seguro de cómo se aparecen las cosas”. Y posteriormente te vas inclinando a que posiblemente no existan tal y como se nos aparecen existiendo desde su propio lado y piensas que quizás no sea así. Según vas estudiando y reflexionando esta duda te lleva a tener como esa certeza de que seguro las cosas no existen tal y como se te aparecen y están vacías de esta apariencia. Has pasado de una concepción completamente equivocada a dudar, lo que te llevará a tener una cierta certeza, aunque aún no tienes la realización de la vacuidad.

Cuando hablamos sobre una realización, lo que significa es que has llegado a un punto y una conclusión definitiva basada en la comprensión, no simplemente porque has llegado a una conclusión porque tus amigos y maestros lo dicen y entonces, tú adoptas el pensar general porque si no, ¿qué dirían los demás de ti? No, esto no es así. Una realización te lleva a tener una certeza y todo el mundo comienza teniendo una concepción intelectual.

¿Dónde estamos en este momento? Por supuesto, yo no puedo decirlo de los demás. Quizás algunos de vosotros ya estéis iluminados o quizás sois grandes bodisatvas. No puedo decir en qué nivel del camino estáis cada uno de vosotros. Los que están en el camino de la visión no es que tengan un halo alrededor de la cabeza, (*risas*) no es así, no podemos decir eso. Cuando comenzamos a hablar de vacuidad no sabemos mucho, ya que estamos muy confundidos. Cada uno debe de saber en qué nivel está. Llegar a tener una verdadera realización conlleva muuuuucho esfuerzo y mucho estudio.

Si uno tiene una completa certeza de que las cosas están vacías, antes de esta realización, has tenido una asunción correcta que sabes y estás seguro, pero todavía no está completamente asumido o realizado. Antes de esa relocalización has tenido una asunción correcta que sabes y estás seguro, pero aún no lo tienes completamente asumido o realizado, por lo que tienes que trabajar esa comprensión hasta que esa comprensión conceptual llegue a ser una experiencia no conceptual y esto lleva también mucho, mucho tiempo y solo sucede cuando uno está avanzando en el camino; creo que lo comenté ayer, que debes tener el *shamata* o calma mental en unión con la visión superior, esto es, aún es una comprensión conceptual en el camino de preparación y, cuando finalmente por la fuerza de esa unión de meditar continuamente con la unión de *shamata* y *vipassana* entonces, llega a ser una experiencia no conceptual. Tu comprensión conceptual puede estar totalmente correcta, pero aún no está

completamente clara en tu comprensión, no lo está tanto como cuando es una comprensión directa. Cuando está completamente clara es cuando se tiene la percepción directa y es cuando uno entra y está en el camino de la visión. Otra forma de decirlo, es cuando tienes una realización conceptual de algo eso quiere decir que tu comprensión es mediante imagen mental o, lo que llamamos la generalidad del significado, en tibetano *dongchig*. Cuando la imagen mental ya no está presente y tu mente ahora está totalmente absorpta en el objeto; como el agua vertida en el agua, no es lo mismo, pero no puedes distinguir la diferencia. Durante la meditación, no hay diferencia y tampoco hay una apariencia distintiva, sino que tu mente está totalmente sumergida en ello. Antes, cuando el conocimiento aún era conceptual y aunque fuese una comprensión perfecta aún había una cierta distancia entre tu mente y la vacuidad en la que estás meditando. Cuando la mente ya es no conceptual, es cuando tu mente se absorbe completamente en la vacuidad y éste es el camino de la visión.

Si tú preguntas cuál es nuestra comprensión, eres tú quién tiene que juzgarlo. Yo no puedo juzgar en qué nivel estáis. Si uno no ha ido a través de todo este proceso de aprender, reflexionar y analizar entonces, probablemente estemos en el nivel de la creencia correcta. Esto es, tenemos una asunción correcta pero aún no es una experiencia y todavía tenemos mucho trabajo que hacer para llegar a tener esa comprensión que sea inamovible. ¿Está claro?

Estudiante: Sí, muchas gracias.

Estudiante: ¿Podría explicar de nuevo los tres niveles del surgir dependiente?

Ven. Steve: No, aún no he explicado los tres niveles, solo he explicado el primer nivel. Ahora vamos a ello.

Los tres niveles del surgir dependiente (*continuación*)

1. Surgir dependiente en relación al encuentro de causa y efecto (*continuación*)

Creo que no he mencionado el verso del texto *Pratīyasamutpāda*. A algunas personas les gusta que utilice la palabra sánscrita. Geshe Nawang Drakpa lo explica como que *Pratīty*, esta primera parte de la palabra de *Pratīyasamutpāda*, el surgir dependiente, podría traducirse en tibetano de tres formas diferentes y cada una de ellas tiene una connotación particular que refleja los tres niveles o tres formas en las que algo puede surgir dependientemente. En tibetano es *trekpatopa*. *Tekpa* es encontrar y *topa* es confiar y *tekpa* es depender. *Tekpa* está hablando del nivel de surgir dependiente de causas y efectos, es decir, los efectos como resultados de sus causas. De este primer nivel ya hemos hablado y creo que es suficiente para tener una idea, que es la más fácil.

Tenemos la palabra *tekpa*, encuentro, que es el encuentro entre causa y efecto, aunque causa y efecto no se encuentran o se reúnen porque por su naturaleza hay un orden y una secuencia. La secuencia significa que en el tiempo de la causa el resultado no está y en el tiempo del resultado, la causa no está presente, por lo tanto, no se reúnen causa y efecto. Hablando en general, tienes una causa y entonces, cesa la causa y surge el resultado, lo que se describe como la destrucción y que todo es perecedero y

cambia momento a momento... No puedo decir destrucción, creo que la palabra más adecuada es el perecer o la destrucción de la causa produce el resultado que es simultaneo. En otras palabras, el perecer o la destrucción de la causa es simultánea con el surgimiento del resultado.

Si pensamos en la planta y en una semilla, podemos ver que hay un intervalo entre la semilla y el brote. Por ejemplo, vemos una semilla de arroz y al tiempo vemos un brote que ha surgido de esa semilla. Por un lado, tenemos la semilla de ese grano de arroz que es la causa y por otro lado tenemos la planta de arroz que es el resultado. En el momento en que la semilla que es la causa, la planta aún no existe y viceversa. Cuando haya una planta, ya no existe la semilla y, esta es la secuencia. Si pensamos que desde el momento en que hay una semilla, esa planta se va a producir y, desde el momento en que hay una semilla ahí, esta semilla se está desintegrando; lo que quiere decir con esto es que nada es estático.

La impermanencia desde el punto de vista de las escuelas filosóficas

Algo interesante, sin entrar en muchos detalles de las cuatro escuelas filosóficas budistas, lo que llamamos los postulados filosóficos Vaibhashika, Sautántrika, Chittamatra y Madhyamaka. Si comprendemos cómo los Vaibhashikas entienden la impermanencia nos puede ayudar a entender este punto.

Tenemos el nivel burdo de impermanencia que es el que podemos ver con nuestros ojos, pero el nivel sutil de impermanencia no lo podemos percibir con nuestros ojos, tenemos que verlo a través del razonamiento y, ¿qué quiere decir esto? Hablando de forma general, la impermanencia o nivel burdo sería, por ejemplo, una casa que se destruye o, que no puedes ver momento a momento cómo esa casa va envejeciendo, pero va cambiando hasta que se destruye o está en ruinas. La idea de la escuela filosófica Vaibhashika es que a nivel burdo podemos ver, como en el caso de una casa, un periodo en que se construye, un periodo en que permanece porque la gente usa esa casa y un periodo en que ya no existe porque la casa está en ruinas como, por ejemplo, las ruinas del monasterio de Nalanda en la India.

Es decir, hay como tres periodos:

- 1) El periodo de producción, que es cuando se construye.
- 2) El periodo de permanecer, que es cuando se está utilizando.
- 3) Y el periodo de destrucción que es cuando está en ruinas e incluso, llegaremos a no verlas.

La idea de esta escuela es que a nivel sutil hay un momento en el que las cosas se producen, hay un momento en que las cosas permanecen y hay un momento en que las cosas perecen. Lo mismo que sucede a nivel burdo ocurre a nivel sutil, momento a momento. Si uno piensa bien en ello, no tiene sentido porque eso conllevaría a un momento en el que no hay cambio y esto no tiene sentido y no encaja con nada.

Hay un entendimiento más refinado de la impermanencia cuando vemos las otras tres escuelas filosóficas como la Sautántrika, Chittamatra y Madhyamaka; su comprensión es que las tres tienen lugar a la vez y, de hecho, no hay un momento de permanencia en el sentido de que no esté cambiando. No hay momento específico de ser producido ya que el ser producido implica cambio, cambio implica destrucción y esto en sí, implica que algo surge y desaparece, ya tiene este potencial en el mismo momento. Y, en cada momento hay un cambio y, por ende, también hay destrucción. En cada momento hay un nuevo momento porque es producido. Por tanto, es lo más cercano a que podamos decir que hay un presente y esta es la razón del por qué decimos pasado, presente y futuro. ¿Recuerdan la meditación de esta mañana? Decíamos que no hay un presente porque cualquier momento que tú elijas hay un comienzo y luego habrá una progresión y todos los momentos que haya entre los dos van a ir desapareciendo; aun así, podemos hablar a nivel relativo de pasado, presente y futuro. Sin embargo, cuando tú lo analizas no lo encuentras.

Los tres niveles del surgir dependiente (continuación)

1. Surgir dependiente en relación al encuentro de causa y efecto (continuación)

La impermanencia conlleva que las cosas están cambiando continuamente y es bueno pensar en esto porque tenemos una sensación de que las cosas permanecen y este concepto es totalmente equivocado. Por ejemplo, cuando vemos la pantalla del ordenador ésta parece que es la misma que la que estaba hace unas horas, de hecho, en realidad, la pantalla del ordenador que está enfrente de ti no permanece sin cambiar ni siquiera por unos segundos, ni siquiera una mínima fracción de tiempo permanece inamovible. Hay una diferencia entre la pantalla del ordenador de esta mañana a la del momento presente, ya que nada permanece sin cambiar ni por un momento y, por tanto, las cosas son diferentes en cada momento; por supuesto hay una conexión, pero la pantalla de hace unas horas no ha permanecido sin cambiar hasta la pantalla del momento presente. La pantalla de hace unas horas ya no existe, en absoluto, si fuese así tendrías que poderla percibir, pero ¿dónde está esa pantalla de esta mañana?

Pasa exactamente igual con todos nosotros. Muchos nos conocemos desde hace algunos años y podemos ver el pelo blanco, las arrugas y, sin embargo, aún seguimos teniendo la sensación de que es la misma persona que conocimos hace un año, hace un mes, etc. Y, esa persona que conocimos incluso ayer ¿dónde está? Esa persona ya no existe. No podemos decir “Oh, ahí está” ya que es diferente del que has visto esta mañana, hace unas horas o hace unos minutos, es diferente. Y, si ese diferente ¿dónde está? Ya no está. Hay una continuidad de lo que quiera que sea; la pantalla del ordenador, de una casa y de una persona. De la primera hora de esta mañana, ese momento es la causa que se ha ido transformando al siguiente momento, pero la forma de transformarse es que tiene que dejar de existir para que exista el siguiente momento. Para que exista un tercer momento, tiene que cesar el segundo momento. El segundo momento se convierte en el tercer momento porque ha cesado. Nada de lo

previo existe y, aun así, tenemos esa sensación de que es la misma persona o cosa, de hecho, la persona del pasado no existe y es tan solo una continuidad de ella.

¿Por qué menciono esto? El brote de arroz se transforma del grano de arroz cuando cesa el grano de arroz. Es decir, aunque podamos distinguir que viene de ese grano de arroz, ya no existe la semilla. Momento a momento ha ido cambiando y, por tanto, momento a momento ha habido una destrucción, un perecer de lo anterior. De hecho, sabemos que la semilla del grano produce la planta y sucede mediante un proceso gradual que implica ese primer momento del grano que se vuelve no existente y da paso al segundo momento de existencia de ese grano y a su vez, éste segundo momento da paso al tercer momento y así hasta llegar al tallo. Cuando sale el tallo, aún se puede ver esa semilla, pero gradualmente ésta también desaparece y el tallo comienza a crecer más hacia arriba y así como las raíces hacia abajo y al final, tiene lugar la planta de arroz de donde van a surgir otras plantas de arroz. En lo que se destruye esa semilla, la planta se está produciendo. No se ve que la semilla y la planta existan a la vez. Nada permanece igual sin cambiar en absoluto, todo a tu alrededor está pereciendo y cambiando momento a momento para dar lugar al siguiente momento. En lo que ésta semilla está pereciendo y desintegrándose, la planta está siendo producida.

Esto es a lo que se refiere cuando decimos encuentro. El encuentro de causa y efecto se refiere a la destrucción de la semilla que es simultáneo: la destrucción de la semilla y el resultado, que es el tallo o brote.

Este es el surgir dependiente en relación a causa y efecto. A nivel simple lo que decimos es que las causas producen un resultado, por ejemplo, tu cuerpo tiene unas causas y no podría existir sin ellas. Tu cuerpo surge dependiendo de causas. Este es el primer nivel de encuentro de causa y efecto.

2. Surgir dependiente en relación a las partes

El segundo nivel del surgir dependiente es en dependencia de las partes. Todo depende de partes, por lo tanto, no pueden existir sin estas partes. Cuando hablamos de cosas físicas es fácil verlo, por ejemplo, esta taza tiene un asa, una parte superior y una base, también está hecha de moléculas, átomos y demás; estas son las partes. Y, la taza existe dependiendo de las partes y es el resultado de causas y todo esto sucede a la vez, pero no podemos hablar de una taza sin sus partes. Dependiendo de todas esas partes existe la taza y no podría existir sin depender de sus partes. Lo mismo pasa con tu cuerpo físico.

¿Qué pasa con la mente? Esto es más difícil ¿no? Si pensamos en la mente de hoy podemos decir que depende de la continuidad de los diferentes momentos de la mente. El espacio en sí, ya sea enfrente o del otro lado, también son diferentes partes del espacio. Esto se puede aplicar a todo lo que existe y, por tanto, existe dependiendo de esas partes. Podemos pensar fácilmente en relación a nosotros y podemos pensar en base a las causas y condiciones de dónde viene tu cuerpo y tu mente.

¿Qué pasa cuando piensas en el yo-mí? Podemos decir que el cuerpo y la mente son las bases de imputación del yo y del mí; cuando lo contemplamos, claramente hay una relación muy cercana entre el yo y mi cuerpo, por ejemplo, cuando decimos: “Estoy sentado/a aquí”. Y esto, ¿qué quiere decir? Que mi cuerpo está sentado aquí, no hay un sentado aquí aparte de que mi cuerpo está sentado aquí. Cuando digo: “hablo”, no puedo decir que hay un yo que sea distinto al movimiento de mi boca y mi lengua y de la respiración. Si decimos: “Estoy feliz” o, “Estoy confundido”, es porque mi mente está feliz o confundida y quizás estoy enfadado o molesto; es otra forma de decir que mi mente está molesta y enfadada. De hecho, no podemos encontrar un yo que esté enfadado aparte de mi mente que está enfadada y si la hubiera entonces, debería ser posible que mi mente estuviera infeliz, aunque yo esté feliz o, que mi cuerpo estuviera aquí sentado pero mi yo estuviera por ahí caminando o, que mi cuerpo esté por ahí dando vueltas mientras mi yo está aquí sentado o, que yo esté bien pero mi cuerpo esté enfermo o al revés.

Algunos conocéis a John Feuille, es un monje que conocí hace muchos años en el Monasterio de Nalanda en Francia y él solía decir: “Mi mente es un desastre, mi cuerpo está enfermo, pero yo estoy bien”. (*risas*). Quizás nosotros también podríamos decir eso, pero no es verdad. (*risas*) Parece que es el yo el que está sentado aquí y es el que está escuchando, pensando y reflexionando haciéndonos pensar que el cuerpo, la mente están separados, pero, de hecho, no hay un yo aparte de tu cuerpo y de tu mente. Tenemos la sensación de que el yo es algo independiente de nuestro cuerpo y mente y que hay un yo que es el propietario de ese cuerpo y de esa mente, pero esto no existe y no lo podemos encontrar; no hay un yo aparte del cuerpo y de la mente que podamos encontrar.

Cuando hablamos de las partes de la persona estas serían cuerpo y mente. También, podemos pensar en los términos de los cinco agregados. Hay una enseñanza en el texto *La guirnalda preciosa del camino medio* de Nagarjuna en que analiza todo esto en los términos de los seis elementos, también se puede hacer así. También está bien reflexionarlo en términos de cuerpo y mente. Tus partes serían el cuerpo y la mente. Igual que no podemos distinguir una taza separada de sus partes, de igual manera no podemos hablar de un yo sin el cuerpo y la mente. Imagina conceptualmente que ponemos el cuerpo por un lado, la mente por otro y el yo se queda por ahí detrás ¿se puede hacer esto? Todo lo que puedan decir de ti es de hecho, una descripción de algo que tiene que ver con tu cuerpo, con tu mente o una combinación de ambos, pero, aun así, parece que existe un yo separados de éstos y, esto no es así en absoluto. Así es como las cosas dependen de partes.

3. Surgir dependiente en relación a la base de imputación

Voy a hablar un poco sobre el tercer nivel del surgir dependiente y si nos queda más tiempo, podríamos hacer otra ronda de preguntas o si no, meditar un poco y mañana seguiríamos reflexionando sobre el surgir dependiente para comprender la vacuidad.

Este tercer nivel en tibetano se dice *tengpa*, que significa dependiente. Este nivel habla del surgir dependiente en el sentido de que todo depende de las bases de imputación. Hablando de forma

general, este término que muchos de ustedes ya han escuchado varias veces si habéis escuchado enseñanzas budistas de la tradición gelupa tibetana... “bases de imputación, bases de imputación, bases de imputación”, lo hemos escuchado tantas veces. Este nivel nos habla de cómo existen las cosas en relación a la base de imputación.

¿Qué quiere decir imputación? Dependiendo del contexto o de la persona; tenemos los conceptos de imputación, nominar, proyectar o etiquetar. Se usan diferentes términos. Creo que es muy útil pensar en un ejemplo que Kyabje Lama Zopa Rimpoché usa, así como Kyabje Choden Rimpoché y que es realmente muy interesante, por ejemplo, si cogemos la letra N ¿todos os acordáis de cuando habéis aprendido a leer? Quizás no porque eso ya fue hace muchos años (*risas*), yo tengo un ligero recuerdo, no sé si vosotros os acordáis. Cuando yo estaba aprendiendo a escribir, solía escribir algunas letras al revés, por ejemplo, la S. Ya sea que lo recordemos o no, todos tuvimos que aprender a leer, aprender las letras y no hemos nacido con el conocimiento del alfabeto. Cuando primero nos presentaron la letra N, para nosotros simplemente eran líneas ¿sí o no? Alguien nos enseñó que ese conjunto de líneas se llama N y cuando la veías ya pensabas que esa letra se llamaba N, quizás te llevó un tiempo aprender cómo se llamaba, pero finalmente, ahora cuando ves esas líneas ya ves una N. De hecho, es muy extraño porque la forma en que se te aparece y esa configuración de líneas que es la letra N, la ves y se te aparece ves así desde su propio lado e independiente. ¿Qué quiere decir verla desde su propio lado e independiente del proceso de nominación? Si pensamos, no es simplemente a nivel individual que tengamos que aprender que estas líneas son la letra N, esto es, en algún momento alguien tuvo que decidir que este conjunto de líneas se llamarían N y antes de tomar esa decisión, eran simplemente 3 líneas y si te hubieran preguntado ¿qué es eso? Hubieras contestado que son tres líneas y no sería una N ¿correcto? Hasta que alguien lo llama N; antes de esto solo eran tres líneas juntas. El punto clave en el desarrollo, por ejemplo, de la escritura o de tu propio proceso de aprendizaje de lectura y escritura, al principio para ti, eso era simplemente eran líneas, hasta que te enseñan que ese conjunto se llama o denomina N y la ves existiendo desde su propio lado, independientemente de que tú la llamas de otra forma y entonces, crees en esa apariencia y no la cuestionas. De hecho, técnicamente en algunos de los textos se dice que nos aferramos a eso como siendo la letra N.

Utilizamos la palabra aferrarse o aprehender y ¿qué quiere decir esto? Quiere decir que crees en ello. ¿Es verdad o no? Todos sabemos por nuestra propia experiencia que cuando ves la letra N, a menos que pienses, no hay una apariencia en absoluto de esa N como siendo una N siendo meramente nominada por parte de la mente. Meramente quiere decir no ser una N desde su propio lado en absoluto. Sabemos que no es una N que exista desde su propio lado, ya que, si fuera así, tan pronto como uno la viera pensaría: “Es la letra N” y no necesitaríamos que nadie nos hubiera enseñado que ese conjunto de líneas es la letra N y simplemente con verla, ya sabrías es una N.

Lo mismo sucede con los nombres de las personas. Es verdad que podríamos decir, por ejemplo, que nací en enero del año 1956 y tengo 66 años *wow*, ¡qué rápido ha pasado! Aún estoy vivo y eso está bien. De hecho, si pensamos en cada uno de nosotros, fueron nuestros padres los que decidieron

nuestro nombre, quizás puede haber excepciones al escoger los nombres. Por ejemplo, yo, Steve Carlier; Steve Carlier no existe hasta que mis padres decidan llamarme Stephen, con ph, (*risas*) no sé si el Steve de Karen también se escribe con ph.

Steve: Sí, sí, también es con ph (*risas*). Recuerdo que en la escuela tenía que escribir Stephen de una forma muy peculiar y mi padre hacía un juego de palabras con el nombre.

Ven. Steve: Steve Carlier no existe hasta que mis padres, después de discutir qué nombre me tenían que dar y no sé quién perdió esa disputa porque cada uno tenía sus ideas, el caso es que decidieron ponerme el nombre de Stephen. Antes de esto, no había ningún Steve Carlier, de hecho, si alguien hubiera entrado en la habitación cuando yo estaba recién nacido y hubiese preguntado ¿está aquí en la habitación Steve Carlier? Todo el mundo se hubiera mirado y dicho que ahí no había ningún Steve Carlier ya que aún no me habían puesto el nombre y, por lo tanto, no existía como tal todavía. Creo que me estoy entreteniendo demasiado tiempo con esto. Nadie sabía que yo era Steve Carlier hasta que se decidió que yo llevaría ese nombre. Tan pronto y como lo dice, tú ves a la persona y piensas: “Ah, es Steve Carlier”. De esta forma parece como que Steve Carlier está ahí desde su propio lado o, cada uno de vosotros con vuestros diferentes nombres y desde vuestro propio lado. Aprendemos todo esto, nos aferramos y no lo cuestionamos. Así es como aparece y nos conformamos con esa apariencia.

El punto es que, de hecho, Steve Carlier existe dependiendo de la imputación por una mente conceptual; no hay ningún Steve Carlier que exista por su propio lado, así como no hay ninguna N que exista desde su propio lado y es meramente imputada desde su base de imputación que son esas tres líneas. Estos son ejemplos muy claros, pero todo es exactamente así. Lo que yo encuentro muy claro respecto a estos sencillos ejemplos es que lo que vemos muy claramente es la forma en que por parte de la mente se proyecta algo hacia fuera y parece que no hemos proyectado, sino que estaba ahí y no cuestionamos esa apariencia. Cada uno de nosotros tenemos que reflexionar sobre esto. No es que sean unas pocas cosas que existan así, no es así, toooooodo lo que se nos aparece y sentimos como que ya estaba ahí existen de esta forma, sintiendo que están ahí afuera, desde su propio lado, sin que haya una conexión con nuestra mente en absoluto, nuestra mente simplemente ve lo que hay ahí. Es como tú lo sientes y eso es en lo que tienes que reflexionar y si lo haces, te llevará a comprender gradualmente la realidad última y esto será lo que te liberará finalmente.

Sesión de preguntas

Estudiante: El lenguaje parece construirse en los conceptos y cuando nos referimos al yo, algunas personas tienen la sensación que viene del ego ¿Hay alguna forma en que podamos expresarnos y referirnos al yo...?

Ven. Steve: Creo que he captado la pregunta. Me recuerda a la forma en que algunas personas intentan evitar el uso de la palabra yo al escribir o al hablar. Por ejemplo, en inglés la palabra yo se escribe I y suele ser mayúscula y algunas personas lo ponen en minúscula. Su Santidad, en sus conversaciones con neurocientíficos, le han comentado que la gente que tiende a utilizar mucho la palabra yo tienden más

al enfado e infelicidad y también tienen más enfermedades del corazón. Personalmente pienso que no sea necesario dejar de usar o reducir el uso de la palabra yo; esto sería como poner el carruaje por delante del caballo y no por detrás, sería quedarte en lo externo cuando lo más importante es trabajar con la propia mente. Su Santidad menciona esto no porque la gente que la utilice tenga más tendencia a enfermedades cardíacas, sino que la gente que tiene un fuerte sentido del yo, que normalmente decimos que tienen un gran ego o están muy centrados en sí mismos, más tendencias tendrán a decir: “yo, yo, yo” y, cuanto menos centrado estés en ti mismo, menos dirás: “yo, yo, yo”. Entre más centrados estemos en nosotros mismos, más probabilidades de enfermedades cardíacas y otros problemas se tendrán.

Lo importante no es cambiar el lenguaje y dejar la actitud egocéntrica intacta, no, no se trata de esto. El punto es cambiar la actitud egocéntrica y reducirla. En las enseñanzas del adiestramiento mental hay una línea que dice algo así como: “Cambia tu aspiración y deja las cosas como son”. Por las explicaciones que he escuchado de esta línea, quiere decir que no enfatices los cambios de tus conductas externas, por supuesto, no debes de ir por ahí robando, matando o demás; lo importante es cambiar tu actitud y tu forma de pensar ya que, si cambias tu actitud de pasar a una actitud egocéntrica a ayudar y preocuparte por los demás, de forma natural ya no querrás robar, matar o dañar a otros y sentirás afecto hacia ellos. Si ves a todos los seres como tus madres, no querrás aprovecharte de ellos, dañarles o mentirles. El principal punto aquí es cambiar tu forma de pensar y tu actitud, eso es lo que diría Su Santidad. Necesitamos adiestrarnos la mente en decir “yo, yo, yo”, es decir, ser menos egoístas.

Estudiante: ¿Por qué no hemos nacido con la realización directa de la vacuidad y necesitamos un progreso?

Ven. Steve: La pregunta es muy interesante. Estamos en la existencia cíclica desde sin principio y la razón es porque hay una ignorancia que está presente también desde sin principio. Si desde tiempos sin principios hubiéramos tenido esa percepción directa de la vacuidad el yo estaría más allá del samsara y nosotros, ahora mismo, estamos en el samsara, que es la existencia cíclica y, tenemos esa ignorancia que tenemos que ir eliminando gradualmente a través de la sabiduría hasta llegar a tener esa percepción directa. La percepción directa no es algo con lo que uno nace de forma natural y tenemos que esforzarnos para poder tenerla.

Estudiante: ¿Cómo el yo meramente nominado puede llevar de vida en vida las huellas kármicas?

Ven. Steve: En el sistema Prasangika se dice que lo que va de vida en vida llevando las huellas de las impresiones kármicas es el yo meramente nominado y esto es verdad, es la mente la que lleva las semillas. Cuando decimos que el yo es meramente nominado, pero ¿en qué es meramente nominado? Lo es en la mente. El mero yo, lleva las semillas y se está refiriendo a que es la mente la que lleva las semillas. Estos ejemplos que he recibido de mis maestros, son buenas indicaciones para hacernos una idea, para revelar o acercarnos y poder ver cómo nuestra mente crea las apariencias y la realidad.

No estoy seguro de que pueda decir exactamente la cita, pero algo que recientemente he leído varias veces, es una cita de Jadhó Rimpoché que dice algo así... Lama Tsongkhapa, de donde parte la tradición gélupa y quién podía tener conversaciones directas con Manjushri. Manjushri era muy insistente en que necesitaba enfatizar el surgir dependiente porque el ver que las cosas están vacías no es tan difícil, lo que es difícil es comprender que incluso aunque las cosas están vacías, todavía existen convencionalmente. Creo que cuando intentamos hacer estas meditaciones, ya sea que estemos escuchando, leyendo o pensando sentados ahí, intentando meditar, muyyyy a menudo, si somos honestos la dificultad es que cuando las buscamos, no podemos encontrar las bases de imputación. Si no las podemos encontrar entonces, ¿cómo pueden existir? Causa y efecto funciona, pero ¿cómo puede existir causa y efecto existiendo desde su propio lado? Tenemos una tendencia muy fuerte a caer en el nihilismo, ya que escuchamos que todo es vacío y pensamos que nada existe. Y, cuando nos dicen que nada existe por su propio lado entonces nos preguntamos ¿cómo puede existir algo? No existe por su propia naturaleza y si no podemos encontrar nada, pensamos que no existe.

Poder ser capaz de sentirnos cómodos con la idea de que incluso las cosas no las podemos encontrar en las bases de imputación y no existen por su propio lado independientemente de la imputación por parte de la mente conceptual pero que aun así existen y, no hay problema en ello. Esto es verdaderamente difícil. Manjushri le dijo a Lama Tsongkhapa... Que Jadhó Rimpoché e incluso Padmasambhava señalaban ese mismo punto de que la dificultad es la apariencia. Que se mencione que todo está vacío no es difícil de comprender, pero que siendo que todo esté vacío y pueda funcionar a nivel convencional; esta comprensión es difícil. Este es el motivo por el que debemos poner mucho énfasis en ello. De hecho, el comprender y meditar en el surgir dependiente es taaaan valioso e importante porque entre más comprendes la vacuidad, más comprenderás el surgir dependiente y menos caerás en el extremo del nihilismo pensando que las cosas no existen. Esta es la razón por el que es muy, muy importante comprender el surgir dependiente.

En estos últimos minutos vamos a pensar un poco en estos tres aspectos del surgir dependiente. Hay otros aspectos más a reflexionar sobre este tema, pero creo que lo miraremos mañana.

Meditación en el surgir dependiente

Esto representa esa progresión gradual de dificultad en entender el surgir dependiente en el sentido de que los resultados dependen de causas y creo esto es fácil de comprender. Algo más complejo es ver cómo las cosas existen dependiendo de sus partes y aún más difícil es comprender cómo las cosas existen dependiendo de la imputación y por parte de la mente conceptual que imputa.

El primer nivel trata, por ejemplo, de ver cómo una planta nace de la semilla y a partir de eso va creciendo. El segundo nivel nos habla de surgir dependiente en base a las partes, como nuestro cuerpo que depende de un óvulo fertilizado, de la mente que se le une y de todas sus partes ya que todo existe dependiendo de sus partes. El tercer nivel nos habla que depende de la imputación. Piensa que todo existe meramente nominado por parte del pensamiento conceptual tal y como hablamos en el ejemplo

de la letra N. Todo esto nos comienza a dar una cierta comprensión de cómo en estos casos la mente está creando y cómo las cosas se nos aparecen desde su propio lado, independientemente de cualquier proyección o imputación de la mente le asigne.

Vamos a pasar unos minutos pensando en esto que se ha mencionado y en ver cómo todo es una mera creación o imputación por parte de la mente y, por ejemplo, la letra N, no existe por su propio lado. La forma en que se aparece es completamente opuesta a eso, es como una completa alucinación de esa apariencia.

(Tiempo para meditar)

Deberes

Desde ahora hasta mañana cuando nos volvamos a encontrar, intentar buscar el yo a ver si lo podéis encontrar y, dónde está. En este tipo de situación en el que el tema es el surgir dependiente, es difícil coger el punto. El truco es que una parte de la mente contempla cómo existen las cosas y a veces intentamos estar atentos, por ejemplo, cuando no estamos haciendo nada en particular o meditando, intenta darte cuenta de cómo te concibes a ti mismo, cómo te percibes y lo que veas cuando dices yo o hay una apariencia de yo. Observa si hay o no una sensación de que ese yo aparezca existiendo de causas, de partes como cuerpo, mente y agregados o, dependiendo de la imputación por una mente conceptual.

Recuerda cómo solías pensar cuando escuchabas cualquier cosa de estas cuando eras un adolescente o un niño. ¿Veías muy claramente que había un yo que no tenía nada que ver con causas, partes o imputación por una mente conceptual? Seguramente, para nada pensabas que el yo tenía que ver con algo de eso, simplemente había un yo muy sólido, concreto e independiente. Solo se aparecía un yo y nos aferrábamos a eso yo.

Intenta pensar en todo esto y en la forma en que normalmente nos relacionamos con nosotros mismos en nuestras actividades cotidianas, por ejemplo, cuando estás trabajando, comiendo, andando, etc. Intenta recordar cómo solías pensar respecto al yo antes de escuchar enseñanzas sobre ello. Este el yo que estamos buscando.

Muchas gracias. Nos vemos mañana.

(Se concluye la sesión con las oraciones de dedicación)

(Comenzamos con la oración de Refugio y Bodichita)

Los cinco poderes para transformar la mente

La principal razón por la que el Buda dio enseñanzas fue para poder liberar a los seres del sufrimiento. Y no solamente eso, sino que cuando verdaderamente te preocupas por los demás, les quieres ayudar, liberar de sus problemas, además quieres que sean muy, muy felices. Por este motivo, conducirles al perfecto objetivo de la Iluminación fue el propósito de las enseñanzas del Buda: conducir a todos los seres a la Iluminación. La esencia de las enseñanzas de Buda es el Mahayana, básicamente comenzando con la mente de la bodichita y practicando las seis perfecciones. El fundamento es la práctica del contenido de las enseñanzas Hinayana, o lo que llamamos los oyentes, cuyo principal objetivo es su propia liberación, ya que no están especialmente enfocados hacia los seres y por esto su objetivo no es la iluminación.

1. El poder de la determinación

Todas las enseñanzas Mahayana, pero en esencia las practicas del adiestramiento mental o lo que el Buda enseñó, hablan de los cinco poderes, entre el que se encuentra el poder de la determinación para siempre practicar las dos bodichitas: la bodichita convencional y la bodichita última. La bodichita convencional es lo que normalmente hablamos sobre la bodichita para adiestrar nuestra mente en la determinación de lograr la iluminación para el beneficio de los seres y para poder liberarles. La bodichita última tiene que ver con la meditación en vacuidad.

2. El poder de la familiaridad

Este poder consiste en habitar y familiarizar nuestra mente con el amor bondadoso y la compasión hasta que llegue a ser parte de nuestra naturaleza, incluso podríamos decir hasta que llegue a ser instintivo. Como practicante budista, el punto principal es trabajar continuamente con estas dos bodichitas intentando desarrollar todas sus cualidades, desarrollando un corazón cálido y la sabiduría. Tenemos el poder de la familiaridad con estas dos bodichitas, tanto con la convencional como con la última.

3. El poder de la semilla blanca

Tiene que ver con purificar el karma negativo que se vuelve un obstáculo para poder desarrollar profundamente estas cualidades en uno mismo y crear así méritos para poder tener todas las condiciones necesarias para que, tanto en esta vida como de vida en vida, podamos seguir practicando las dos bodichitas.

4. El poder de la destrucción del pensamiento egocéntrico

Tiene que ver con ser conscientes y reflexionar sobre nuestras tendencias egocéntricas y verlas como destructivas para uno mismo, tanto a corto como a largo plazo. No solo son destructivas para nosotros,

sino también lo son para los demás. Una persona egoísta no solo es una persona infeliz, también vuelve infelices a los que le rodean.

5. El poder de la dedicación

Este poder trata de dedicar todo lo que hagamos para ser capaces de desarrollar todas estas cualidades y para que, una vez que las hemos desarrollado, puedan crecer y crecer cada vez más fuertes hasta que finalmente logremos la Iluminación. Dedicar todos los méritos para el beneficio de los seres.

Estos cinco poderes son la esencia de las enseñanzas Mahayana que el Buda enseñó. Y si lo queremos condensar aún más, podemos pensar en bodichita y vacuidad; desarrollar un buen corazón con la bodichita basada en el amor bondadoso, en la compasión de apreciar y amar a los demás más que a uno mismo y, en la sabiduría que realiza la vacuidad.

Así es como podemos ver el significado de dedicar tiempo, tal y como estamos haciendo este fin de semana, para intentar comprender la vacuidad y el surgir dependiente. No hay duda de que lo que estamos haciendo es para poder ser capaz de servir a los demás, de beneficiar a los maternos seres. Creo que es bueno que comprendamos, para mí fue muy útil hacerlo y por este motivo quería compartirlo con vosotros.

Habiendo generado de forma clara la motivación para el resto de este curso vamos a empezar... Para vosotros es el comienzo de la tarde, pero para mí es el comienzo del día. *(risas)*

Respiración en las nueve rondas

Vamos a comenzar con el ejercicio de respiración de las nueve rondas.

(Tiempo para hacer el ejercicio de respiración)

Este ejercicio viene de los seis yogas de Naropa.

Me pregunto por qué Su Santidad lo ha mencionado en varias ocasiones y ha mostrado cómo hacer este ejercicio públicamente. Me pregunto por qué lo ha enseñado y por qué ha animado a la gente a hacerlo. Probablemente es para que hagamos conexión con esos seis yogas de Naropa. Este es un motivo del por qué hacemos este ejercicio ahora. Simplemente recordar que viene de los seis yogas de Naropa.

Meditación en la respiración

Vamos a dedicar unos momentos a mantener la atención en la respiración siendo conscientes de la sensación del aire cuando entra y sale y respiramos de forma natural.

(Tiempo para meditar)

Meditación en la naturaleza clara de la mente

Y ahora, meditamos en la mente pura. De nuevo, no prestamos atención a los objetos externos de los cinco sentidos como los olores, sensaciones físicas, etc., y lo que queda simplemente es la consciencia mental. Sin pensar en el pasado o en futuro, en lo que va a suceder y sin planificar lo que va a suceder. Simplemente nos quedamos presentes en este momento sin involucrarnos en los objetos y pensamientos que aparezcan en la mente. Solo somos conscientes de la mente misma y en sus características de claridad y conocer, que es capaz de reflejar todo lo que se aparece como cuando uno contempla un espejo, pero sin distraerse por las imágenes que aparecen; simplemente somos conscientes de la naturaleza clara del espejo, de esta misma forma, somos conscientes de la naturaleza clara de la mente.

(Tiempo para meditar)

Meditación en vacuidad

Sobre la mente es en la que hemos estado meditando, en su propia naturaleza; ahora vamos a meditar en la vacuidad.

Cuando hablamos de yo, no hay duda de que existe, ya que actuamos y experimentamos el mundo. A veces experimentamos sufrimiento y otras veces felicidad. A veces afectamos a otros y otras nos vemos afectados nosotros. Aun así, cuando buscamos ese yo en el cuerpo o en la mente no lo podemos encontrar.

Buscarlo en el cuerpo es bastante fácil. Pregúntate si hay una determinada parte del cuerpo, algún miembro o algo que puedas decir que es el yo; ese yo que es el propietario de cuerpo y mente. Si no lo encontramos en el cuerpo, lo buscamos en la mente. Recuerda que esta búsqueda solo la podemos hacer en la mente presente, ya que no importa lo breve de la duración del momento, ese yo no puede estar en el pasado, como tampoco puede estar en el futuro que todavía no ha llegado. Tenemos que buscar el yo en el intervalo entre el pasado y el presente. Inténtalo a ver si puedes encontrarlo y, cuando posiblemente llegues a la conclusión de que no lo puedes encontrar, permanece en esa experiencia.

(Tiempo para meditar)

¿Qué es la base de imputación?

Ayer estuve hablando principalmente sobre el surgir dependiente planteándolo en tres niveles:

1. El surgir dependiente en el sentido de los efectos que surgen dependiendo de sus causas.
2. Todo depende de sus partes que es la base de imputación, es decir, todo depende de partes.
3. Las cosas dependen de la imputación de la mente sobre una base.

Cuando decimos “surgir dependiente” hablamos de estos tres niveles de dependencia, especialmente cuando decimos el tercer nivel: que depende de una mente que nomina sobre la base de imputación, por ejemplo, persona-yo. Cuando pensamos en yo, o decimos esto o aquello, somos conscientes de algo, como el cuerpo y la mente, y entonces hay una apariencia de yo a nuestra mente y decimos: “yo hago esto a aquello”. Ayer mencionaba que cuando pensamos: “estoy feliz”, eso depende de que la mente se siente feliz y no hay un yo que esté feliz aparte de esa mente que se siente feliz. De igual manera pasa cuando nuestro cuerpo está enfermo y decimos: “estoy enfermo” o, cuando tu cuerpo experimenta dolor dices: “tengo dolor”. Dependiendo de la apariencia de los cinco agregados, es decir, cuerpo y mente, aparece un yo que parece existir desde su propio lado y nos aferramos a eso como si existiera por su propio lado, esto es, independiente de la imputación. Por ejemplo, pensamos que el yo surge dependiendo de los agregados y que no hay otra forma en que pueda surgir el yo.

Puede estar más claro con los objetos externos como, por ejemplo, una casa. Cuando pensamos en una casa tenemos una idea de algo que no tiene que ver con la imputación e incluso tampoco parece que depende de causas y condiciones, pero cuando reflexionas, te das cuenta de que, por supuesto, depende de causas y condiciones y de todo lo que constituye ese edificio. Sin embargo, de forma natural cuando pensamos en una casa, no pensamos que tenga que ver con las causas, con las partes o con una imputación de nuestra mente y decimos “casa” porque la gente lo llama “casa”. Ayer mencionaba que, si se te da el nombre, por ejemplo, de Steve o el que sea, esta es una creación de la mente. Y, una vez que ya se da ese nombre pensamos que Steve existe desde su propio lado y eso es lo que tú eres y no parece que tenga que ver con que los padres hayan decidido darte ese nombre, es decir, con una imputación.

Una casa es meramente imputada sobre sus partes que son la base de imputación. El significado de “base de imputación” es la base para poder darle un nombre o para nominarlo. De hecho, no hay casa que exista aparte de esa base de imputación. Además de sus partes, no podemos encontrar una casa que surja independientemente de las partes. La única conclusión posible es la mera imputación por parte de la mente.

Personalmente me resulta útil e interesante lo que dice Lama Tsong Khapa en su comentario al *Mulamayamika-karika* de los *Versos de la sabiduría fundamental* de Nagarjuna, que es su principal enseñanza. Yo no lo he leído todo, pero mis maestros comentan que Lama Tsong Khapa en su comentario a este texto dice: “Solo hay dos posibilidades de cómo algo puede existir: que exista, y lo puedas encontrar en la base de imputación, o que sea meramente imputado por parte de la mente...”

(En este momento llega Gueshe Lamsang)

Ven. Steve: ¿Cómo está gueshe-la?

Gueshe Lamsang: Muy bien, gracias

(Hablan en tibetano)

Ven. Steve: Gueshe-la me estaba diciendo algo que es muy relevante para todos nosotros y que viene bien para el tema que estamos tratando porque nuestro tema es vacuidad y surgir dependiente. Sherab Sengue es uno de los grandes fundadores de los monasterios y cuando él estaba escuchando las enseñanzas de vacuidad, en un momento pensó: “Oh, no existo” y se agarró la *thonga*, que es este tipo de camisa del hábito, y lo hacía para reafirmarse que sí que existía. (*risas*) Si, sí. Gueshe-la me lo ha recordado. Se ha ido porque no quería estar más tiempo para no obstaculizar la clase. Gueshe-la nos ha dado hoy una muy buena enseñanza al comentar esto.

Continuamos. Dependencia en ese sentido... En el sentido de ser una mera imputación por parte de la mente. Lama Tsong Khapa en su comentario al *Mulamayamika-karika* de Nagarjuna dijo: “Solo hay dos posibilidades de cómo algo puede existir: que exista y lo puedas encontrar en la base de imputación o que sea meramente imputado por parte de la mente. Solo hay estas dos posibilidades”. Es muy útil recordar esto, ya que para alguna gente la base de imputación puede sonar como un nuevo término o no sabe cómo relacionarlo. Cuando decimos “base de imputación” es esa cosa que tú normalmente señalas diciendo: “eso es una casa”. Es un poco vago porque ¿dónde señalas exactamente? De forma general, cuando decimos una casa, donde tú enfocas tu mente para decir “casa”, esa es la base de imputación de casa, coche o lo que sea que señales. Uno de mis maestros, cuando hablaba del surgir dependiente decía: “dependiendo de las bases de imputación y dependiendo de esas partes”. Incluso, comprender solamente eso, no quiere decir que necesariamente estemos comprendiendo que no puedas encontrarlo cuando buscas en las bases de imputación. Estamos hablando de este tercer nivel, es decir, que algo solamente existe como mera imputación por parte de la mente, o que lo puedas encontrar en la propia base de imputación, y no hay otra posibilidad de que algo exista. Esto es lo que nos dice Lama Tsong Khapa y si él que era increíble lo dijo, hay muchas posibilidades de que eso sea verdad.

El Buda dijo: “No tienes que aceptar las cosas simplemente porque yo soy el Buda, lo tienes que analizar por ti mismo”. Esto nos dijo el Buda y nuestra responsabilidad es analizarlo. Si Lama Tsong Khapa lo ha afirmado de esta forma, tienes que analizarlo y si lo haces, busca a ver si hay alguna otra posibilidad al margen de lo que él ha dicho y recuerda que, si no lo encuentras, no significa que no exista. Si no existe por su propio lado entonces, ¿cómo existe? ¿qué otra forma hay de que algo pueda existir excepto que sea como base de imputación por parte de la mente? Solamente están estas dos posibilidades y es importante que reflexionemos sobre ambas posibilidades y que tengamos una cierta claridad al respecto.

Hay algunas otras cosas más que me gustaría decir al respecto, pero por lo menos esta ha sido una pequeña introducción. Los tres tipos de surgir dependiente son:

- 1) Encuentro, es decir, causas y efectos.
- 2) Dependencia de sus partes
- 3) dependencia de la mente.

Surgir dependiente de la relatividad de los términos o surgir dependiente de la validez relativa

También, hay otro tipo de surgir dependiente... Estoy contento de que esté aquí Karen porque no estoy seguro... La explicación es muy directa pero el término es un poco difícil de traducir. El término es *tañe namcho guenden*.

Ven. Steve: Karen ¿has escuchado esa expresión?

(Karen Molina es la traductora de tibetano del Centro Nagarjuna Valencia)

Karen: No. Posiblemente lo he escuchado, pero no me acuerdo.

Ven. Steve: Solo lo he escuchado un par de veces, pero cada vez que lo escucho digo: “¿Cómo puedo traducir esto?” Este término o expresión de *tañe namcho guenden*, sería algo así como “establecer el surgir dependiente”, pero la traducción exacta no la sé. Para algunos de vosotros será muy familiar cuando decimos “largo” y “corto”. Por ejemplo, mi dedo anular, no podemos decir que sea largo o corto, pero si lo comparamos con el dedo de al lado que es el meñique, entonces decimos que es largo. Cuando ponemos estos dos juntos es bastante válido decir que el dedo anular es el más largo en relación con el meñique que es más pequeño. Sin embargo, cuando lo comparamos con el dedo corazón, este se vuelve más pequeño y sigue siendo válido ya que sigue siendo más pequeño en relación al largo, pero no podemos decir que es largo o corto sin depender de algo y por sí mismo ¿es correcto? Otro ejemplo sería “aquí” y “allá”. Cuando “decimos estoy” aquí es completamente válido, pero es algo relativo en relación a mí, pero no en relación a vosotros, ya que vosotros diríais: “Steve está ahí”. De hecho, podríamos decir “a este lado del Atlántico” o “al otro lado del Atlántico”; yo estoy en este lado del Atlántico y vosotros estáis al otro lado del Atlántico, para mí sería válido decir que estoy a este lado del Atlántico, no es una idea errónea decir que vosotros estáis en el otro lado del Atlántico, de la misma forma que para nosotros es completamente válido decir que estamos de este lado del Atlántico y que Ven. Steve está del otro lado del Atlántico ¿de acuerdo? “Ir” y “venir” es otro de los pares que Nagarjuna menciona al principio del texto *Mulamayamika-karika*. Por ejemplo, una persona aquí, otra allí y otra en el medio y esta persona va caminando una dirección, no podemos decir si está yendo o viniendo; en relación a la persona que está a su derecha dirías que se está yendo, pero en relación a la persona que está al otro lado, esa persona diría que está viniendo y ambos tienen razón ya que a nivel relativo es válido. No podemos decir que la persona está viniendo o está yendo, pero podemos decir que, si está caminando hacia a ti está viniendo, y si se está alejando de ti, está yendo. Aquí y allí. Ir y venir.

De igual forma, podemos decir yo y tú, tú y yo. Esto también funcionaría ¿no? En relación a estos agregados, el yo o mí es válido. Si vosotros pensáis situar vuestro yo en relación a mis agregados estaríais equivocados, ¿no? (*risas*) ¿Comprendéis lo que quiero decir a que es relativo? En relación a estos agregados digo: “yo” pero de los agregados que veo fuera digo “él o ella”. ¿Os hacéis una idea? Largo-corto, grande-pequeño, bueno-malo, etc. Otro sería, por ejemplo, cien dólares ¿es mucho o no es mucho? Podríamos decir que es mucho comparado con un dólar y es poco comparado con mil

dólares. Si alguien te da cien dólares dices: “wow, es bastante”. A veces, la comparación está ya implícita. Si estás en una puja y te dan cien dólares y dices: “wow, esto es mucho”, eso significa que en otras pujas te han dado diez dólares o un dólar (*risas*). Es decir, cien dólares no podemos decir que sea mucho o poco, dependerá de con qué lo estemos comparando.

Este es otro tipo de surgir dependiente. Es válido decir es que mucho comparado con una cantidad menor y poco comparado con una cantidad mayor. Es relativo. Este es un surgir dependiente en el sentido de relatividad. Si digo relatividad pudiera parecer que es algo de Einstein, (*risas*) pero no es así. También lo podríamos llamar surgir dependiente de la relatividad de los términos o, el surgir dependiente de la validez relativa, aunque no es una traducción literal, podríamos decir esto. Es decir, el surgir dependiente de una validez relativa.

Estos son los diferentes tipos de surgir dependiente, los tres que mencioné al principio y este último que os acabo de mencionar ahora.

La base de imputación en la escuela Madhyamaka-Prasangika

Aunque no voy a tener tiempo de cubrir todo hasta el descanso, por lo menos me gustaría comenzar. En el tercer tipo de surgir dependiente en base a la imputación hay cuatro escuelas de postulados budistas: Vaibhashika, Sautántrika, Chittamatra y Madhyamaka y, dentro de la Madhyamaka tenemos la Svatántrika y la Prasangika.

Hay un consenso general entre los maestros tibetanos, y no solo los tibetanos, sobre la que verdaderamente tiene la comprensión de la naturaleza o verdad última de la realidad, y es que es la escuela Madhyamaka-Prasangika, que dice que todo es *meramente* imputado, como cuando nominas serpiente sobre una cuerda. Si ves una cuerda a lo lejos y está un poco oscuro o atardeciendo entonces podrías pensar que es una serpiente y al creer que es una serpiente, sientes miedo porque piensas que ahí hay una serpiente. Sin embargo, es solo una cuerda. Cuando buscas la serpiente ahí, no podrás encontrar una serpiente en ninguna parte de esa cuerda que está como curvada, y como estás un poco lejos y no hay mucha luz por eso ves una serpiente, pero cuando la buscas, en esa cuerda no hay ninguna serpiente. Si de verdad hubiera una serpiente, tampoco podrás encontrar una serpiente, lo más probable es que querrás hacer el análisis desde la distancia y no desde la cercanía (*risas*). Tampoco podrás encontrar serpiente en ninguna de las partes de esa serpiente, igual que no puedes encontrar un yo ni en el cuerpo, ni en la mente. Si buscas serpiente desde la cabeza a la cola y en sus diferentes partes, no podrás encontrar serpiente. Incluso, a nivel convencional, no habría serpiente ya que si la buscas en la cuerda, no la podrás encontrar, pero en el caso de que a nivel convencional hubiera una serpiente, en este caso sí hay una serpiente y esta es una diferencia.

Si todo es *meramente* nominado por la mente, ¿por qué tan solo por *meramente* nominar algo hace que eso exista? Si nominamos serpiente en esa cuerda ¿por qué no hay una serpiente ahí? Y, ¿cuándo hay una serpiente de verdad? En este caso decimos: “ahí hay una serpiente”, pero ¿por qué no decimos

que en esa cuerda no hay serpiente? Algunas personas dirían que cuando es una cuerda la base de imputación no es válida y esto es muy interesante ya que, si es serpiente, tendría que ser capaz de morderte, envenenarte o moverse y, sin embargo, una cuerda no es capaz de hacer eso, por lo tanto, una cuerda no es una base válida para nominar serpiente. Si fuera serpiente, tendría que ser capaz de deslizarse por el camino y esto no lo puede hacer una cuerda. Una cuerda no es una base válida para nominar o imputar serpiente; a nivel convencional no podemos decir que haya serpiente y a nivel último, tampoco. En el caso de lo que normalmente aceptamos como una serpiente, sí es una base válida para decir serpiente porque todas las funciones de la serpiente se dan tal y como esperarías, esto es, se puede deslizar por la tierra, puede volverse y morderte, puede envolverte, etc. En este caso, algunas personas pueden decir que es una base válida para la imputación.

Mi maestro, que se llama Gueshe Jampa Tegchok, lo explicaba así: uno es convencionalmente serpiente y el otro no lo es ni siquiera convencionalmente, porque en una no hay una base válida de imputación y en la otra sí que lo hay. Recuerdo que algunos de nosotros preguntábamos ¿eso significa que por parte del objeto hay algo? De acuerdo con la Madhyamaka-Prasangika, nos dirían que por parte del objeto no hay nada que se pueda señalar, a lo que nosotros diríamos que tendría que haber una base válida por parte del objeto para poder ser llamado serpiente, es decir, tiene que haber algo por parte de la base del objeto ¿sí o no? Pareciera que es así ¿no? ¿os parece lógico? La respuesta que daba mi maestro era que cuando buscas la serpiente, buscando el objeto de negación, es decir, una serpiente que exista independientemente en esa base de imputación; cuando buscas esto, esa serpiente que existe inherentemente y no la encuentras, el no encontrarlo sería la vacuidad, esto es, cuando tú buscas serpiente en la base de imputación y no la encuentras en esa base válida. Aunque necesitamos una base válida de imputación, la base válida de imputación no es lo que tú encuentras cuando buscas una serpiente que exista inherentemente. De hecho, lo que encuentras es la vacuidad de la serpiente. Buscas serpiente en la base de imputación, en su cuerpo y en su mente, ahí buscas la serpiente que existe inherentemente y donde quiera que mires en esa base de imputación no podrás encontrar algo que puedas identificar o señalar como la serpiente que existe inherentemente, y ese no encontrarlo es su naturaleza última, su vacuidad. Cuando buscas la serpiente, no encuentras una base válida de imputación y, si encuentras una base válida de imputación que puedas señalar como una serpiente que existe inherentemente, esto significaría por parte del objeto, pero tú no lo encuentras. Cuando decimos encontrar es que puedas decir: “aquí está la serpiente que existe inherentemente”. ¿Habéis captado la diferencia? En un par de minutos vamos a parar, pero antes me gustaría introducir algo de lo cual seguiremos hablando. Aunque él dice eso... No hay problema en cuanto a la diferencia de que sea una base válida de imputación o no.

Hay otros maestros contemporáneos como Gueshe Nawang Drakpa, que enseñaba recientemente este tema, decía que algunas personas dicen eso, pero eso significa que entonces hay algo por parte del objeto y eso no es válido. Estaba en desacuerdo y es un gran, gran maestro. Diferentes maestros y diferentes ideas, pero se llega al mismo punto. Gueshe Nawang Drakpa decía que eso no es así. También

escuchando a Khen Rimpoché Gueshe Chony de la abadía de Kopan a quién he estado traduciendo recientemente, él dijo lo mismo, que algunas personas dicen que el criterio para hablar de si hay una serpiente convencional o no, es en términos de si hay una base válida de imputación, pero esto significa que necesitas algo por parte del objeto y eso no funciona. Ambos estaban de acuerdo en esto, que era diferente a lo que decía Gueshe Jampa Tegchok. Ambas presentaciones parecían tener sentido.

Criterios para distinguir si algo existe convencionalmente

Todo esto nos lleva a esos tres criterios que Lama Tsong Khapa enseña en el *Lam.Rim Chemmo*. Estos son tres criterios para juzgar si algo existe convencionalmente o no. Si miramos esos tres criterios y tienen sentido, esta será nuestra forma de distinguir si hay una serpiente que existe a nivel convencional o no.

Voy a hacer una introducción sobre estos tres criterios y luego nos extenderemos un poco más después del descanso y quizás haya algunas preguntas luego. Voy a comenzar leyéndolo en tibetano y luego digo lo que quiere decir.

1. Conocido para una mente convencional

El primer criterio que menciona Lama Tsong Khapa en el *Lam.Rim Chemmo*, literalmente se suele traducir como 'conocido para una mente convencional'. ¿Qué quiere decir esto? Literalmente este término que acabo de decir y también en otros contextos significaría bien conocido o renombrado. No tiene que ver con ser bien conocido en el mundo, lo que quiere decir es que hay una mente que piensa que existe, ya sea serpiente o lo que sea. Es decir, debe de haber una mente que piense que eso existe.

2. No contradicho por otra mente convencional

Por un lado, tenemos a una mente que piensa que eso existe a nivel convencional, pero no basta con que haya una mente convencional que piense que algo existe, también esto no debe de ser contradicho por otra mente convencional.

3. Sin contradicción de un análisis a nivel último

Y, el tercero es... Podríamos decir una mente a nivel último o un análisis a nivel último, esto es, que ningún análisis último lo contradiga.

¿Qué quiere decir esto? Por ejemplo, si pensamos en nominar serpiente sobre una cuerda. El primer criterio nos dice que hay una mente que piensa que ahí hay una serpiente, pero esto no necesariamente hace que eso exista. Esto es un punto muy importante porque hay otros dos criterios.

El segundo criterio nos dice que no debe de haber ninguna otra mente válida que contradiga a la primera mente que piensa que eso es una serpiente. Si tienes el coraje para acercarte y darte cuenta, verás que es una cuerda, es decir, superaría el segundo criterio, ya que hay otra mente convencional

que contradice que eso sea una serpiente y se excluye que haya una serpiente sobre esa cuerda. Con este segundo criterio otra mente convencional lo contradice. No basta con una mente válida que vea serpiente en la cuerda y no tendría que ser contradicho por ninguna otra mente convencional; cuando te acercas, o lo alumbras mejor, te das cuenta de que no es una serpiente, por lo que hay otra mente convencional que lo contradice, por lo tanto, ya no cumple el segundo criterio.

El tercer criterio. Podemos pensar que sí, ahí hay una serpiente de verdad, por lo que el primer criterio está bien. No hay una mente válida convencional que investiga si la serpiente es el cuerpo, la mente, la cabeza, la cola, etc., simplemente sigue la apariencia y reconoce una serpiente, es decir, se relaciona con el objeto sin investigar si existe desde su propio lado, y entonces el tipo de percepción válida que tenemos... Por ejemplo, la pantalla de un ordenador o la percepción válida de una serpiente, de un gato, de una persona o de un libro, lo que quiera que sea; lo que normalmente pensamos que es una percepción válida. Este tipo de percepción válida es que el surgiría si encendemos la luz... Y, en el caso de una serpiente de verdad, no sería contradicho con que sea una serpiente. Aquí, no habría ninguna mente convencional que pueda decir que ahí no hay serpiente.

Si me pongo a mí como ejemplo, hay una mente que piensa que Steve Carlier existe y es esto, para que exista convencionalmente, el primer criterio es ok. En el caso del segundo criterio, no hay una mente válida que realice que ahí no hay un Steve y cualquiera que me vea verá que hay un Steve ahí, es decir, ninguna otra mente válida convencional contradice que ese sea Steve. Y en el tercer criterio, ninguna mente a nivel último que ya está buscando y analizando si existe desde su propio lado o no, eso tampoco dañaría la existencia de Steve porque incluso cuando lo analiza y no puede encontrar un Steve en la base de imputación, esto no niega la existencia convencional de Steve, ya que realizar la vacuidad de algo no elimina su existencia. Steve pasa los tres criterios de una mente convencional que contradiga que hay un Steve que se percibe de forma convencional y en el análisis último, tampoco niega la existencia de un Steve.

Quizás después del descanso hay más preguntas.

En caso de que te preguntes ¿por qué necesitamos estos tres criterios, si probablemente basta con dos? Si hablamos de un Steve que existe inherentemente. Hay muchas mentes que piensan que existe un Steve que existe inherentemente, ya sea de forma innata o a nivel intelectual, podrían decir que Steve existe inherentemente y desde su propio lado. Es decir, hay una mente que piensa que tal persona existe inherentemente. La mente convencional no puede negar esto porque no es la forma en la que opera, la única que puede contradecir la existencia de un Steve inherentemente existente sería el tercer criterio, el que realiza que no existe inherentemente porque no lo puedes encontrar en sus bases de imputación.

¿Os habéis quedado un poco con la idea? Aunque solo se haya quedado un poco claro, vale la pena comprender estos dos criterios porque así podemos decir cómo algo puede existir o no. Cuando decimos que algo existe convencionalmente es lo mismo que decir que existe y no hay nada que exista

a nivel último y todo lo que existe es a nivel convencional. Si decimos que algo existe a nivel convencional, lo que estamos diciendo es que existe porque no hay nada que exista a nivel último. Si algo existe a nivel convencional... ¿Cómo sabemos que existe a nivel convencional? Porque puede cumplir estos tres criterios.

Sesión de preguntas

Estudiante: Si la base de imputación no existe ¿qué pasa con el ejemplo de una persona analizando un reloj? ¿existe ese fenómeno, aunque tengamos una percepción válida para los dos?

Ven. Steve: Una cosa es que no hay ninguna duda de que hay una base válida, la cuestión es si hay una base válida de imputación con la que puedas juzgar si algo existe a nivel convencional o no. Este es el punto. Claro que hay algo que puedes reconocer como una base válida de imputación.

Estudiante: ¿Un reloj puede existir sin que nadie lo haya visto antes?

Ven. Steve: Podríamos decir que para alguien que nunca ha visto un reloj, para esa persona no hay reloj, porque esa persona debe de tener la percepción de reloj para que exista el reloj. ¿Qué pensáis?

Creo que la pregunta es muy interesante, porque si estamos hablando de una persona que nunca ha visto un reloj y que nunca ha escuchado hablar sobre él, podríamos decir que para esa persona no hay reloj. Sin embargo, si una persona ha visto un reloj, pero nunca le han dicho que se llama reloj, podríamos decir que para que haya un reloj para esa persona, tendría que haber una mente que piense que eso es un reloj. Antes de que te hayan dicho el nombre de reloj, no tienes una mente que piense que eso es un reloj, eso sería similar a decir que, para ti, ya que no hay una mente que piense que eso es un reloj, no puedes pensar que es un reloj ya que nadie te ha dicho que eso es un reloj, por lo tanto, no habría un reloj. Aun así, esto es algo para debatir.

Supongamos que nunca has oído la palabra martillo, por ejemplo, para ti no existe martillo, pero si alguien te golpea con un martillo ¿qué pasa? ¿sigues diciendo que para ti no hay martillo? Otro ejemplo, si una persona nunca ha visto un reloj antes, no tiene ningún tipo de concepto de reloj y entra a una habitación donde hay un reloj y, alguien le pregunta si ha visto un reloj entonces, sería correcto que esa persona dijera que no ha visto el reloj o, ¿qué dirías en ese caso? ¿dirías que has visto el reloj o que no lo has visto, contestando que no sabes lo que es un reloj? Si supieras qué es un reloj, entras en la habitación y lo ves, entonces sí que podrías decir que has visto un reloj y, si no lo has visto lo dirías porque sabes qué es un reloj. Si no lo sabes y ni siquiera has escuchado ese nombre, contestarías que no sabes qué es un reloj y no puedes decir si lo has visto o no, porque no sabes lo que es.

¿Te he respondido a la pregunta?

Estudiante: No me queda muy claro porque el reloj está ahí, aunque no sepa el nombre, pero lo veo. Por ejemplo, puedo ir por el campo y no conocer todas las plantas, pero están ahí. El nombre o la imputación ¿se le da para prestar atención? Gracias.

Ven. Steve: Sí, sí, es verdad lo que dices. Yo he tenido ya esta discusión con un compañero en varias ocasiones. Por ejemplo, si entro a una habitación con mi madre y sé que es mi madre, pero vosotros no lo sabéis. Después, si yo estoy buscando a mi madre y te pregunto si la has visto y si no la has conocido, sería correcto decir que no la has encontrado. Es algo similar a lo del reloj.

Quizás podríamos decir que para ti ahí hay flores que percibes y ves, pero ves una flor silvestre que se llama x. A lo mejor, es una flor silvestre que tú has visto muchas veces, pero que no sabías ni cómo se llamaba y, una vez que ya sabes lo que es, puedes decir que la has visto muchas veces y ahora, cada vez que caminas por el campo y la ves, ya sabes lo que es y le das el nombre concreto que tenga. Sí, claro, la ves y sabes que es una flor x, pero no sabías que era tal flor. Es como cuando yo entro a una habitación y estás con tu madre, pero yo no sé que es tu madre y si alguien me pregunta si he visto a tu madre, yo podría decir que no la he visto y que nunca la he conocido. Sería más adecuado decir que no estoy seguro, quizás la he visto o no, no lo sé, pero el caso es que nunca me la han presentado.

Cuando mi compañero y yo discutíamos al respecto, llegamos a la conclusión de que hasta que no se nos dice que eso es un reloj, no puedo decir que he visto un reloj porque no tengo el concepto de lo que es reloj. Lo hemos visto, pero no sabemos que lo hemos visto porque no sabíamos que eso era un reloj. De igual forma, cuando vas por el campo y ves determinadas flores, las percibes, las hueles, pero si alguien te dice si has visto tal y tal flor, podrías decir que no lo sabes y si la persona que te pregunta puede enseñarte una flor para que puedas decirle si la has visto o no. Solo cuando sabes el nombre puedes saber si has visto esa flor o no.

Son cosas muy interesantes para reflexionar. No son ejercicios intelectuales vacíos y todo está relacionado. Normalmente, cuando escuchamos que todas las cosas son *meramente* nominadas por parte de la mente, parece que estas enseñanzas budistas sobre la vacuidad son solo algo lingüístico, pero cuando profundizas, te das cuenta de que algo que hacemos es nominar las cosas y es parte de cómo creamos nuestra realidad.

Algunas de las cosas que quiero introducir, nos darán más idea sobre lo que has planteado con los nombres.

Repaso de los criterios para distinguir si algo existe convencionalmente

Estos tres criterios nos dicen que hay una mente válida que conoce algo y que las cosas existen a nivel convencional. Una mente válida convencional... Desafortunadamente esta palabra “convencional” que usamos en castellano, en tibetano puede tener otras connotaciones. Por ejemplo, cuando tenemos la percepción de la pantalla enfrente de nosotros, la mente que lo percibe es una mente válida convencional; una consciencia visual válida. Cuando piensas que eso es un ordenador, es una mente válida convencional, como opuesto a una consciencia racional o analítica. Por ejemplo, cuando decimos reloj, ¿dónde está exactamente el reloj? ¿es la correa, la pantalla, las manecillas? ¿dónde está? Y no se trata solo de dejarlo en la apariencia, hay que buscar la base de imputación. En ocasiones utilizo el término de mente última, pero aquí se trata de una consciencia que razona y analiza.

Estos son los tres criterios que antes mencioné: 1) Una mente que piensa que algo existe. 2) Que no haya otra mente convencional que lo contradiga. 3) Que no haya un análisis último que pueda contradecir su existencia.

Es bueno que reflexionéis sobre ellos y que recibáis más enseñanzas, así, si lo vais entendiendo, lo encontraréis útil.

Las dos posibilidades para que algo exista

Hay otros temas que me gustaría mencionar y que también pueden resultar útiles. La principal razón por la que sugiero este tema, aunque otros temas también se mencionan, es que especialmente durante los últimos años me han resultado muy interesantes para meditar y practicar y, me gustaría compartirlos con vosotros.

Uno de ellos es lo que he mencionado antes y es que Lama Tsong Khapa decía que solo hay dos posibilidades para que algo exista:

- 1) Si existe por su propio lado, que lo puedas encontrar como tal.
- 2) Si no lo podemos encontrar, la otra forma en que eso exista es que sea imputado por el lado de la mente.

Este último es uno de los puntos que he encontrado útiles.

Y hay otro punto que considero verdaderamente importante porque quizás muchos de vosotros os preguntaréis acerca de ello. Tengo un amigo que dice que, si pensamos que todo es meramente imputado por la mente, sería como, por ejemplo, si una hoja cae de un árbol en un bosque donde no hay nadie entonces tiene que haber una mente que nomine sobre eso... Si todo es *meramente* imputado entonces, cuando una hoja cae, eso también tendría que ser algo meramente nominado. Este es el razonamiento de mi amigo: Si es *meramente* imputado, tendría que haber una mente que tendría que estar nominándolo o imputándolo y en este caso ¿de quién es esa mente conceptual que esta nominando "hoja", ya que no hay nadie en ese bosque? Entonces puedes pensar que, si no hay nadie ahí, quizás sea el Buda quién esté ahí, pero el Buda no tiene una mente conceptual. Esta es una pregunta que puede surgir cuando decimos que todo es *meramente* nominado por la mente.

Para mencionarlo de forma sencilla, las cosas no se han vuelto *meramente* vacías porque el Buda lo enseñó, el Buda simplemente explicó la vacuidad. De la misma forma que si nosotros seguimos el proceso que él nos enseñó y también llegaremos a comprender que todo está vacío y a través de la meditación descubriremos que ya estaban vacías antes de que el Buda lo enseñara y siempre lo han estado. Este es el punto. Lo que implica aquí es que desde el mismo momento en que algo surge o existe, desde ese mismo momento, está vacío, pero vacío ¿de qué? Recordad que no decimos que está vacío de existir en general, no, decimos que está vacío de existir desde su propio lado. Piensa qué quiere decir esto en relación con lo que Lama Tsong Khapa dijo de que solo están estas dos posibilidades: 1)

Algo existe desde su propio lado y, por lo tanto, lo puedes encontrar cuando lo buscas en las bases de imputación, o 2) es una *mera* imputación.

Ya que desde el mismo momento en el que algo comienza a existir está vacío de existir por su propio lado, es decir, no lo podemos encontrar; y desde el mismo instante que empieza a existir es *mera* imputación, esa es su naturaleza. No es algo que se añada después o que surja después. No es que la cosa exista y en algún momento se vuelva vacía, no es así. Tampoco es que comience su existencia y al siguiente segundo se vuelve *meramente* nominado, no. El vacío es su naturaleza.

No es que tú necesites una mente conceptual que constantemente vaya nominando y que continúe siendo *meramente* nominado. Este es el problema que algunas personas tienen. Por ejemplo, al nacer, mis padres me dieron el nombre de Steve, es decir, fui nominado como Steve. Sus mentes conceptuales me nominaron como Steve y ellos no tenían que seguir pensando una y otra vez: “Steve, Steve, Steve, Steve” cada segundo de mi vida y día y noche para que yo pueda ser Steve, ¿sí o no? Pues así, una vez que nominas algo, no tienes que seguir nominando para que eso sea *meramente* nominado. De hecho, todo, desde el principio hasta el final de su existencia, es *meramente* nominado porque es la única posibilidad si no existe desde su propio lado. ¿Pilláis el punto? Puede que algunas personas estéis en desacuerdo conmigo, quizás hasta mis maestros lo están, quién sabe (*risas*). De lo que estamos hablando es de que no debes de tener una mente que continuamente vaya nominando el objeto para que ese objeto sea *meramente* nominado, no es así, sino que desde el momento en que *eso* comienza a existir, es *meramente* nominado y esa es su naturaleza; de la misma forma cuando algo comienza a existir está vacío y esa es su naturaleza. Es algo para reflexionar que encuentro muy útil.

Además del hecho de que los budas no tienen mente conceptual que vaya nominando, podemos imaginar un tiempo en el que todo el mundo hubiera logrado la Iluminación y tuviéramos que pasar nuestro tiempo continuamente nominando cosas para que pudieran continuar existiendo. Si dejáramos de nominar, entonces dejarían de existir ya que hemos dejado de nominar; eternamente tendríamos que seguir nominando, sería como una broma y algo que no puede ser así.

Hay un libro en inglés, que ahora no recuerdo cómo se llama, que está basado en unas enseñanzas del camino medio de un gueshe tibetano. En este libro se señalaba una analogía sobre este punto del que les estoy hablando ahora y decía: “Un kilo de mantequilla, lo peses o no, es un kilo de mantequilla”, es decir, ya sea que analices o no las cosas, éstas están vacías. Esa es su naturaleza. ¿Os ayuda? Para mí es muy útil. Creo recordar que este gueshe es de Drepung, quizás gueshe Lamsang sepa quién es. Es un libro muy interesante sobre vacuidad. Si pesas esa mantequilla, descubrirás que sí pesa un kilo, pero antes de que tú la pesaras, ya era un kilo. Si lo analizas, descubrirás que está vacío, pero ya estaba vacío solo que ahora tú descubres que está *meramente* nominado; aunque ya era *meramente* nominado, ahora tú lo estás descubriendo.

Hay varios puntos así que os quiero comentar y, aunque no están presentado en orden, os puede ayudar para reflexionar.

Puntos para reflexionar cuando meditamos en vacuidad

Este punto es muy útil para la meditación en vacuidad, ya que a veces nos sentimos abrumados porque hay muchas cosas para meditar en vacuidad, y a veces es demasiado complejo y no sabemos ni por dónde empezar. Además de los cuatro puntos esenciales, que no voy a entrar en ellos, aunque son muy útiles para meditar en vacuidad, no entraremos en ellos porque no tenemos tiempo, solo os comentaré que son instrucciones para meditar en vacuidad. La meditación en vacuidad puede estar relacionada con cualquier objeto, ya sea tu cuerpo, tu mente, objetos externos u otra gente.

Si existe como se aparece:

- 1) Lo podrás encontrar, y ya entendéis lo que significa encontrar, es decir, que podemos encontrarlo cuando buscamos en las bases de imputación.
- 2) Tiene que ser independiente.

Todo esto tiene sentido sobre la base de conocer cómo las cosas se aparecen. En este contexto estamos hablando de la sabiduría que comprende la vacuidad. Si existe, significa que existe completamente independiente de cualquier cosa: independiente de causas, independiente de condiciones, independiente de partes e independiente de la imputación por parte de la mente, como ayer mencionaba sobre cómo reflexionar sobre estos puntos. Esto requiere una reflexión muy inteligente, ya que cuando hablamos de vacuidad y surgir dependiente y de cómo las cosas se aparecen, es como si nuestra percepción estuviera velada.

Si analizamos cómo percibimos, por ejemplo, cómo nos percibimos a nosotros mismos pensando constantemente: “yo esto, yo aquello, yo como, yo cocino”. Si analizas, en una esquina de la mente contempla, no de forma muy intensa, pero percibiendo cómo te relacionas contigo mismo, verás que la forma en la que ese yo se te aparece es como un yo independiente de todo, y entonces debes tener una consciencia de ese yo que es independiente de causas y condiciones, de partes, de la imputación de la mente... simplemente yo. Si realmente lo analizas, podrás darte cuenta de cómo lo percibes. Si eso realmente existe así, entonces significa que existe completamente independiente de cómo se aparece y si es así, tendríamos que poder encontrarlo en las bases de imputación porque se nos aparece existiendo desde su propio lado, independiente de cualquier otra cosa.

Con estos dos puntos que he mencionado antes, uno entra en meditación y reflexiona: si ese yo es mi cuerpo ¿está en algún sitio del cuerpo? o ¿está en mi mente? Si no lo encuentras, tendrás que concluir que no existe y que es interdependiente. Dependemos de otras muchas cosas, recordemos los tres niveles de interdependencia. Este es un buen formato para tu meditación en vacuidad. Si existe tal y como se aparece, lo tienes que encontrar y tiene que ser independiente. De hecho, no hay nada que sea independiente. Y, aunque no tengas una comprensión perfecta, cuando meditas en esto es como que tienes una sensación de que esa cosa no existe y es como la meditación similar al espacio; no quiere decir que estés en el espacio (*risas*), sino que es similar al espacio, esto es, estés meditando en la ausencia de la no existencia, en la ausencia de ese tal yo. Si realmente quieres meditar seriamente en

esta práctica, cuando la experiencia comienza a desvanecerse, comienzas de nuevo a analizar y mediante este análisis vuelves a la experiencia y, una vez más, vuelves a centrar tu mente en esa experiencia con concentración. Y, cuando se desvanece de nuevo, vuelves una vez más a analizar. Este es un aspecto.

El objeto de negación

Otro aspecto es sobre el objeto de negación, que también he encontrado muy interesante. Jamyang Khyentse Rimpoché, escribió un libro titulado *El camino fácil*. En este libro menciona la forma en que el objeto de negación se nos aparece, que es como si ya existiera antes de nuestra percepción y esto es una idea poderosa que tenemos. Esta es la forma cómo las cosas se nos aparecen y, de hecho, esa gente que decimos que existen desde su propio lado, existen antes de que tú las percibas, ya estaban ahí previo a tu mente que las percibe. Se suele dar el ejemplo de estar sentado en la oscuridad donde además cierras tus ojos y tocas un objeto con la mano, entonces, ¿cómo puedes tocar eso si no estaba ahí? Es verdad ¿no? ¿No sientes eso? Tiene que estar ahí antes de que tú lo tocaras con la mano, antes de que tu percepción táctil la sintiera porque si no ¿cómo lo puedes haber tocado si no está ahí?

La primera vez que escuché esto, pensé que era verdad, que así es como las cosas se nos aparecen. Me puedo acordar de la primera vez que fui a Bodhgaya, fui con Thubten Pende quién ya había estado ahí antes y me dijo: “Esta es la estupa de Bodhgaya” y esta fue mi primera visión de la estupa de Bodhgaya y yo pensaba que ya existía antes de que yo llegara ahí, ¡claro que existía antes de que yo llegara! Es verdad ¿no? Entonces ¿qué quería decir ese objeto de negación que se nos aparece como existiendo antes de que lo veamos? Para mí, la única conclusión a la que puedo llegar es que no tiene que ver con el hecho de que ya estaba ahí el objeto, antes de que yo lo viera, sino al hecho de que, si lo analizas de cerca, a donde esto te lleva es a la idea de que cuando tú percibes algo, por ejemplo, al nivel de percepción visual miras la mesa o la pantalla del ordenador en frente de ti, como parece que existe, es como si lo que tú estás viendo está completamente desconectado contigo, es decir, lo que percibo no tiene nada que ver conmigo. En cierta forma, cuando vemos la mesa estamos viendo cómo son las cosas, es decir, las ves como son, y esto es como si tu mente no tuviera nada que ver en cómo se te aparecen. La percepción que tenemos es que todo es totalmente independiente a mi mente. De esto se trata. Esta es otra forma de hablar del objeto de negación.

Meramente imputado por la mente

Sería muy difícil si nos agarramos a la idea de que vemos lo que hay ahí y pensamos que nuestra percepción de lo que estamos viendo es totalmente independiente de lo que tu mente está percibiendo. La forma en que el objeto de negación se nos aparece es que está ahí antes de que uno lo perciba y esto nos lleva a pensar que la forma en que se nos aparece no tiene nada que ver con nuestra mente, es decir, que no hay ninguna implicación o nada que venga por parte de tu mente y es completamente independiente de la imputación. Esto es lo que quiere decir. Recordad que la imputación o nominación tiene que ver con la idea... A menudo se traduce como “nominar”, que

inmediatamente te da la idea de algo verbal. “Nominar” o “imputar... “Imputar” es mejor porque hablamos de nominar algo dándole un nombre. Sin embargo, cuando hablamos de imputación estamos hablando de algo que abarca algo más grande, como imputar ciertas cualidades a algo. Nuestra mente proyecta algo más que simplemente el nombre, ya que, aunque tú no sepas el nombre de algo, tú estás imputando algo en eso por el mero hecho de verlo. Cuando decimos *meramente* imputado significa que todo viene por parte de la mente y nada por parte del objeto. Si algo viene por parte del objeto tendrías que encontrarlo cuando lo buscas en las bases de imputación.

Todo es *meramente* imputado por la mente, *mera* creación por la mente o *mera* apariencia. Es un poco raro porque quizás suene a que todo es como los hologramas. Podríamos pensar que, si todo es *mera* apariencia cuando voy a tocar esa lámpara o esa mesa, mi mano tendría que atravesarla. Puede dar lugar a este tipo de interpretación, pero no es así. *Mera* apariencia significa que aparece, pero cuando buscas en sus bases de imputación no lo puedes encontrar. No sé ni siquiera si yo me entiendo a mí mismo (*risas*). Todo esto me ha resultado muy útil. Estas son ideas con las que trabajar.

Recordad que el objeto de negación es esa cosa que parece que ya está ahí esperando a que tú la percibas y tu mente parece que no juega ningún papel en cómo percibes y cómo existe ese objeto.

¿Hay alguna duda sobre lo que hemos hablado?

Sesión de preguntas

Estudiante: ¿Cuál sería la base de imputación del odio o la compasión?

Ven. Steve: Ambos son consciencias. Cuando decimos odio ¿a qué nos referimos? Es una mente muy agitada que quiere infligir violencia en otra persona que percibimos que nos está dañando u obstaculizando. Este tipo de mente sería la base de imputación. Cuando hablamos de compasión sería la mente que quiere liberar a los seres del sufrimiento y, esta mente sería la base de imputación para decir compasión. La mente que quiere liberar a los seres del sufrimiento es a lo que llamamos compasión, por lo tanto, sería la base de imputación de la compasión. Aun así, cuando buscamos si la compasión existe tal y como se nos aparece, podríamos preguntarnos ¿soy yo? ¿son los seres? ¿es el sufrimiento? ¿es mi mente? ¿dónde está todo eso?

¿Te ayuda esta respuesta?

Estudiante: Sí, muchas gracias.

Estudiante: ¿Podría hablarnos sobre qué poder tiene el karma para que las cosas aparezcan ante nosotros tan físicas y al mismo tiempo no tengan existencia inherente? Lo que se nos aparece ¿es realmente físico o depende otra vez del karma para que lo sea?

Ven. Steve: Recordad que mencioné que Manjushri le dijo a Lama Tsong Khapa que la vacuidad no es difícil. Sin embargo, reconciliar vacuidad con la realidad convencional es lo más difícil. Cuando pensamos que todo es vacío y el karma, es un poco difícil ver cómo puede funcionar el karma y esto lo

que quiere decir es que hay una tendencia a pensar que si las cosas están vacías y no existen por su propio lado y no se encuentran, entonces nos preguntamos cómo pueden existir. Hay una tendencia nihilista que todos tenemos. Creo que la única respuesta es que, si buscas el karma en las bases de imputación y las causas del Karma y no las puedes encontrar, aun así, el karma funciona y puede ser muy poderoso y nunca hay que olvidar que nosotros somos los que lo hemos creado. Sin embargo, si intentas señalar cuál es ese karma, es difícil porque no lo puedes encontrar. ¿Comprendes lo que digo?

Estudiante: ¿Por qué las cosas se aparecen de forma tan física y a la vez, esa existencia física no tiene existencia inherente?

Ven. Steve: En dependencia del karma vemos las cosas de esta forma. Por supuesto que hay resultados físicos del karma. El karma también habla del resultado del entorno, por ejemplo, entornos muy hostiles o desagradables que son resultados de karmas negativos. Los entornos agradables son el resultado de karmas positivos. Todos estos son resultados físicos del karma. Incluso nuestro cuerpo físico es el resultado del karma de maduración. Hay cosas que son físicas y no hay problemas de que aparezcan físicamente. Sin embargo, si pensamos en el sentido de “apariencias concretas” que es un término que podemos utilizar para describir las cosas que parecen existir desde su propio lado y sin depender de ninguna otra cosa más sino como algo concreto y con una existencia sólida; esto es simplemente por el hábito: desde el sin principio nuestra ignorancia se aferra a la existencia inherente verdadera. Este hábito es responsable de que las cosas se nos aparezcan de forma tan concreta y sólida. Por lo tanto, cuanto más nos aferremos a la existencia verdadera, más aumenta la ignorancia y viceversa y más perpetuaremos ese hábito, de la misma forma en que el deseo surge y entonces las apariencias de las cosas van a cambiar dependiendo de la mente de deseo, por ejemplo. ¿Te ayuda esta respuesta?

Estudiante: Sí, muchas gracias.

Estudiante: ¿Podría dar un ejemplo de la primera posibilidad de que algo exista y se pueda encontrar en la base de imputación?

Ven. Steve: No hay ejemplos que pueda mencionar de que podamos encontrar algo en las bases de imputación. El punto que señalaba es que, si algo existe de la forma en que se te aparece, necesariamente tienes que poder encontrarlo y si no lo encontramos, significa que no existe. Aunque se nos aparece como existiendo verdaderamente, si no lo encuentras tienes que concluir que no existe.

Estudiante: Intentar ver algo como un sueño ¿es útil para aflojar el aferramiento?

Ven. Steve: Si, como un sueño, una ilusión. Es una pregunta profunda porque habla, por ejemplo, de cuando estas meditando concentradamente en la ausencia de existencia, como la meditación “como el espacio”, porque no puedes encontrar nada y cuando sales de la meditación tienes esa experiencia de que todo es como una ilusión. Si realmente has tenido la experiencia de vacuidad, cuando sales de la meditación, aunque las cosas se te aparezcan existiendo por su propio lado sabes que no son así, pero que no existan por su propio lado, no significa que no existan en absoluto; existen, pero como una ilusión o como un sueño. El ejemplo que se suele dar es el de un mago que pronuncia unas palabras

mágicas y debido a eso la audiencia ve cosas que no están verdaderamente ahí, se suele hablar de que presenta un caballo o un elefante que son ilusorios. Imagina que tú eres el mago y también ves esas cosas ilusorias, pero sabes que son ilusiones, sin embargo, la gente que está en la audiencia no lo sabe ya que simplemente ven el elefante o lo que, de hecho, es un caballo ilusorio, pero por la forma en que se les aparece piensan que, efectivamente, es un elefante o un caballo. Nosotros tendríamos que ser como ese mago al que se le aparecen las cosas como existiendo por su propio lado, pero sabe que no es así. Hay la apariencia de un caballo, pero saben que no es real.

Un sueño es un buen ejemplo porque todos conocemos sobre los sueños. En los sueños todas esas apariencias están creadas por tu mente, pero en el sueño no eres consciente de ello a menos que tengas sueños lúcidos. En los sueños las cosas se aparecen y crees en ellas, por ejemplo, sueñas que encuentras a un amigo o un elefante y, cuando te despiertas por la mañana, sabes que no había ningún amigo ni ningún elefante. Cuando decimos que todo es como un sueño, nos referimos a que en el sueño sabes que estás soñando y que todo lo que se te aparece no es real porque es un sueño; es como cuando meditamos en vacuidad y piensas que todo se aparece tan real, en el sentido de existir verdaderamente por su propio lado, pero esa es una creación de mi mente que es como un sueño. El pensar que las cosas son *como* un sueño, no que *son* un sueño, sino *como* un sueño. Sí, esto es definitivamente muy útil.

Estudiante: ¿Se necesita la purificación para comprender la vacuidad?

Ven. Steve: Manjushri se lo dijo muy claro a Lama Tsong Khapa. Por supuesto necesitas la meditación que debe de estar precedida por el escuchar, la contemplación, el estudio y la reflexión. La meditación solo puede tener sentido cuando está basada en ese conocimiento que has obtenido de escuchar y estudiar las enseñanzas. Esto es muy importante, pero por sí mismo no es suficiente. Tienes que purificar mucho. Purificar, purificar y purificar además de acumular méritos. Lo principal es la purificación porque al purificar es más fácil crear méritos, siempre se enfatiza esto.

Lama Zopa Rimpoché suele citar a Gen. Jampa Wangdu, el cual era un gran meditador y falleció en la época en que Lama Yeshe se fue. Lama Zopa Rimpoché una vez le preguntó qué era más importante, purificar o acumular méritos, a lo que Gen. Jampa Wangdu respondió que lo principal era purificar. Los tres aspectos son purificar, acumular méritos y hacer peticiones sinceras al gurú que es inseparable de la deidad y esto es especialmente importante para desarrollar la sabiduría. También es muy importante recitar el mantra, hacer ofrecimientos y peticiones a Manjushri sabiendo que es inseparable de tu propio gurú. Esto es importante para desarrollar sabiduría: purificar y acumular méritos. La meditación sería como la semilla. Cuando tú quieres una planta, necesitas una semilla que sería la meditación en sí y para que esa semilla crezca necesitas eliminar las condiciones que están bloqueando que esa semilla crezca, además de darle todas las condiciones para que lo pueda hacer y esto sería el purificar, acumular méritos y hacer peticiones. Cuando se trata de una planta, no tenemos que hacer peticiones (*risas*), simplemente pones la semilla, la nutres y facilitas las condiciones adecuadas de humedad, abono, etc., para que crezca. En relación con la meditación, sí hace falta, además, hacer peticiones.

Estudiante: ¿Puede poner un ejemplo de algo que exista a nivel último tal y como aparece? ¿Hay algo que exista así? Gracias.

Ven. Steve: Nada existe a nivel último. Si algo existiera a nivel último significaría que existe desde su propio lado. Todo lo que existe es a nivel convencional. Hay verdades últimas como, por ejemplo, la vacuidad que es una verdad última, pero incluso la vacuidad no existe a nivel último por eso hablamos de la vacuidad de la vacuidad. La vacuidad en sí no existe a nivel último porque, de ser así, deberíamos poder encontrarla en las bases de imputación, cualesquiera que sean éstas.

¿Hay algo que exista tal y como se aparece? Podríamos decir que sí porque la vacuidad existe tal y como se aparece a la mente que está percibiéndola directamente. Por ejemplo, algunas personas que llegan al camino de la visión y tienen una visión directa de la realidad última; en esos momentos tienes una percepción directa de la vacuidad y no hay una apariencia de una vacuidad como existiendo verdaderamente, es decir, la vacuidad no se te aparece existiendo verdaderamente, sino que se aparece tal y como es. Por supuesto, para un ser iluminado nada se le aparece como existiendo verdaderamente, todo se le aparece tal y como es, que es el nivel último. Incluso a los bodisatvas superiores del décimo bhumi, cuando salen de su meditación, aún las cosas se les aparecen como existiendo por su propio lado, pero cuando meditan concentradamente en la vacuidad y tienen esa percepción directa, ahí sí las cosas se les aparecen tal y como existen.

Estudiante: ¿Cómo existe el espacio?

Ven. Steve: El espacio no compuesto es la mera ausencia de contacto o destrucción. Algunas personas dicen que el espacio existe en todas partes porque, si no hay espacio, no podría ver ahí mi ordenador. Por ejemplo, si movemos nuestra mano alrededor, no hay nada a lo que poder aferrarnos y a esa mera ausencia de contacto o destrucción la llamamos “espacio” y esa es la base de imputación para llamarle “espacio”.

La importancia de comprender la vacuidad

Me gustaría puntualizar algunas cosas. No he mencionado por qué es tan importante comprender la vacuidad. Para comprender lo importante que es comprenderla, es como lo que dice Lama Tsong Khapa en la *Alabanza al surgir dependiente* que dice: “La ignorancia”, es decir, la mente que cree que las cosas existen por su propio lado tal y como se aparecen, “es la causa raíz de todas las otras aflicciones y pensamientos perturbadores”. En otras palabras, la ignorancia es la causa raíz del karma y del sufrimiento que experimentamos y que no nos gusta. “La razón para intentar comprender la vacuidad y el surgir dependiente es porque no queremos sufrir”. ¿Por qué decimos “causa raíz del sufrimiento”? Porque al igual que en un árbol si destruyes su raíz se cae el árbol, la ignorancia es la causa raíz de toooooodas nuestras desgracias, sufrimiento e infelicidad. En este sentido podemos comprender la forma en que la ignorancia es la raíz de todo ello.

Antes es muy útil pensar en algunos versos que se citan muy a menudo de estos grandes maestros indios, a veces del sutra, a veces de los maestros tibetanos. Hay un verso en particular que suele citar Su Santidad de los *Cuatrocientos versos* de Aryadeva, no me acuerdo bien de todo el verso, pero suele decir algo así: “la ignorancia impregna o abarca todas las otras aflicciones mentales”. Así como tenemos los cinco sentidos y las cinco consciencias sensoriales, como la consciencia visual, que no se refiere al ojo físico, al globo ocular, no, es algo más sutil que eso, tenemos también el órgano auditivo para oír, tenemos el órgano del olfato que probablemente estará en alguna zona de la nariz, tenemos el órgano gustativo y luego el cuerpo. ¿Dónde está el órgano táctil? Como occidentales, a veces pensamos en cuatro sentidos, pero obviamente está el órgano del cuerpo. ¿Por qué? Porque tenemos sensaciones táctiles y a eso se refiere. El órgano del cuerpo táctil impregna todo el cuerpo, a lo largo y ancho, porque es a través del cuerpo que experimentas placer o sensaciones desagradables. El punto principal aquí es que, aunque destruyas el resto de los órganos, si destruyes el órgano táctil, los otros órganos también se destruyen y es cuando mueres. Lo mismo pasa con la ignorancia y las otras aflicciones mentales; cuando destruyes la ignorancia también destruyes el resto de las aflicciones mentales. En el caso de las otras aflicciones mentales podríamos aplicar diferentes antídotos a cada una de ellas, por ejemplo, en el caso del apego que se aferra al cuerpo, podemos meditar en la naturaleza impura del cuerpo. En el caso del odio, meditas en el amor. Hay antídotos específicos mentales para cada una de las aflicciones y estos antídotos no afectan al resto de aflicciones. Sin embargo, el antídoto a la ignorancia, es decir, cultivando la sabiduría de la vacuidad que comprende el surgir dependiente, este antídoto debilita y destruye el resto de las aflicciones mentales.

Es muy útil y un buen ejemplo el siguiente. Imagina que vas a comprar y estás buscando algo específico, quizás estás buscando un iPad muy caro y tienes cierto aferramiento porque quieres ese iPad en concreto... No sé si es buen ejemplo. Vamos a buscar otro. Ves en la tienda una cerámica griega muy antigua, no tiene que ser antiguo, pero tiene que ser muy caro. La ves y generas un cierto aferramiento a esa cerámica y quieres que sea tuya. Imagina que alguien la coge, se le cae y se rompe en mil pedazos. ¿Cómo te sentirías? Ahora, imagina y visualiza esa cerámica que quieres comprar, la coges y la pagas, te la llevas y a quién se le cae es a ti, rompiéndose en mil pedazos. Cuando se le cayó a otro, te pudiste haber molestado, pero ahora que se te ha caído a ti y es tuya, tienes un sentimiento mucho más fuerte de yo y de mío y consecuentemente un sentimiento de más molestia y enfado. ¿Sí o no? Cuando ya es tuyo te sientes bastante peor. Es obvio ¿no? Otro ejemplo sería si compras un coche que cuesta 100.000 €, por ejemplo, un Mercedes. Vas a la tienda, lo ves y generas un cierto aferramiento, pero todavía no es tuyo. Si alguien lo conduce y tiene un accidente leve, sentirás pena, pero no es tuyo. Sin embargo, si has pagado por el Mercedes y estás yendo a casa con él y tienes un accidente y destrozas el coche; podemos darnos cuenta de que hay una conexión muy íntima entre la intensidad del pensamiento cuando no es tuyo y cuando lo es. A mayor aferramiento al yo, mayor aflicción. Hay una conexión.

Lama Zopa Rimpoché recomienda que desde al principio del día desarrollemos esa atención consciente de que no hay un yo real. Estoy seguro de que, si habéis escuchado alguna de sus enseñanzas, lo habréis

oído. Piensas “no hay un yo real” y esto es muy interesante porque una cosa que puedes descubrir es que en tanto que tu permanezcas en esa atención consciente e incluso, aunque tengas un tipo de realización y una experiencia profunda de vacuidad, si piensas que no hay un yo real, sólido e independiente, de acuerdo con tu nivel de comprensión, en tanto tú te mantienes atento a que no hay un yo real, las aflicciones mentales no pueden surgir. Es normal que, al menos, una vez al día tengas una práctica intensa que te recuerde y te mantenga consciente de que no existe ese yo. Pero según pasa el día, si no tienes esa atención consciente, se te va y puedes encontrarte en situaciones con las que te irritas con la gente y demás. Si repasas así tu día, verás que cuando las cosas comienzan a complicarse es porque has perdido esa atención consciente de que no hay un yo real, lo que te ayuda a darte cuenta de que ese yo, que es básicamente ignorancia y que es la raíz del resto de aflicciones mentales que están constantemente por ahí, ya sea un apego intenso o enfado, o lo que quiera que sea, ese yo creará huellas de karma que va a causar que suframos. Si tienes consciencia de que no hay un yo real, entonces esas emociones no pueden surgir o, si lo hacen, son menos numerosas y quizás menos intensas y, por lo tanto, crearán menos sufrimiento. Se puede llegar a este punto. Puede funcionar.

Conclusión

Vamos a ir acabando. El verso de Nagarjuna con el que comencé es muy útil y bueno volver a él. Nos dice... *(risas porque hay un pajarito que hace ruidos)* “Cualquier cosa que surja en dependencia es solo vacío”. Nagarjuna reconoce que, si pensamos que algo está vacío, entonces pensamos que no existe, por eso nos dice “eso es imputado dependientemente”. No es que no exista en absoluto, existe por la fuerza de la imputación y existe convencionalmente. Pero ¿cómo existe? Existe por la fuerza de la imputación. Este es el camino medio y en este camino evitamos los dos extremos; uno de ellos es el pensar que las cosas existen tal y como se nos aparecen por su propio lado y el otro, es que no existen en absoluto, este es el extremo nihilista. El verso de Nagarjuna dice: “Aquello que tiene un origen interdependiente se explica como vacuidad entonces, al verse dependiente es imputado. Este es el camino medio”.

Si memorizáis este verso y lo reflexionáis, la idea es que todo es dependiente y, por lo tanto, todo es vacío. Por vacío entendemos que está vacío de existir tal y como se nos aparece. No significa que no exista en absoluto sino como mera imputación. Comprender que las cosas no existen tal y como se nos aparecen, sin embargo, existen convencionalmente como mera imputación, es el camino medio, y el Buda nos enseñó este camino cuando habló de la filosofía Madhyamika. No es que sea completamente no existente, pero tampoco existe tal y como se nos aparece desde su propio lado; existe convencionalmente como mera imputación.

¡Muchas gracias! Para ser honesto, ha sido muy agradable estar con vosotros. Desde luego, no ha sido exactamente como estar de forma presencial allá en España, en Valencia. Sé que algunos estáis en diferentes sitios de España. Es agradable poder estar de nuevo con vosotros en algún sitio en el espacio

nos hemos encontrado durante este par de días. Gueshe Lamsang me preguntaba cuándo iba a volver a España y no estoy seguro, de hecho, ¿cuándo fue la última vez que estuve ahí? Creo que fue en el 2008. La verdad es que me gustaría mucho volver allí y encontrarnos cara a cara. Incluso, aunque no ha sido así, ha sido muy agradable encontrarme con vosotros, habernos encontrado este tiempo. Creo que la última vez que hice un curso de fin de semana fue, creo, en Valencia. Lo bueno de hacer esto es que tienes que pensar y prepararlo, además de reflexionar sobre todo esto que iba a compartir con vosotros. Por lo tanto, os doy las gracias por vuestra paciencia. Gracias por vuestras preguntas, me gustaron mucho. Eso significa que habéis estado pensando profundamente en el tema y eso es importante para poder tener una cierta experiencia de todo esto.

Además de agradecerlos a todos vosotros, sé que no es fácil organizar todo esto. No he tenido que organizar el curso por mi cuenta y no puedo hablar de experiencia. Sin embargo, sé que los coordinadores espirituales que tienen que organizarlo siempre están ocupados en ello y requiere mucho trabajo. Perdón por el trabajo que os he dado en organizar este curso, en verdad os lo agradezco.

Steve Milton: Ven. Steve, muchísimas gracias en nombre del Centro y de todos los estudiantes. Nos has dado mucho alimento para pensar además de darnos luz para reflexionar en temas difíciles. Te lo agradecemos mucho.

Ven. Steve: Has dicho que ha sido comida para el pensamiento, espero que sea digerible (*risas*). Digerible y sabrosa. Muchas gracias también a Ven. Paloma Alba por la traducción.

Dedicación de méritos

Dedicamos toda la energía positiva que hemos generado entre todos nosotros durante este fin de semana y todos los méritos de virtud creados por nosotros y todos los seres en el pasado, los que creamos en el presente y los que crearemos en el futuro, dedicamos todo ello pensando en lo maravilloso que sería el poder dedicar todo esto, como dice en el libro de oraciones, para que todas las oraciones de los maestros y sus proyectos tengan éxito. Que todos los seres puedan verse libres de sufrimiento para siempre además de poder encontrar una felicidad perfecta y la completa iluminación.

Dedicación para llevar a los seres al estado iluminado

GE WA DI YI ÑUR DU DAG

Que por los méritos de estas acciones virtuosas

LA MA SANG GYÄ DRUB GYUR NÄ

alcance rápidamente el estado de un maestro-buda

DRO WA CHIG KYANG MA LÜ PA

y conduzca a todos los seres, sin excepción,

DE YI SA LA GÖ PAR SHOG

a ese estado iluminado.

Dedicación para hacer realidad la bodichita

JANG CHHUB SEM CHHOG RIN PO CHHE
Que la suprema joya de la bodichita
MA KYE PA NAM KYE GYUR CHIG
Que no ha nacido, surja y crezca,
KYE PA NYAM PA ME PA YI
Y la que no ha nacido, no disminuya
GONG NÄ GONG DU PHEL WAR SHOG
Sino que aumente más y más.

Dedicación para que se cumplan los deseos de Su Santidad

JIG TEN KHAM DIR PHÄN DE MA LÜ PA
Eres la joya que concede todos los deseos,
GANG LÄ JUNG WÄI SAM PHEL YI ZHIN NOR
Fuente de todo beneficio y felicidad en este mundo,
KA DRIN TSHUNG ME TÄN DZIN GYA TSHO LA
Al incomparable y bondadoso Tenzin Gyatso, te suplico:
SÖL WA DEB SO THUG ZHE LHÜN DRUB SHOG
Puedan todos tus santos deseos cumplirse espontáneamente.

Dedicación para la larga vida de Lama Zopa Rimpoché

THUB TSHÜL CHHANG ZHING JAM GÖN GYÄL WÄI TÄN
Posees la ética del Sabio y sostienes la doctrina del Victorioso Manjushri,
DZIN KYONG PEL WÄ KÜN ZÖ DOG POR DZÄ
Protegiéndola y extendiéndola actúas soportándolo todo con firmeza;
CHHOG SUM KUR WÄI LEG MÖN THU DRUB PA
Realizas con maestría oraciones magníficas que honran a las Tres Joyas:
DAG SOG DÜL JÄI GÖN DU ZHAB TÄN SHOG
Eres mi protector y el de los demás discípulos. Ruego que tengas una larga vida.

Recordad que la persona que dedica, ese yo que percibimos existiendo independientemente, es una completa alucinación que no existe. De igual manera, los méritos que dedicamos y hacia el objetivo que dedicamos, tampoco existen. Si los buscamos, no los podemos encontrar, pero aun así existen. Es completamente no existente tal y como se aparece a pesar de que existe. Con la dedicación en sí pasa lo mismo, si la buscas no la podrás encontrar.

Dedicamos por la larga vida de todos nuestros maestros y por supuesto, por la larga vida de gueshe Lamsang.