

EL CAMINO DE LA PRÁCTICA

CAPÍTULO PRIMERO

EL CAMINO DE LA PURIFICACIÓN

I

LA PURIFICACIÓN DEL ALMA

1. El hombre tiene dentro de sí las pasiones terrenales que son los orígenes de los sufrimientos y de la ilusión. Existen cinco maneras para librarse de las pasiones.

La primera es tener una idea correcta de las cosas, de su causa y de sus efectos. Es decir, saber que la causa de todos los sufrimientos son las pasiones terrenales que se encuentran dentro del alma, y que cuando se extinguen estas pasiones entra uno en un estado de tranquila placidez. Puesto que se tiene una perspectiva equivocada se piensa en el “yo”, y se ignora la ley de la causalidad, y por este error se tienen las pasiones terrenales. Por eso los hombres sufren y pierden la paz del alma.

La segunda manera de apaciguar las pasiones terrenales es el control de los deseos. Es decir, evitar con un alma pura y clara, los deseos que nacen de las sensaciones de los ojos, oídos, nariz, lengua, cuerpo y mente. Así se cortan desde la raíz el origen de las pasiones terrenales.

El Camino de la Purificación

La tercera es tener una idea correcta en cuanto al uso propio de todas las cosas. La ropa y la comida están relacionadas a las necesidades del cuerpo y no deben ser utilizadas para la comodidad y el placer. La vestimenta es necesaria para proteger el cuerpo del calor y del frío, y para cubrir las partes vergonzosas. La comida es para alimentar el cuerpo que practica el camino de la virtud. De estas ideas correctas no pueden nacer las pasiones terrenales.

La cuarta es aprender a soportarlo todo; el calor, el frío, el hambre, la sed, y también las injurias y los abusos. Soportando todas estas cosas, el fuego de las pasiones terrenales que quema el cuerpo, no volverá a arder.

La quinta es evitar los peligros, los lugares a donde no se debe ir, y alejar a los amigos con quienes no se debe tratar. De esta forma las llamas de las pasiones terrenales se extinguirán.

2. Hay cinco grupos de pasiones en el mundo. Deseos

El Camino de la Purificación

que nacen de lo que ven los ojos, de lo que oyen los oídos, de lo que huele la nariz, de lo que saborea la lengua y de lo que el tacto siente como agradable.

Muchos hombres experimentan la atracción de estas cosas placenteras, se emborrachan con ellas y no ven sus desastrosos efectos. Son atrapados en las trampas preparadas por el diablo, al igual que un ciervo que cae en las trampas del cazador. Realmente, estos cinco deseos son trampas; los hombres apresados en ellas sienten pasiones terrenales y sufren. Por ello es necesario ver los desastres de los cinco deseos y saber el camino para librarse de estas trampas.

3. La manera no es una sola. Por ejemplo, si se amarra a una serpiente, un cocodrilo, un ave, un perro, un zorro y un mono, a seis animales de diferente naturaleza, juntos con una misma cuerda, cada uno pretenderá volver a su habitat según su propia naturaleza. La serpiente a un solitario rincón, el cocodrilo al agua, el ave al cielo, el perro al poblado, el zorro al llano, el mono al bosque, y por ello se pelearán entre ellos, siendo al final llevados hacia el lado al que va el más fuerte.

Lo mismo que en este ejemplo, lo que ven los ojos, lo que oye el oído, lo que huele la nariz, lo que saborea la lengua, lo que siente el tacto, y lo que piensa la mente se pelearán entre sí, triunfando finalmente la atracción más fuerte.

Si se amarra a cada uno de estos animales por separado a una columna fuerte, todos ellos en un principio intentarán escapar y volver a sus casas, pero al final se agotarán sus fuerzas y se echarán cansados alrededor de la columna. De igual manera si uno disciplina y controla el alma no será arrastrado por los cinco deseos de los ojos, oídos, nariz, lengua, tacto. Si el alma está bajo control logrará la felicidad ahora y en el futuro.

4. Los hombres dejándose llevar por la llama de los deseos buscan la fama, pero la fama y la gloria son como el incienso que pronto se consume y desaparece. Quien no hace más que perseguir la gloria y la fama y desatiende la búsqueda del camino de la verdad se encontrará en serio peligro y el alma sufrirá remordimientos.

El hombre que persigue la fama, el dinero y el poder es como un niño que lame la miel untada en una espada. Mientras saborea corre el peligro de cortarse la lengua. El que se satisface en su codicia es como aquel que corre con una antorcha encendida en contra del viento. No puede evitar que el fuego queme sus manos y su cuerpo.

El Camino de la Purificación

No creas en tu propia alma que está llena de los tres venenos de la codicia, la ira y la ignorancia. No te dejes dominar por los deseos, controla las pasiones y no las dejes correr.

5. El que aspire a llegar a la Iluminación tiene que apagar el fuego de los deseos. Como aquel que va cargado de paja y escapa al ver el fuego, el que busca la Iluminación debe alejarse del fuego de los deseos.

El que ve colores hermosos y por temor a ser atraído por ellos quiere sacarse los ojos, se equivoca. El alma es el dueño y por eso al echar fuera el deseo del alma cesa enseguida cualquier peligro.

Es duro ir en busca del camino de la verdad, pero aún más penoso es no tener un alma que busque el camino. No hay límites en los sufrimientos de haber nacido en este mundo donde el hombre envejece, enferma y muere.

Quien va en busca del camino es como un buey que lleva una gran carga y avanza en un terreno fangoso. Aunque esté muy cansado, no mira ni a los lados hasta conseguir salir del barro para, por fin, descansar. El fango de los deseos es profundo pero, yendo en busca del cami-

no con el alma recta, el hombre pronto saldrá del barro y los sufrimientos cesarán.

6. El que busca el camino de la Iluminación debe alejar todo orgullo del alma y llenarse de la Luz de Buda. Todas las joyas y tesoros del mundo no superan el adorno de la virtud.

Para gozar de buena salud, dar la verdadera felicidad a la familia y estar en paz con todos, uno debe disciplinar y controlar el alma. Sólo así llegará a la Iluminación y conseguirá con naturalidad la sabiduría y la virtud.

Las piedras preciosas nacen de la tierra, la virtud nace del bien, y la Sabiduría del alma tranquila y pura. Para caminar a salvo por el gran laberinto de la vida, es necesario alumbrar con esta Luz de la Sabiduría e ir adornado de virtudes.

La Enseñanza de Buda que recomienda deshacerse de los tres venenos de la codicia, la ira y la necedad es una Buena Enseñanza y el que la sigue alcanza la felicidad de una buena vida.

7. El ser humano tiende a inclinarse hacia lo que piensa. Si piensa en la codicia nace en él el sentimiento de la codicia. Si piensa en la ira nace en él el sentimiento de la ira. Si piensa en hacer el daño nace en él el deseo de hacer daño.

El Camino de la Purificación

El vaquero en tiempo de la cosecha, en otoño, reúne las vacas que estaban sueltas y las pone en un corral. Hace esto para evitar que sean causas de quejas por meterse en el sembrado ajeno o que sean muertas. De la misma manera los hombres deben cerrar el alma a las malas ideas y, si las tienen dentro, destruirlas. Hay que cultivar un alma que no codicie, ni sienta ira, ni deseos de dañar.

El vaquero, en la primavera, cuando comienzan a brotar las plantas, suelta su ganado al campo, pero no deja de poner atención en su paradero. De la misma manera el hombre debe conocer los movimientos de su alma y la dirección que toman.

8. Cuando, por primera vez, Buda fue a la ciudad de Kausambi, un hombre resentido, sobornó a los maleantes de la ciudad para hacerles hablar mal de Él. Cuando los discípulos de Buda entraron en la ciudad no pudieron recibir ni una limosna, y en cambio les llenaron de injurias.

Ananda le dijo a Buda: “Será mejor que nos marchemos de esta ciudad; seguramente habrá otras ciudades mejores”. Buda le contestó: “Ananda, si en la siguiente ciudad es igual que aquí, ¿qué harás?” “Gran

Buda, nos iremos a otra ciudad”.

”Ananda, si seguimos así no habrá fin. Yo pienso que es mejor soportar con paciencia y en silencio todas las injurias y cuando se terminen, nos iremos a otra ciudad. Querido Ananda, Buda no se altera por estas ocho cosas: la ganancia, la pérdida, el orgullo, el desprecio, la alabanza, la injuria, el sufrimiento y la alegría. Estas injurias se terminarán en siete días.”

II

LOS ACTOS BUENOS

1. El que busca el camino de la Iluminación, tiene siempre que esforzarse en purificar el cuerpo, la lengua y la mente. Purificar la conducta del cuerpo significa no matar a ningún ser viviente, no robar y no adúlterar. Purificar la conducta de la lengua significa no mentir, no hablar mal, no engañar y no hablar en vano. Purificar la conducta de la mente significa no codiciar, no sentir ira y no pensar mal.

Cuando el alma se enturbia, la conducta se vuelve impura y cuando la conducta es impura, no hay manera de evitar el sufrimiento. Por ello, para ir por el camino lo primordial es purificar el alma y actuar con pureza.

El Camino de la Purificación

2. Había una vez una viuda rica. Tenía muy buena fama porque era amable, delicada y humilde. Ella tenía una sirvienta muy inteligente y trabajadora.

Un día la sirvienta pensó: “Mi ama es una persona de muy buena fama, pero no sé si ella es buena de naturaleza o es que las circunstancias la hacen ser así. Voy a probarla.”

Una mañana, la sirvienta se quedó en cama hasta tarde, y por fin, al medio día, apareció ante la ama. Ésta, muy disgustada, le regañó diciendo: “¿Por qué te levantas tan tarde?” “El que yo me haya levantado tarde un día o dos días no es motivo para que Ud. se enoje de esa forma,” le replicó. El ama se encolerizó sobremanera.

A la mañana siguiente la sirvienta volvió a levantarse tarde. El ama no pudo controlarse y le propinó un porrazo en la cabeza. El incidente se propagó por la ciudad y la viuda rica perdió su buena fama de antes.

3. Todos son como esta ama. Cuando las circunstancias son favorables todos pueden ser amables, humildes y magnánimos. El problema está en ver si uno puede seguir así en situaciones adversas.

Cuando escuchamos algo que nos desagrada, cuando otra persona se acerca a nosotros con visible enemistad, cuando no tenemos lo suficiente para vestir, comer y vivir, ¿podremos tener un alma pura y actuar correctamente?

No se puede calificar de bueno al que tiene un alma pura y actúa de acuerdo al bien, cuando las circunstancias le son favorables. Sólo se le puede llamar bueno, puro y humilde al que ha recibido la Enseñanza de Buda, y, esforzándose de practicarlas, ha pulido su alma y su cuerpo.

4. Existen cinco pares de palabras que son: palabras apropiadas a las circunstancias y palabras inadecuadas, palabras que transmiten la verdad y mentirosas, palabras suaves y duras, palabras beneficiosas y venenosas, palabras amables y de odio.

Cuando hablamos tenemos que elegir cuidadosamente nuestras palabras porque quien nos escucha será influenciado en bien o en mal. Si nuestra alma está llena de simpatía y de compasión, no saldrán palabras malas. No debemos permitir que de nuestra boca salgan palabras duras. Llenamos el alma de amor para que no haya cabida para la ira y el odio.

Supongamos que haya un hombre que, con pala y

El Camino de la Purificación

pico, quiera separar de la tierra toda la escoria que contiene. Empieza a trabajar con perseverancia, echando fuera la escoria que encuentra, pero su tarea es imposible. Como este hombre loco, no podemos esperar a eliminar todas las palabras malas. Nosotros debemos fortificar el alma para que no se altere al oír cualquier clase de palabra.

Así como es inútil pretender pintar en el cielo con acuarelas, secar un gran río con el fuego de una antorcha, sacar ruidos ásperos frotando dos pieles suaves, hay que cultivar un alma que no se altere aunque escuche cualquier clase de palabras.

El hombre tiene que cultivar un alma tan grande como la tierra, ilimitada como el cielo, profunda como un gran río y suave como la piel bien curtida.

Si tu enemigo te apresa y te tortura, que no se oscurezca tu alma porque significaría que no sigues las Enseñanzas de Buda. Aunque nos hallemos en una situación así tenemos que aprender a controlarnos, a no pronunciar

palabras de odio, ni de ira, y a rodear a esa persona con un alma llena de amor y de compasión.

5. Un hombre descubrió un hormiguero que humeaba de noche y ardía de día. Un sabio a quien se lo contó le dijo que desenvainara su espada y excavara el hormiguero, y así lo hizo. Primero apareció un candado, luego encontró unas burbujas de agua, un tenedor, una caja, una tortuga, un cuchillo de carnicero, un pedazo de carne y, al final, un dragón. El hombre le contó al sabio lo que había encontrado. Entonces él le dijo que lo tirara todo, excepto el dragón. “No disturbances al dragón,” le recomendó.

Esta es una alegoría en la que el hormiguero es el cuerpo del hombre. Lo de “humear de noche” significa alegrarse o arrepentirse en la noche de lo que se ha hecho de día. Lo de “arder de día” significa realizar con el cuerpo y la boca lo que se ha pensado de noche.

El hombre significa quien busca el camino. El sabio representa a Buda. La espada es la Sabiduría y el excavar simboliza los esfuerzos que se deben hacer.

El Camino de la Purificación

El candado representa la ignorancia; las burbujas de agua, los sufrimientos y la ira; el tenedor, la duda y la incertidumbre; la caja representa la codicia, la ira, la pereza, la veleidad, el arrepentimiento y la desilusión. La tortuga significa el alma; el cuchillo del carnicero, los cinco deseos, y el pedazo de carne, el deseo hambriento del placer. Todos ellos son venenos para el cuerpo y por eso ordena Buda que sean tirados.

El dragón es el alma libre de los deseos terrenales. Si excavamos hacia el fondo de nosotros mismos encontraremos a este dragón. Las palabras; “Déjalo solo y no disturbes al drágón,” significan librar el alma de las pasiones terrenales.

6. Pindola, uno de los discípulos de Buda, después de alcanzar la Iluminación, regresó a Kausambi, su tierra natal, para devolver los favores recibidos. Preparó el terreno para sembrar las semillas de Buda.

En las afueras de la ciudad de Kausambi había un pequeño parque llamado el bosque de Udaka, y una hilera sin fin de palmeras. El gran río Ganges enviaba, desde sus aguas, una fresca brisa.

Un día caluroso de verano, Pindola se encontraba sentado en meditación a la sombra fresca de unos árboles. El mismo día, el rey Urdana entró en el parque con sus esposas, pero cansado de la música y de los juegos se echó a dormir bajo unos árboles.

Las esposas, mientras el rey dormía, se pusieron a pasear por el parque y encontraron a Pindola en meditación. Emocionadas al verlo en tan profunda concentración sintieron ansias de buscar el camino de la verdad, le pidieron que les predicara, y comenzaron a escuchar su sermón.

Mientras tanto el rey despertó, y al no ver a sus esposas tuvo malas sospechas y las fue a buscar. Las encontró rodeando a este hombre y escuchando las Enseñanzas. El rey, que tenía el alma impura por la lujuria, sintió que las llamas de los celos le quemaban e insultó a Pindola diciendo: “Es imperdonable que tú, un hombre que predica el bien, te entretengas rodeado de mujeres en conversaciones vanas.” Pindola cerró los ojos con tranquilidad y guardó silencio.

El rey, loco de furor, desenvainó su espada y la acercó amenazante a la cara de Pindola, pero éste no abrió la boca y permaneció como una roca sin moverse. Fuera de sí, el rey destrozó un hormiguero y desparramó las hormigas en torno a él, pero aun así Pindola se mantuvo firmemente sentado.

El Camino de la Purificación

Llegado a tal extremo el rey sintió vergüenza de su feroz conducta y le suplicó que le perdonase. Desde ese momento, las Enseñanzas de Buda fueron aceptadas en la familia real y pudieron extenderse por toda la nación.

7. Varios días después, el rey Unada visitó a Pindola en el bosque donde vivía y le pidió que le aclarase una duda que tenía. “Honrado maestro, ¿por qué los discípulos de Buda, siendo jóvenes, pueden conservar puro su cuerpo y su alma, sin ser tentados por la lujuria?”

“Gran rey, Buda nos ha enseñando a respetar a todas las mujeres. El nos ha enseñando que miremos a las mujeres mayores como si fueran nuestra madre, a las de nuestra misma edad, como si fueran nuestras hermanas, y a las menores como si fueran nuestras hijas. Gracias a esta enseñanza, los discípulos de Buda, aunque jóvenes, pueden mantenerse puros de alma y de cuerpo”.

“Honrado maestro, sin embargo, el hombre puede tener pensamientos impuros aun hacia mujeres de edad de nuestra madre, hermana, o hija. ¿Cómo pueden los discípulos de Buda controlar estos pensamientos?”

“Gran rey, Buda nos ha enseñando que el cuerpo del hombre segrega toda clase de impurezas, como es la sangre, el pus, el sudor, la grasa, etc. Pensando de esta forma,

aunque somos jóvenes, podemos conservar puras nuestras almas.”

“Honrado maestro”, insirió todavía el rey, “tal vez esto es sencillo para los discípulos de Buda que han entrenado el alma y el cuerpo y descubierto la Sabiduría, pero para los que no han hecho estos entrenamientos tiene que resultar difícil, y también para un discípulo de Buda, si es un novato. Tratarán de mirar lo que es repugnante, pero sus ojos se fijarán en las figuras bellas. Tratarán de ver la fealdad pero serán tentados por las formas hermosas. Tiene que haber alguna otra razón para que los discípulos de Buda puedan tener una conducta pura.”

“Gran rey,” replicó Pindola, “Buda nos enseña que guardemos las cinco puertas de los cinco sentidos. Cuando vemos hermosas figuras y colores con nuestra vista, cuando escuchamos sonidos agradables con nuestros oídos, cuando olemos la fragancia con nuestro olfato, cuando saboreamos algo dulce con nuestro gusto y cuando tocamos algo con nuestro tacto, no nos dejamos atraer por las cosas agradables ni tampoco deseamos lo desagradable. De esta forma guardamos las cinco puertas de los cinco sentidos. Con esta enseñanza, aun los jóvenes, pueden mantener puros el alma y el cuerpo.”

“Honrado maestro, las Enseñanzas de Buda son verdaderamente maravillosas; lo puedo afirmar por mi propia

El Camino de la Purificación

experiencia. Si nos enfrentamos a algo sin cerrar las puertas de los cinco sentidos, enseguida las ideas impuras se apoderan de nosotros. El guardar las puertas de los cinco sentidos es muy importante para conservar puras nuestras conductas.”

8. Siempre que una persona exprese los pensamientos de su alma en acción, se produce una reacción. Si alguien te insulta, sientes la tentación de responderle de la misma forma para vengarte. Uno debe cuidarse de esta reacción natural del hombre. Es como escupir hacia el cielo o barrer el polvo en contra del viento. Esto no es limpiar el polvo, es ensuciarse. Al deseo de la venganza siempre acompañan las desdichas.

9. Es bueno matar el egoísmo del alma y ayudar al prójimo con limosnas. Aún mejor es conservar el ideal y respetar el Noble Camino.

Es menester echar fuera el alma egoísta y hacer esfuerzos para ayudar al prójimo. Un acto que hace feliz a otro, inspira a quien lo recibe a hacer felices a otros.

Por ejemplo, aunque millones de personas se lleven el fuego de una hoguera, la hoguera permanece igual que antes. La felicidad, por mucho que se reparta, nunca se agota.

El Camino de la Purificación

El que practica el Camino, debe dar cada paso con mucha calma. Por muy alto que sea la aspiración si los pasos flaquean es imposible elevar la aspiración. No hay que olvidar que los pasos del Camino hay que darlos en la rutina de cada día.

10. Hay veinte cosas difíciles de realizar en este mundo.
 - 1) Es difícil para un hombre pobre ser generoso.
 - 2) Es difícil para el hombre orgulloso aprender el Camino hacia la Iluminación.
 - 3) Es difícil la búsqueda del Camino a costa del sacrificio del egoísmo.
 - 4) Es difícil nacer en el Reino de Buda.
 - 5) Es difícil escuchar las Enseñanzas de Buda.
 - 6) Es difícil mantener pura el alma de los instintos del cuerpo.
 - 7) Es difícil no desear cosas hermosas y agradables.
 - 8) Es difícil para el hombre poderoso no usar el poder.
 - 9) Es difícil no enfurecerse al ser insultado.
 - 10) Es difícil permanecer puro cuando se es tentado.
 - 11) Es difícil estudiar amplia y profundamente.
 - 12) Es difícil no menospreciar a los principiantes.
 - 13) Es difícil alejar el orgullo.
 - 14) Es difícil encontrar un buen amigo.
 - 15) Es difícil seguir la doctrina y alcanzar la Iluminación.
 - 16) Es difícil no ser perturbado por las circunstancias externas.

El Camino de la Purificación

- 17) Es difícil predicar conociendo la naturaleza del hombre.
- 18) Es difícil mantener en paz el alma.
- 19) Es difícil no argüir sobre el bien y el mal.
- 20) Es difícil encontrar y aprender un buen método.

11. Las características de un hombre bueno y de un hombre malo son diferentes. El hombre malo no reconoce el pecado, no cesa de hacerlo y no le gusta que se lo digan. El hombre bueno sabe lo que es bueno y lo que es malo, deja enseguida de hacer el mal y agradece al que le dice que es malo.

En esto se diferencian radicalmente el hombre bueno y el malo. El malo nunca puede agradecer los favores ajenos. En cambio el sabio trata siempre de expresar su aprecio y su gratitud por algún favor recibido, no sólo a su bienhechor sino también al mundo entero.

III

LAS ENSEÑANZAS DE LAS ANTIGUAS FÁBULAS

1. Había una vez un reino llamado Kirro, donde se tenía la extraña costumbre de abandonar a las personas de edad avanzada en lejanas e inaccesibles montañas.

Un buen ministro del rey encontró que era demasiado

difícil cumplir esta ley. Hizo un profundo agujero en la tierra y construyó en él una casa en donde escondió a su padre, lejos de la vista de los vigilantes.

Un día, apareció un dios ante el rey y le empezó a hacer preguntas, amenazándole con destruir el reino si no contestaba satisfactoriamente. Mostró dos serpientes y preguntó: “¿cuál es la hembra y cuál es el macho?”

Ni el rey ni ninguno del reino podía contestar a esta difícil pregunta. El rey ofreció un gran premio al que pudiera distinguir entre la hembra y el macho.

El ministro regresó a su casa y le preguntó a su padre. “Eso es muy fácil”, le dijo, “coloca esas dos serpientes sobre una tela suave y fíjate bien: la que se mueve mucho es el macho, y la que no se mueve mucho es la hembra.” El ministro llevó la respuesta al rey y pudieron resolver el problema.

El dios empezó a hacer preguntas cada vez más difíciles. El rey ni los de la corte podían resolverlas; sólo este ministro que preguntaba a escondidas a su padre siempre podía, dar la respuesta.

El Camino de la Purificación

Las preguntas y respuestas eran las siguientes: ¿Quién es aquel que estando dormido le dicen despierto y estando despierto le dicen dormido? Es el hombre que busca el camino de la Iluminación. Le dicen despierto comparado con el que no conoce todavía el Camino, pero, comparado con el que ha alcanzado la Iluminación, le dicen dormido.

¿Cómo se puede pesar a un elefante? Se carga al elefante en una barca y se mira hasta donde se ha sumergido el agua. Luego se cargan piedras y se pesan.

¿Por qué decimos que una taza de agua puede tener más agua que un océano? Si damos una taza de agua con un alma pura a los enfermos o a los padres y ancianos, adquirimos un mérito eterno. En cambio, por muy grande que sea el océano, el agua que hay en él puede terminar algún día.

El dios hizo salir a un hombre escuálido y hambriento que preguntó: “¿Hay alguien que sufra más hambre que yo en este mundo?” “Sí que lo hay. Es aquel que no cree en los tres tesoros de Buda, del Dharma y de los sacerdotes, porque tiene un alma pobre y seca, y no ruega a los budas por sus padres y maestros. No sólo está más hambriento en este mundo, sino él caerá en el mundo de los demonios

hambrientos donde sufrirá el hambre para siempre.

“Aquí hay una tabla cuadrada del árbol Candana. ¿Cuál de los dos extremos es el lado de la raíz?” “Se puede saber haciendo flotar en el agua. El lado que se hunde más es el de la raíz.”

“Aquí hay dos caballos de la misma figura. ¿Cómo puedes saber cuál es la madre y cuál el hijo?” “Dale un poco de heno y la yegua madre empujará el heno hacia el hijo.”

Todas las respuestas a estas preguntas difíciles satisficieron al dios y al rey. El rey al saber que esta sabiduría provenía del anciano padre del ministro, escondido bajo la tierra, abolió la ley del abandono de ancianos y ordenó tratarlos con respeto y amabilidad.

2. La reina Videha de la India soñó una noche con un elefante blanco de seis colmillos. La reina deseó ardientemente el marfil de ese colmillo y se lo pidió al rey. El rey, que amaba a la reina con todo su corazón, no pudo negarse a este capricho y pregonó por todo el reino que daría una buena recompensa al hombre que supiera el paradero de este elefante.

El Camino de la Purificación

Un cazador había sido salvado, en las montañas del Himalaya, por un elefante de las mismas características que practicaba el Camino Noble de Buda. Éste, al volver a su tierra, oyó el pregón del rey. Cegado por la gran recompensa, se olvidó que le debía la vida y se dirigió al Himalaya para matar al elefante de los seis colmillos.

Este cazador, como sabía que el elefante hacía prácticas para llegar a ser Buda, se disfrazó de monje para conquistar su confianza. Asegurándose que éste no recelaba, tensó su arco y lo hirió con una flecha venenosa.

Al verse herido, el elefante sintió que su muerte se acercaba. No le reprochó al cazador lo que había hecho, más bien sintió compasión de que no hubiese podido reprimir las pasiones terrenales, y ocultándolo entre las piernas lo protegió de los elefantes que pedían venganza. Luego le preguntó el por qué de tan atrevida faena, y al saber que era para obtener los colmillos, se golpeó él mismo contra un árbol grande y se los ofreció. El elefante le hizo esta promesa: “Con esta limosna he completado mis prácticas y renaceré en el Reino de Buda. Cuando me convierta en Buda, te ayudaré a arrancar de tu alma las tres flechas de la codicia, la ira y la ignorancia.”

3. En un bosque de bambú en las faldas del Himalaya vivía un loro con otros muchos pájaros y animales. Un día, de repente, empezó a soplar un viento fuerte que originó un incendio a raíz del fuego encendido por la fricción de dos bambúes. El viento fue agrandando el fuego y las aves y los animales lloraban y gritaban en gran confusión en busca de escape. El loro, por una parte en agradecimiento al bosque de bambú que le había dado casa por largo tiempo, y por otra parte, sintiendo compasión por la desgracia, de tantas aves y animales decidió hacer lo posible por salvarlos. Fue a un estanque vecino, se mojó las alas y, volando sobre el fuego, hizo caer gotas de agua. Repitió esto con diligencia pensando sólo en la gratitud hacia el bosque de bambú y en la compasión que sentía hacia los desesperados.

Este espíritu de compasión y de sacrificio conmovieron a los dioses del cielo. Uno de ellos bajó para decirle: “Tu alma es noble, pero cómo podrás apagar un fuego tan grande con las gotas de agua de tus alas?” A lo que el loro le contestó: “Si pretendiera apagar sólo con el agua, de seguro, no podría; pero lo hago con este sentimiento de agradecimiento y compasión. Debe ser posible. Yo seguiré trayendo agua una y otra vez, y lo seguiré haciendo también en mi próxima vida. El dios se sintió emocionado por el espíritu del loro y le ayudó a apagar el fuego.

4. Un a vez vivía en el Himalaya un ave de dos cabezas.

El Camino de la Purificación

Un día una de las cabezas vió que la otra comía una fruta deliciosa, Por envidia se comió una fruta venenosa para envenenarla y el pájaro murió.

5. Una vez la cabeza y la cola de una serpiente se pelearon por salir adelante. la cola le dijo: “Tú siempre estás a la cabeza y no es justo. De vez en cuando debes ponerme adelante.” La cabeza le contestó: “El que yo esté siempre adelante es ley de la vida. No te puedo dejar que salgas al frente.”

Siguieron discutiendo, pero como de todas formas la cabeza seguía adelante, la cola se enojó y se enroscó en una rama, no permitiendo que la cabeza avanzara. Cuando la cabeza se cansó de esta pelea, la cola pudo hacer lo que quería y resultó que la serpiente se cayó en un agujero donde había fuego y se murió quemada. Todas las cosas tienen su orden y tienen su propia función; si se altera el orden se inutiliza la función y se llega a la destrucción.

6. Había un hombre muy impaciente y pendenciero. Dos hombres hablaban acerca de él frente a su casa. Uno de ellos dijo: “Es un hombre muy bueno, pero es una pena que sea tan impaciente y pendenciero.” Al oírlo, el hombre salió enseguida de su casa, se abalanzó sobre ellos, y a puntapiés y a puñetazos los dejó heridos.

Un hombre sabio, cuando le hacen una advertencia, reflexiona sobre ella y mejora su conducta; en cambio, el imbécil, en vez de corregirse, vuelve a repetir la falta.

7. Un hombre rico pero imbécil, vio una hermosa casa de tres pisos que se elevaba al cielo y tuvo envidia. Pensando que, como él también era rico podría tener una casa igual, pidió al carpintero que la construyera. El carpintero empezó por los cimientos para seguir construyendo hasta el tercer piso. El hombre rico se dio cuenta de lo que hacía el carpintero y le gritó irritado: “Lo que yo quiero es el tercer piso, no el cimiento ni el primer piso. Construye rápido el tercer piso.”

El hombre tonto no piensa más que en los buenos resultados sin considerar los esfuerzos necesarios para ello. Pero, así como no puede haber un tercer piso sin cimientos, no puede haber buenos resultados sin su debido esfuerzo.

8. Un hombre que cocía miel, recibió la visita de un amigo y pensó en convidarle. Empezó a abanicar la cacerola para enfriarla dejándola sobre el fuego. Por más que uno abanique no puede enfriar la miel si no se retira del fuego la cacerola. De la misma forma, si no se apaga

El Camino de la Purificación

el fuego de las pasiones terrenales es imposible pretender tomar la fresca miel de la Iluminación.

9. Dos demonios se peleaban entre sí por una caja, un bastón y un par de zapatos. Ya caía la tarde y los dos seguían discutiendo. Un hombre que vio esto les preguntó por qué peleaban de esa forma, y qué poderes mágicos tenían esos objetos que les hacía pelear tanto por su posesión. Los dos demonios contestaron a la par: “De esta caja se pueden sacar todas las cosas que uno desea, comida, ropa, joyas, etc. Con este bastón se puede derribar a cualquier enemigo, y con estos zapatos se puede volar por el aire.”

El hombre les dijo: “¿Por una cosa tan simple os estáis peleando? Manténganse unos minutos alejados que yo les repartiré equitativamente.” Alejó de esta manera a los dos demonios, se puso los zapatos y con la caja y el bastón en la mano, se perdió entre las nubes.

Los demonios representan a dos incrédulos. La caja significa la limosna. Ellos no saben que de la limosna se originan todos los tesoros. El bastón es la concentración del alma. Ellos no saben que con la concentración del alma se puede vencer al demonio de las pasiones terrenales. Los zapatos representan las “Paramitas”, los puros

ideales de pensamiento y de conducta que los conducirá por encima de todos los deseos y discusiones. Por no saber estas cosas, se pelean eternamente por la posesión de bienes materiales.

10. Un hombre que viajaba solo llegó ante una casa solitaria. Como había oscurecido ya, decidió pasar la noche allí. A la media noche, apareció un demonio cargado con un cadáver y lo puso en el suelo. A los pocos minutos vino tras de él otro demonio que comenzó a decir que el cadáver le pertenecía. El primer demonio se encolerizó y se pusieron a pelear furiosamente.

Entonces el primer demonio le dijo al otro: “De nada sirve que nos peleemos así. Mejor es traer un testigo y decidir quién es el dueño.” Como el segundo demonio no objetara nada, el primero hizo salir al viajero que desde hacía rato temblaba de miedo en un rincón del cuarto. “Tú di, cuál de los dos trajo el cadáver?” El pobre hombre ya no tenía salvación. Sabía muy bien que si hablaba a favor de uno sería muerto por el otro, y viendo que no había más remedio decidió hablar tal como había visto.

Como se esperaba, uno de los demonios, enfurecido, le arrancó un brazo. El otro demonio al verlo, arrancó un brazo al muerto y se lo puso. El demonio cada vez más

El Camino de la Purificación

bravo, le quitó el otro brazo, las piernas, y así sucesivamente, mientras que el otro demonio iba reemplazándolos con los del cadáver. Ya cansados de pelear los dos demonios se pusieron a comer los miembros caídos en el suelo, y se fueron satisfechos limpiándose la boca.

El pobre hombre pasó una noche de espanto en la casa desierta. Al despuntar la mañana, salió como un desesperado de esa casa. La cabeza, el cuerpo, y los miembros que recibiera de sus padres al nacer habían sido cambiados completamente por los de un cadáver. No sabía él mismo si era el mismo hombre de antes. Divisó un templo en el camino y con gran alivio, entró a contar a los monjes la extraña experiencia de la noche anterior. Ellos le explicaron que si lograba comprender el problema de la no-existencia del yo, volvería a ser el mismo. La gente pudo captar en este relato el significado de la no-conciencia del yo, y se sintieron emocionados.

11. Un vez una hermosa mujer muy bien vestida se presentó en una casa. El dueño de la casa preguntó quién era. “Yo soy la diosa de la riqueza.” respondió la mujer. El dueño la hizo pasar y la trató como mejor pudo.

Poco después una mujer fea y mal vestida tocó la puerta. El dueño le preguntó quién era. Ella le contestó que era la diosa de la pobreza. El hombre asustado trató de echarla. Entonces la mujer le advirtió: “Lo que tú vas a hacer es una necesidad. La mujer que entró antes en tu casa es mi hermana. Nosotras nunca nos separamos, así es que si tú me echas mi hermana también desaparecerá.”

Y tal como lo dijo, cuando ella se fue, la hermosa figura de su hermana también había desaparecido.

Donde hay vida, hay muerte; donde hay dicha, hay desdicha; donde hay bien, hay mal. Todos tienen que saber esto. El necio busca sólo la felicidad y teme la infelicidad. El que busca el Camino debe superar estas dos cosas y no sentir apego por ninguna de ellas.

12. Había una vez un pintor pobre que salió de su tierra en busca de fortuna dejando a su esposa. A los tres años consiguió con mucho esfuerzo 300 piezas de oro y decidió regresar a su tierra. En el camino de vuelta, cuando pasaba por un gran templo, vió que se llevaba a cabo en él una gran ceremonia. Se sintió muy emocionado y se dijo: “Yo nunca he sembrado la semilla de la felicidad. Y ahora que me encuentro ante esta oportunidad cómo podré dejarla

El Camino de la Purificación

pasar?” Donó las 300 piezas de oro que tenía sin ninguna pena y regresó a su casa.

La esposa al verlo regresar sin nada le reprochó y le pidió explicación. El pintor pobre le replicó que todo el dinero que había ganado lo había puesto en un lugar seguro. Ella insistió en que le dijera dónde lo había escondido. El tuvo que confesar que lo había donado a los monjes de cierto templo.

Esto hizo enfurecer a la mujer que lo denunció al juez. El pintor respondió ante el juez: “Yo no he malgastado el dinero logrado con mi noble esfuerzo. Hasta ahora yo había vivido sin sembrar la semilla de la felicidad, pero cuando ví la gran ceremonia de aquel templo comprendí que se me había presentado la oportunidad, y doné todo el dinero extinguiendo el apego a lo material que había en mi alma. He comprendido que la verdadera riqueza no son los tesoros, sino el alma misma.”

El juez alabó el espíritu del pintor y la gente demostró su aprobación ayudándole de varias formas. Así el pintor y su esposa vivieron felices y con fortuna.

13. Había un hombre que vivía cerca de un cementerio. Una noche escuchó voces que le llamaban desde el cementerio. El hombre pasó la noche temblando de miedo. A la mañana siguiente contó a sus amigos lo que le pasó, y uno de ellos, de gran valor, decidió descubrir al dueño de la voz si volvía a llamar.

Esa noche también, como la anterior, volvió a llamar la voz. El hombre a quién llamaba no cesaba de temblar, pero el valiente entró en el cementerio a buscar la tumba de donde salía la voz. Al descubrirlo le preguntó quién era. Una voz desde la tierra le contestó; “Yo soy un tesoro escondido dentro de la tierra. Yo pensé darme al hombre a quien llamaba, pero es muy cobarde y no viene. Tú eres valiente y mereces que yo me dé a ti. Mañana por la mañana iré con siete acompañantes a tu casa.”

“Entonces, ¿de qué forma debo recibirte?” le preguntó el hombre valiente. “Nosotros iremos vestidos de monjes. Purifica tu cuerpo y tu habitación, prepara agua y un poco de sopa de arroz en ocho tazas para recibirnos.” “Después de la comida condúcenos uno por uno a una habitación cerrada y allí nos convertiremos en jarras de oro.”

A la mañana siguiente, el hombre purificó su cuerpo, la casa, y esperó. Así como se lo había dicho, aparecieron

El Camino de la Purificación

ocho monjes a pedir un poco de alimento. Los hizo pasar y después de terminada la humilde comida los llevó a una habitación cerrada, en donde los ocho monjes se convirtieron en jarras llenas de oro.

Un hombre codicioso que oyó hablar de ello, deseó para sí otras ocho jarras de oro. Invitó a ocho monjes a una habitación purificada y les dio de comer. Cuando terminaron los encerró en una habitación. Los ocho monjes, que por supuesto no se convirtieron en jarras de oro, se enojaron y lo denunciaron al juez. El hombre codicioso fue apresado.

El hombre cobarde que oyó primero la voz, cuando supo lo de las jarras, quiso hacerlas suyas diciendo que las voces lo habían llamado a él y que por derecho le pertenecían. Entró por ello en la casa de su amigo para robar las jarras. Cuando quiso cogerlas salieron serpientes de ellas y lo persiguieron.

El rey al saber del suceso, propagó el fallo de que las jarras pertenecían al hombre valiente, y le dijo: “Todas las cosas del mundo ocurren de esta manera. Los necios sólo desean los resultados, pero es imposible obtenerlos

El Camino de la Purificación

sin esfuerzo. Ellos no tienen fe ni valor para enfrentar las luchas internas del alma y lograr así la paz y la armonía verdaderas.

CAPÍTULO SEGUNDO

EL CAMINO DE LA PRÁCTICA

I

EN BUSCA DE LA VERDAD

1. ¿De qué está construido este universo? ¿Es eterno o tiene fin? ¿El universo es infinito o tiene límites? ¿Cómo está construida esta sociedad humana? ¿Cuál es la forma ideal de la sociedad humana? Si alguien pospone la búsqueda y la práctica de la Iluminación hasta que estos problemas se resuelvan, morirá antes de alcanzar al Iluminación.

Por ejemplo, supongamos que un hombre sea herido mortalmente con una flecha envenenada. Los familiares y amigos se reúnen, llaman al médico y tratan de sacar la flecha y de darle una antitoxina.

Sin embargo, el herido objeta diciendo: “Esperen un momento. Antes de sacar la flecha, quiero saber quién lanzó esta flecha: Si era un hombre o una mujer; Si era un noble o un plebeyo; si su cuerda era de fibra o de tripa; si

la flecha era de caña o de mimbre. ¿Qué clase de plumas tenía? No me saquen la flecha hasta que sepa todo eso.”

Sin lugar a dudas, antes de que se investiguen todas estas cosas el veneno circulará por todos los órganos y el herido morirá. En este caso lo que hay que hacer primero es sacar con cuidado la flecha y hacer los tratamientos necesarios para que el veneno no sea mortal.

No importa cuál sea la esencia del universo mientras no se practique lo que se debe practicar.

No importa cuál sea la forma ideal de la sociedad humana, antes tenemos que apagar el fuego de las pasiones que está amenazando el mundo.

El problema de si el universo es eterno o no, infinito o no es muy secundario mientras vejez, enfermedad, muerte, tristeza, sufrimiento, penas, caen sobre nosotros para destruirnos. Ante todo, debemos practicar el Camino para alejar estos fuegos que se nos avecinan.

Buda enseñó lo que se necesita ser enseñado, no lo innecesario. Es decir, nos enseña para que sepamos lo que

El Camino de la Práctica

tenemos que saber, para que eliminemos lo que tenemos que eliminar, practiquemos lo que se tiene que practicar y seamos iluminados en lo que se tiene que ser iluminado.

Por ello los hombres tienen que escoger primero los problemas que deben resolver. ¿Cuál es el problema principal de cada uno? Después de saberlo hay que comenzar controlando el alma.

2. Es una necesidad que un hombre entre en un bosque en busca de la pulpa de un árbol y regrese con hojas y ramas pensando que trae la pulpa. En muchos casos el hombre coge la corteza y el corcho de los árboles y piensa que ha cogido la pulpa que era su objetivo.

El hombre busca el camino para librarse del nacimiento, la vejez, la enfermedad, la muerte, la tristeza, el sufrimiento y la pena. Esto es la pulpa. Sin embargo después de haber avanzado un poco se enorgullece y se siente satisfecho. El hombre que se alaba a sí mismo y critica a los demás, es como aquel que cogiendo las hojas y las ramas piensa que consiguió la pulpa.

Los que buscan el Camino deben saber que su tarea no es fácil, ni deben esperar honor, fama, ni agradecimientos. Ellos no podrán seguir si actúan con un esfuerzo limitado, poca clarividencia y poca tranquilidad de alma.

El hombre que se satisface con poco esfuerzo y se enorgullece pensando que ha logrado lo que desea, es como aquel que coge la corteza externa del árbol y piensa que consiguió la pulpa.

El hombre que alcanza un poco la paz del alma y se enorgullece creyendo que logró la tranquilidad total es como aquel que coge la corteza interior del árbol y piensa que consiguió la pulpa.

El hombre que logra ver con un poco de claridad las cosas y se enorgullece o se alaba a sí mismo criticando a los demás, es como aquel que coge el corcho del árbol y piensa que ha conseguido la pulpa. Todos ellos que se satisfacen con un esfuerzo insuficiente, se descuidan y vuelven a sentir los sufrimientos.

Para el que busca el Camino, el respeto, la fama o la devoción no pueden ser los fines. Tampoco son objetivos, un poco de esfuerzo, un poco de tranquilidad de alma, o un poco de clarividencia.

Ante todo, el hombre debe tener, con claridad en mente, la naturaleza esencial y básica de este mundo de vida y muerte.

El Camino de la Práctica

3. El mundo en sí no tiene sustancia. Hay que buscar el camino que elimina las falsas imaginaciones del alma. Las falsas concepciones no se producen por algo externo; sino más bien son productos del alma misma. Se sufre y se pena quemándose en el fuego de los deseos del alma. El que busca el Camino tiene que saber que es el alma el que construye la casa de la inquietud, y tiene que luchar continuamente contra ella.

4. ¡Oh, alma mía! ¿Por qué te mueves incansable en este mundo sin valor y no puedes estar quieta ni un momento? ¿por qué razón me inquietas y me haces acumular cosas en vano? Así como el que quiere cultivar la tierra y no puede porque los utensilios se rompen antes de tocar la tierra, después de vagar por el océano de la vida y de la muerte y de perder muchas vidas, la madre tierra de mi alma no llegó a ser cultivada.

¡Oh, alma mía! Tú me has hecho nacer rey, y también me has hecho nacer pobre y tuve que mendigar de puerta en puerta. Una vez me has hecho nacer en el país de los dioses para emborracharme con el sueño de la gloria, pero

también me has hecho quemar con el fuego del infierno que derrite hasta el hierro.

¡Oh, necia alma mía! Tú me has llevado por muchos caminos y yo siempre te he sido obediente. Sin embargo, ahora he escuchado el Dharma de Buda. No me disturbances ni me hagas sufrir más. Te pido que me ayudes a que yo me libre de los sufrimientos y pueda alcanzar la Iluminación.

Oh, alma mía, cuando te libres de los apegos pensando en la mutabilidad de las cosas, y consigas la paz alejándote de la condicia, la ira, la necedad y el pensamiento del “yo”, alcanzarás la tranquilidad.

Cuando logres la quietud, venciendo el miedo a la muerte, a la vejez y a la enfermedad; cuando logres cortar con la espada de la Sabiduría la atadura del deseo carnal, sin ser disturbada por el daño y el provecho, por la adulación y el insulto, conseguirás la calma.

¡Oh alma mía, tú has despertado por primera vez en mí el deseo de la búsqueda del Camino! ¿Por qué quieres retroceder atraída por los palceres y glorias de este mundo?

¡Oh alma mía que no tienes forma y te alejas corriendo!, te ruego que me ayudes a cruzar este mar de las inquietudes. Hasta ahora siempre te he obedecido, pero de

El Camino de la Práctica

ahora en adelante tienes que moverte según mis órdenes. Sigamos juntos las Enseñanzas de Buda.

¡Oh alma mía!, los montes, los ríos y los mares, todo se transforma y produce pena. ¿En qué lugar del mundo encontrarás la alegría? Sigamos las Enseñanzas y crucemos con rapidez a la orilla de la Iluminación.

5. El que de verdad busca el Camino avanza siempre con una firme determinación, luchando continuamente con el alma. Su alma no se inmuta ante las burlas y los insultos. Aunque otro levante los puños y le tire piedras o le hiera con la espada, en su alma no nace el sentimiento de la ira.

El alma no debe perturbarse ni aún cuando el enemigo serruche el cuello para separar la cabeza del cuerpo. Si en esta circunstancia el alma se oscurece por los sufrimientos es señal que todavía no sigue las Enseñanzas de Buda. Lo importante es tener la firme determinación de decir: “vengan puñetazos, bastonazos, sablazos, burlas e insultos, que mi alma no se inmutará por ello, más bien se henchirá de la Enseñanza de Buda.”

Para alcanzar la Iluminación hay que tratar de lograr

lo inalcanzable, soportar lo insostenible, y donar lo imposible de donar. Si para alcanzar la Iluminación fuese menester comer solamente un grano de arroz al día, entrar en el fuego vivo, es preciso no sentir reparo en hacerlo.

Sin embargo, se debe actuar así sin ningún deseo particular, sino sólo porque es cosa sabia y recta. Del mismo modo, una madre entrega un traje a su amado hijo y lo cuida cuando está enfermo, sin pensar en sí misma, en sus esfuerzos y en sus comodidades.

6. En la remota antigüedad había un rey de nombre Zenmen, que amaba a su pueblo y lo regía con sabiduría y misericordia; por ello su reino era próspero y pacífico. Él siempre buscaba el Camino con verdadera fe, y había pregonado que daría gran remuneración al que supiera presentarle las sagradas Enseñanzas.

Su devoción y sabiduría había emocionado hasta a los dioses. Uno de ellos para probarlo, se disfrazó de demonio y se presentó a las puertas del palacio: “Yo conozco las sagradas Enseñanzas, quiero que me anunciéis al rey.”

El Camino de la Práctica

El rey al oírlo se alegró mucho. Lo recibió cortésmente y le pidió que le enseñara. Entonces el diablo sacó sus colmillos y con fiereza dijo: “estoy demasiado hambriento para enseñarte.” Y cuando quisieron servirle la comida les dijo que quería sangre y carne caliente de algún ser humano. El príncipe heredero se ofreció para satisfacer el hambre del demonio y la reina también ofreció su vida. El demonio después de comerse a los dos, no sintiéndose satisfecho le dijo al rey que quería comerle.

Entonces el rey le replicó con toda calma: “No tengo apego a mi cuerpo, pero si me comes no podré escuchar las sagradas Enseñanzas. Espera hasta terminar y luego me comerás.”

“El pesar nace de los deseos carnales, el temor nace de los deseos carnales. Para el que se libra de los deseos no existen el pesar ni los temores.” Diciendo esto el dios tomó su verdadera forma. El príncipe y la reina revivieron.

7. Hace muchísimo tiempo vivía en el Himalaya un buscador de la Verdad. Sólo buscaba la Enseñanza que le alejara de las inquietudes. Ni los tesoros del mundo, ni la gloria de los dioses le atraían.

Un dios impresionado por la conducta de este asceta, quiso probar la sinceridad de su alma y disfrazado de de-

monio se presentó en el Himalaya y cantó: “Todo se transforma, todo aparece y desaparece”.

Al escuchar este canto, la alegría del asceta fue tan grande como la del sediento que ve el agua o como la del preso puesto en libertad. Deseó escucharlo hasta el final, pues intuyó que ésa era la verdadera Enseñanza, las verdaderas palabras.

Buscó a su alrededor al dueño de la voz y vió a un temible demonio. Aunque con sospechas se acercó y le dijo: “Esa canción que acabo de escuchar, ¿la cantabais vos? Si es así, os pido que me hagáis escuchar hasta el final.

El demonio contestó: “En efecto, esa era mi canción, pero ahora me encuentro hambriento y si no como no puedo cantar.”

Suplicó el hombre: “Os lo pido. En esa canción está lo que yo busco, tiene un significado sagrado, pero sé que no termina con aquellas palabras. Os ruego que continuéis.”

El demonio siguió: “No aguanto más mi hambre. Cantaría la continuación si pudiera comer carne humana y chupar su sangre.” Al escuchar esto el buen hombre le

El Camino de la Práctica

prometió que si le cantaba la continuación cuando acabase le daría su propio cuerpo. Entonces el demonio cantó entera su canción. “Todo cambia, todo aparece y desaparece, no habrá quietud ni silencio hasta librarse de la vida y la muerte.”

El hombre grabó estas palabras en los árboles y en las rocas. Luego subió a un árbol de donde se tiró a los pies del demonio. El demonio en ese instante recobró su figura de dios y lo recibió suavemente en los brazos.

8. Había una vez un hombre llamado Sadaprarudita que buscaba el Camino. Sin prestar atención a las riquezas ni a la fama, buscaba fervorosamente el verdadero Camino. Un día una voz celestial le dijo: “Sadaprarudita, avanza hacia el Este. Avanza sin ver los lados, olvidando el calor y el frío, sin prestar atención a la fama ni al honor. Sin inmiscuirte en las cuestiones del bien y del mal. Allí encontrarás al verdadero maestro y alcanzarás la Iluminación.”

Se alegró mucho y según lo que le había dicho la voz se dirigió al Este en busca del verdadero Camino. Durmió en montes y llanos, y en tierras lejanas sufrió persecución y humillaciones. Tuvo que hacer indescriptibles esfuerzos

para conseguir un poco de alimento. Por fin dio con el gran Maestro.

Hay un dicho que dice: “Todo lo bueno cuesta”. Cuando uno quiere hacer algún bien siempre aparece un obstáculo. En el camino de la verdad de Sadaprarudita también surgieron un sin fin de impedimentos.

Trató de vender sus servicios para ganar lo necesario para ofrecer incienso a su Maestro y no hubo nadie que quisiera contratarlo. Las manos del demonio le perseguían a todas partes. El camino de la Iluminación era un largo viaje de sufrimientos que secaba su sangre y roía sus huesos.

Aunque quiso anotar las sagradas palabras de la Enseñanza no pudo conseguir tinta ni pincel. Con un cuchillo se cortó el brazo y con la sangre que brotaba fue anotando las palabras del Maestro. De esta forma recibió Sadaprarudita las preciosas palabras de la Verdad.

9. Una vez, un niño llamado Sudhana que ansiaba la Iluminación iba solo en busca del Camino. Visitaba a los pescadores que pescaban en el mar y escuchaba las descripciones de las maravillas del mar. De los médicos que curan a los enfermos aprendió que el alma debe ser misericordiosa con las personas. De un hombre rico aprendió

El Camino de la Práctica

que el ahorro de las moneditas era el secreto de su fortuna y pensó aprovechar los más pequeños progresos en el Camino de la Iluminación.

Visitando a un monje en meditación vió que su alma pura en quietud se reflejaba en su figura y tenía el poder de purificar y dar una fuerza maravillosa al alma de otros hombres. Sintió emoción al ver el espíritu benévolo de una noble dama. Un día vió a un hombre que buscaba el Camino castigando su propio cuerpo, y supo que para buscar el verdadero Camino era preciso subir a la montaña de las espadas y tirarse al fuego.

Y de esta forma Sirdhana llegó a darse cuenta de que, con sólo tener un alma preparada, todo lo que los ojos ven y todo lo que los oídos oyen son Enseñanzas.

Aprendió la paciencia de una mujer débil y pobre, y una lección de felicidad espontánea de los niños que jugaban en la calle. Viendo a una persona humilde y gentil, comprendió la clara sabiduría del alma obediente.

Aprendió la armonía en la manera en que se unían los inciensos y el agradecimiento en la forma de arreglar las flores. Vio que en el juicio del rey también existe la misericordia, y en la impureza de los no-creyentes también hay

una mano correcta que guía.

El niño no sólo recibió Enseñanza de todos los hombres a quienes vio en su viaje en busca del Camino, sino también de los murmullos de los árboles cuando entraba en el bosque, y de las voces que salían de los rincones de las montañas.

De día el brillo del sol, de noche el parpadeo de las estrellas eran para Sudhana estímulos para aprender.

El niño buscó el Camino en todas partes, escuchó voces en todas partes y vio la figura del Iluminado en todas partes.

Aprendió también que para alcanzar la Iluminación hay que guardar el castillo del alma y decorarlo de virtudes. Con humildad y respeto hay que abrir sus puertas para colocar la figura de Buda en el interior adorarle, y ofrecerle flores de fe e inciensos de alegría.

II LAS PRÁCTICAS DEL CAMINO

1. Hay tres cosas que debe aprender el que busca el camino: las leyes de conducta, la perfecta concentración del alma y sabiduría.

¿Cuáles son las leyes de conducta? Es conocer lo que uno debe guardar como hombre y como practicante del

El Camino de la Práctica

Camino, es decir: controlar el alma y el cuerpo, guardar las puertas de los cinco sentidos, temer hasta los pecados más leves, actuar bien, y esforzarse.

¿Qué es la concentración del alma? Es librarse de los deseos y de la maldad para luego conseguir, poco a poco, la tranquilidad y pureza de alma.

¿Qué es la sabiduría? Es la perfecta comprensión de las cuatro verdades; es saber qué es el sufrimiento, cuál es su origen, cuál es su fin, y cuál el camino que conduce a ello. Al que aprende estas tres ciencias se le llama discípulo de Buda.

Aunque un burro que no tiene ni forma, ni voz, ni cuernos de vaca, diga que la es y siga a la manada, nadie cree que sea una vaca. De la misma forma, es una necesidad que el que no sigue las tres ciencias: la ley de conducta, la concentración del alma y la sabiduría, diga que busca el camino, o que es discípulo de Buda.

Así como el agricultor para recoger la cosecha en otoño, tiene que remover la tierra, sembrar las semillas en primavera, luego regarlas y entresacar la malahierba, el que busca la iluminación debe seguir las tres ciencias.

Así como es imposible desear que pasado mañana se pueda recoger la cosecha del arroz sembrado hoy y crecido mañana, es también imposible pretender librarse hoy de las pasiones terrenales, mañana de los apegos y pasado mañana alcanzar la Iluminación.

Después que se siembra la semilla con paciente cuidado, los sudores del agricultor y los cambios de las estaciones hacen brotar de la tierra la planta, y al final madura el fruto. De la misma forma a medida que se practican las tres ciencias de la ley de conducta, la concentración del alma y la sabiduría, van desapareciendo las pasiones terrenales y el hombre se libra de los apegos llegando por fin a alcanzar la Iluminación.

2. Es difícil pretender entrar en el camino de la Iluminación sintiendo atracción por las pasiones de este mundo, y disturbando el alma con los deseos del cuerpo. Hay diferencia esencial entre el goce del Dharma y el goce del mundo.

Como ya se ha explicado, el alma es el origen de todo. Si el alma goza de los placeres del mundo nacen los sufrimientos y la inquietud, pero si el alma prefiere el Camino, nace de allí la alegría y la Iluminación.

El que busca la Iluminación debe seguir las Enseñanzas y cumplir con ellas, con el alma pura. El que observa

El Camino de la Práctica

la ley consigue la concentración del alma, y con la concentración del alma se aclara la sabiduría, y ésta conduce al hombre a la Iluminación.

Estas tres ciencias son el camino hacia la Iluminación y por no seguirlo los hombres han venido acumulando la inquietud del alma por tanto tiempo. Es necesario mantener la paz con los hombres, purificar el alma con la concentración silenciosa, y alcanzar la Iluminación de forma natural.

3. El estudio de las tres ciencias nos revela también los ocho nobles caminos, los cuatro puntos dignos de consideración, las cuatro conductas correctas, las ocho facultades del poder y los seis pasos del esfuerzo correcto.

Los ocho caminos nobles son: correcta visión de las cosas, correcta aspiración, palabras correctas, conducta correcta, vida correcta, esfuerzo correcto, pensamientos correctos y concentración correcta.

La correcta visión de las cosas es comprender claramente las cuatro verdades, de creer en la ley de la causa, condiciones y efecto, y no tener una visión errónea.

La aspiración correcta significa no codiciar, ni ser avaro, no tener ira ni deseos de dañar.

Las palabras correctas significan: no mentir, no hablar en vano, no hablar mal y no engañar.

La conducta correcta significa: no matar, no robar y no adulterar.

La vida correcta significa no hacer cosas que sean vergonzosas como hombre.

El esfuerzo correcto significa esforzarse continuamente hacia un fin correcto.

El pensamiento correcto significa tener la conciencia clara y limpia y reflejarla en el alma.

La correcta concentración es no tener un fin erróneo concentrar correctamente el alma y estar en perfecto silencio para alcanzar la Sabiduría.

4. Los cuatro puntos dignos de consideración son los siguientes:

El Camino de la Práctica

Considerar que el cuerpo es impuro y no sentir apego por él.

Considerar que todos los sentimientos son las causas de los sufrimientos.

Considerar que el alma nunca se detiene y es siempre mutable eternamente.

Considerar que todo existe como efecto de unas causas y unas condiciones, por ello todo cambia eternamente.

5. Las cuatro conductas correctas son:

Evitar el mal antes de que nazca.

Eliminar el mal que ya tenga vida.

Ayudar a surgir el bien que esté por nacer.

Ayudar a crecer el bien que ya tenga vida.

6. Las cinco facultades del poder son:

Crear.

Hacer esfuerzos.

Enderezar el pensamiento.

Concentrar el alma.

Tener una sabiduría clara.

Estas cinco fuerzas son necesarias para alcanzar la Iluminación.

7. Los seis pasos para el esfuerzo correcto son: el paso de la caridad, de la conducta correcta, de la perseverancia,

del esfuerzo, de la concentración del alma y de la Sabiduría. Con la práctica de estos seis pasos uno puede cruzar de esta orilla de la inquietud a la otra orilla de la Iluminación.

La práctica de la caridad elimina el apego; el ascetismo corrige la conducta; la perseverancia controla el alma fácil de irritarse; el esfuerzo elimina la pereza del alma; la concentración tranquiliza el alma confusa; y la Sabiduría aclara la oscuridad y la necedad del alma.

La caridad y el ascetismo, son como los cimientos de un castillo. Son las bases de la práctica. La perseverancia y el esfuerzo son los muros que protegen de los enemigos externos. La concentración y la sabiduría son las armas que nos guardan de la vida y de la muerte. Es como enfrentarse al enemigo perfectamente protegido con casco y armadura.

Dar limosna al que la pide es una obra de caridad, pero no es la mejor. Dar limosna por iniciativa propia es la verdadera obra de caridad. Tampoco dar limosna de vez en cuando, es la mejor obra de caridad; dar siempre es la verdadera.

El que da limosna y luego se arrepiente, o el que se

El Camino de la Práctica

siente orgulloso, no obra con la mejor caridad. La verdadera obra de caridad es la de aquel que se alegra de haber dado una limosna, se olvida del “yo” que da la limosna, de la persona a quién dio y de qué cosa dio.

La correcta obra de caridad es no tener idea de lo “mío” y lo “suyo”. No mirar lo que se da, ni desear recompensa. Desear con el alma caritativa y pura que todos entren en la Iluminación, y dar no sólo la fortuna sino hasta la vida misma.

Hay siete clases de ofrendas que pueden ser practicadas aun por quienes no poseen riquezas. La primera es la ofrenda física, que es ofrendar sirviéndose de su cuerpo, de la cual lo máximo es ofrecerse a, sí mismo, como veremos en el siguiente párrafo. La segunda es la ofrenda espiritual que es ofrendar el corazón a otros seres. La tercera es la ofrenda de los ojos, que es ofrendar una mirada calurosa a otros seres para infundir tranquilidad. La cuarta es la ofrenda de la expresión facial que es ofrendar una sonrisa suave a otros seres. La quinta es la ofrenda oral que es dirigirse a todos con palabras dulces. La sexta es la ofrenda del asiento que es ofrendar su propio asiento a otros seres. La séptima es la ofrenda de hospitalidad que es ofrecer hospedaje en su propia casa al que busca albergue. Estas siete ofrendas pueden ser practicadas por cualquiera en la vida diaria.

8. Había una vez un príncipe llamado Satta. Un día fue con sus dos hermanos mayores al bosque a jugar. Allí vio a una tigresa que, desesperada por el hambre, estaba por comer a sus siete cachorritos.

Los dos príncipes mayores escaparon llenos de miedo. Sólo el príncipe Sutta, queriendo salvar a los siete cachorritos trepó una pared de roca y se tiró a los pies de la tigresa para saciarle el hambre con su propio cuerpo.

El alma del príncipe Sutta sólo aspiraba a encontrar el Camino. “Este cuerpo mío es frágil y mutable. Hasta ahora no he sabido hacer una obra de caridad. No he sabido más que amarme a mí mismo. Ahora debo ofrecerme para alcanzar la Iluminación.” Con esta decisión se entregó a la tigresa.

9. Hay aquí cuatro cosas que tiene que practicar el alma del que busca el Camino: la misericordia, el amor, la alegría y la ecuanimidad. Con la misericordia se elimina la codicia; con el amor se elimina la ira; con la alegría, el sufrimiento; y con la ecuanimidad se olvida la diferencia entre la amistad y la enemistad.

Es una gran obra de misericordia eliminar lo que a los hombres no produce felicidad ni goce. Es una gran alegría tratar a todos con alegría. Es una gran obra de amor dar a los hombres la felicidad y el goce. Es una gran

El Camino de la Práctica

ecuanimidad ser imparcial con todos y con todo.

De esta forma hay que ayudar a desarrollar estas cuatro almas de la misericordia, del amor, de la alegría y de la ecuanimidad, y eliminar del alma la codicia, la ira, el sufrimiento y la diferenciación entre el amor y el odio. Lo malo del alma es tan difícil de eliminar como un perro que cuida la casa, y lo bueno es tan fácil de perder como un ciervo que cruza corriendo el bosque. Lo malo del alma es tan difícil de eliminar como las letras escritas en la piedra, lo bueno es tan fácil de borrar como las letras escritas en el agua. Por eso la práctica del Camino es algo verdaderamente difícil.

10. Había un joven llamado Srona que era de familia acaudalada pero enfermizo de nacimiento. Se encontró con Buda y se hizo su discípulo. Practicaba con gran ahinco el Camino que hasta le sangraron los pies, pero no lograba alcanzar la Iluminación.

Buda se compadeció y le dijo: “Srona, tú has aprendido a tocar el arpa cuando estabas en tu casa y has comprobado que para sacar un buen sonido es preciso no tensar ni aflojar demasiado la cuerda. La cuerda suena bien sólo cuando no está ni demasiado tensa ni demasiado floja.”

“Para alcanzar la Iluminación ocurre lo mismo. Si no eres diligente no conseguirás el Camino, pero tampoco lo conseguirás si te esfuerzas con demasiada tensión. Por eso tienes que conservar la moderación en los esfuerzos que haces.”

Con esta indicación de Buda, por fin Srona alcanzó la Iluminación.

11. Hace muchísimo tiempo había un príncipe llamado el príncipe de las Cinco Armas. Recibió este nombre porque había sido instruido por un maestro, y era diestro en manejar las armas. Un día, en un lugar solitario a su regreso a casa, después de haber estado donde su maestro, le salió al paso un monstruo.

El monstruo se acercó con mucha calma al príncipe, diciéndole: “Lo siento por ti, pero te voy a comer.” El príncipe lanzó primero una flecha, pero no le pudo herir porque la flecha se pegó en sus pelos como con cola. No le sirvieron ni la espada, ni la lanza, ni la porra, ni la jabalina, pues todas se pegaron en los pelos del monstruo.

Ya sin armas, el príncipe levantó el puño para pegarle y su pierna para patearle, pero hasta el cuerpo del príncipe se pegó en los pelos del monstruo. Trató de dar un cabezaso, pero hasta la cabeza se pegó.

El Camino de la Práctica

“Ya estás en mis manos, ahora te comeré.” le dijo el monstruo. Pero el príncipe le contestó riendo: “Tú piensas que se han acabado mis armas, pero todavía me queda una de acero. Si tú me tragas, con esta arma te abriré la barriga desde dentro.” Y no le mostró ningún temor.

El monstruo admirado de esta valentía, soltó enseguida al príncipe. Recibió de él las buenas Enseñanzas y dejó de hacer fechorías.

12. El que no se avergüenza ante sí mismo ni ante la gente destruye el mundo. El que se avergüenza ante sí mismo y ante la gente protege el mundo. Se respeta a los padres, a los maestros y a los mayores, y se mantiene el orden entre los hermanos porque existe la vergüenza. Es de mucho valor avergonzarse de sí mismo contemplándose a sí mismo, y el avergonzarse de sí mismo contemplando a los otros.

Si alguien se arrepiente, el pecado deja de ser pecado, pero si no nace el arrepentimiento, el pecado será pecado para la eternidad y no dejará de acusarle.

Hay que escuchar el Dharma, pensar varias veces en su sentido y practicarlo, y así, por fin, esta Enseñanza será parte de uno mismo. Con sólo escuchar la Enseñanza, si no se piensa ni se practica, no se puede decir que se la haya aprendido.

La fe, la humildad, la vergüenza, el esfuerzo y la Sabiduría son las grandes fuerzas de este mundo. Entre ellas la Sabiduría es la principal y las demás le acompañan. Para el que practica el Camino, el armar pleitos, el hablar en vano y el dormir de más, pueden causar la caída.

13. Aunque se practique el Camino de la misma forma, hay quienes encuentran la Iluminación primero, hay otros que la alcanzan después. Por eso, no hay que entristecerse al ver que otros alcanzan el Camino antes que uno. Como el que aprende arquería, aunque en un principio no de en el blanco, con la práctica llega a darle. Como todas las corrientes van a dar a la mar, del mismo modo quien no cesa en la búsqueda del Camino, algún día alcanzará la Iluminación.

Como se ha explicado antes, si se abren los ojos, las Enseñanzas están en todas partes. De la misma manera las oportunidades para la Iluminación se encuentran en todas partes.

Un hombre alcanzó la Iluminación cuando quemaba el incienso y comprendió que el perfume existe y no existe a la vez, y que no viene ni va.

El Camino de la Práctica

Un hombre alcanzó la Iluminación cuando comprendió que una misma alma puede convertirse en un nido de pasiones terrenales como también en sede de la Iluminación. Cuando uno se clava una espina en la pierna se da cuenta que el alma que siente el dolor es la misma que no la sentía antes. Es decir, el alma es una sola pero cambian las circunstancias.

Un hombre avaro alcanzó la Iluminación cuando pensó en sus deseos y se dió cuenta de que la leña de los deseos puede convertirse, un día, en la hoguera de la Saviduría.

Un hombre alcanzó la Iluminación cuando comprendió que las diferencias de este mundo son ocasionadas por las diferencias de visiones del alma. Lo comprendió cuando le dijeron: “Equilibra tu alma. Si se equilibra tu alma, toda la tierra se convertirá en un llano.” Como puede verse, las ocasiones para alcanzar la Iluminación son ilimitadas.

III EL CAMINO DE LA FE

1. El que se refugia en Buda, en el Dharma y en la Orden, es llamado discípulo de Buda. Los discípulos de

Buda observan los preceptos, la fe, la caridad y la Sabiduría que serán explicados a continuación.

No quitar la vida de los seres vivientes, no robar, no adulterar, no mentir, no beber bebidas alcohólicas: estos son los cinco preceptos que debe observar el discípulo de Buda.

La fe del discípulo es creer en la Sabiduría de Buda. La caridad del discípulo es siempre dar limosna, eliminando la codicia y el apego. La sabiduría del discípulo es saber de la mutabilidad de las cosas y conocer el principio de la causa y del efecto.

Todo árbol inclinado al Este, cuando caiga lo hará, sin lugar a dudas, hacia el Este. De la misma manera, el que de ordinario está inclinado hacia las Enseñanzas de Buda y tiene una profunda fe, cuando acabe su vida renacerá en el reino de Buda.

2. Los discípulos de Buda son los que creen en Buda, en sus Enseñanzas y en la Orden.

Buda es el que ha alcanzado la Iluminación y salva a la humanidad. La Enseñanza es lo predicado por Buda. La Orden es una comunidad uniforme de creyentes que practican a la perfección estas Enseñanzas.

El Camino de la Práctica

Buda, la Enseñanza y la Orden aun siendo tres, no están divididos. Buda se representa en la Enseñanza, y la Enseñanza se realiza en la Orden, por ello estos tres son una misma cosa. Creer en la Enseñanza y en la Orden, es igual que tener fe en Buda. Y si uno cree en Buda llega a tener fe en la Enseñanza y en la Orden.

Todos los hombres con sólo tener fe en Buda logran la salvación y alcanzan la Iluminación. Buda ama a todos los hombres como a hijos propios, por eso si el hombre piensa en Buda como en su madre, podrá ver a Buda y alcanzar la salvación.

El que piensa constantemente en Buda, es gobernado por la luz clara de Buda y se le adhiere el perfume de Buda con naturalidad.

3. Nada tiene tanto valor en este mundo como creer en Buda. Con sólo oír una vez el nombre de Buda se alegra el corazón, y se recibe algo sumamente valioso.

Hay que buscar la Enseñanza de Buda aún entre las llamas que queman el mundo, creer y alegrarse con ella.

Es verdaderamente difícil encontrar a Buda, o a un maestro que pueda predicar sus Enseñanzas, y creer en estas Enseñanzas.

Ahora que has encontrado a Buda tan difícil de encontrar, y has podido escuchar su Enseñanza tan difícil de escuchar, trata de mantener este valioso tesoro, cree y goza de Él.

4. La fe es el mejor compañero de la vida, es el alimento para el largo viaje de la vida. Es el máximo de los bienes.

La fe es la mano pura que recibe las Enseñanzas de Buda y todas las virtudes.

La fe es fuego. Quema toda suciedad de las almas y conduce a los hombres por el mismo camino. La fe hace arder en deseos de Iluminación a las almas que buscan el Camino de Buda.

La fe enriquece el alma. Enseña la caridad sin apego, el respeto y la humildad alejando el orgullo. Así brilla la sabiduría, se aclara la conducta, el hombre vence las dificultades, se libra del mundo, y recibe el poder para vencer todas las tentaciones.

El Camino de la Práctica

La fe anima al hombre cuando el camino se hace aburrido y largo, y conduce a la Iluminación.

La fe nos hace sentir como si estuviéramos en presencia de Buda. Nos suaviza el alma y el cuerpo como si Buda nos tuviera en sus brazos. Nos concede la virtud de tratar con amor a los hombres.

5. El que tiene fe, saborea toda voz que escucha como palabras de Buda y siente la alegría de saborearla. Al ver que todo es originado por una causa y unas condiciones, alcanza la Sabiduría aceptando esta verdad con naturalidad.

La fe nos da la Sabiduría de comprender que este mundo no es más que un juego momentáneo donde no existe una verdad inmutable. Nos hace adquirir la Sabiduría que no se asombra ni se entristece por la mutabilidad.

La fe aparece en tres aspectos: el arrepentimiento, la alegría de conocer las virtudes ajenas, y la súplica a Buda por la salvación de los hombres.

Nos hace sentir deseos de tener conciencia de los pecados y las impurezas cometidas, avergonzarnos y arrepentirnos de ellas. Al ver la virtud ajena, nos hace alegrar como si fuera de uno mismo y desear para él el mérito. La fe nos hace estar siempre con Buda, actuar siempre con Buda y desear vivir siempre con Buda.

El alma que cree, es sincera y profunda, y se alegra de ser conducida al reino de Buda.

Por eso, al que se alegra al alabar el nombre de Buda, Buda le concede un poder. Lo conduce a su reino y hace que no vuelva a sentir la inquietud.

6. Esta alma que cree en Buda representa la naturaleza de Buda que todos llevan en su interior, porque, el que conoce a Buda es Buda, y el que cree en Buda es también Buda.

Sin embargo, aunque los hombres tengan la naturaleza de Buda, está sumergida en lo profundo del barro de las pasiones y es difícil hacer brotar el retoño de la Iluminación y hacerla florecer. ¿Cómo puede nacer un alma pura que se dirija a Buda en medio de las pasiones, de la codicia y la ira en el remolino de los deseos?

El Camino de la Práctica

En un bosque de erandas, sólo crecen las venenosas erandas, pero nunca un dulce árbol de cananda. Sería un milagro si naciera una cananda en un bosque de eranda. De la misma forma, es ahora un milagro que en el interior de los hombres haya nacido un alma que se dirija a Buda y crea en Él.

La fe con la cual creemos en Buda se llama fe sin raíces. Esto es porque no tiene raíces para crecer en el alma humana, sino las tiene para crecer en el alma llena de la compasión de Buda.

7. La fe es sagrada, es el origen del Camino y es la madre del mérito. Sin embargo, aun los que buscan el Camino, no la consiguen con facilidad porque las siguientes cinco clases de dudas no lo permiten:

Primero: la duda sobre la Sabiduría de Buda.

Segundo: la duda en los principios de la Enseñanza.

Tercero: duda sobre el que predica la Enseñanza.

Cuarto: la duda sobre la confiabilidad de los métodos propuestos para encontrar el Camino;

Quinto: la duda, causada por la arrogancia, en la sinceridad de los que buscan el mismo camino.

No hay nada en el mundo tan temible como la duda. La duda separa las almas, es el veneno que desintegra, es la daga que mata y es la espina que lastima las almas.

Por eso el que logra la fe, debe darse cuenta de que ha sido plantada en la remota antigüedad por la Misericordia de Buda.

No hay que olvidar que la mano de Buda venciendo la oscuridad de la duda que nubla el alma, introduce la luz de la fe.

El que logra la fe y agradece la Misericordia de Buda que en la remota antigüedad la introdujo en las almas humanas, siguiendo la vida normal de este mundo puede renacer en el reino de Buda.

Es difícil nacer hombre en este mundo, escuchar las Enseñanzas y más difícil todavía es lograr la fe. Por eso tenemos que hacer todo lo posible para escuchar la Enseñanza de Buda.

**IV
DICHOS SAGRADOS**

1. “Me ha insultado, se ha reído de mí, me ha pegado.”
El que piensa así nunca deja de sentir odio.

El resentimiento no se calma con el resentimiento.
Sólo se calma cuando uno se olvida de él.

Así como gotea la lluvia en una casa mal techada,
entrará la codicia en un corazón mal instruido.

Holgazanear es el camino de la muerte, esforzarse es
el camino de la vida. El necio holgazanea y el sabio se es-
fuerza.

Así como el arquero trata de hacer recta la flecha, el
sabio endereza su alma.

El alma es difícil de apresar, es liviana, veloz e in-
controlable. Controlando el alma se alcanza la quietud.

El mal que ocasiona el alma es mayor que el de los
enemigos o el del vengador.

El que guarda su alma de la codicia, de la ira y de todos los males, alcanza la quietud.

2. Aunque las palabras sean hermosas si no las acompaña la recta conducta son como una flor bella sin fragancia.

La fragancia de la flor no va en contra de la corriente del viento. Pero la alabanza de un hombre bueno se propaga aún en contra del viento.

La noche es larga para el que no puede dormir, el camino es largo para el que está cansado. Para el que no conoce la Enseñanza, la inquietud es grande.

Para andar por el camino es mejor ir con alguien igual o superior. Es mejor ir solo que andar con un necio.

No temas a las fieras pero teme al mal amigo. La fiera solo te destroza el cuerpo pero el mal amigo hasta el alma.

El necio sufre pensando que su hijo y su riqueza le pertenecen. Cuando ni él mismo es suyo, cómo pueden ser de él su hijo y su riqueza.

El Camino de la Práctica

Pensar que es necio siendo necio es mejor que pensar que es sabio siendo necio.

El necio aun estando con sabios, no puede entender las Enseñanzas que el sabio le muestra. Como la cuchara que no sabe el sabor de lo que transporta.

Así como no se corta rápidamente la leche nueva, las malas acciones no tienen su inmediato castigo, pero no se apartan del hombre y siguen encendidas como el fuego debajo de las cenizas.

El necio sufre siempre por la fama y la riqueza: sufre por el deseo de alcanzar la gloria, el honor y la riqueza.

Hay que respetar al que le indica el error, el mal y las imperfecciones que uno tiene, como a quien nos enseña el lugar del tesoro escondido.

3. El que recibe la alegría a través de la Enseñanza, purifica su alma y puede dormir con tranquilidad. La Enseñanza lava el alma de las personas.

Así como el carpintero endereza la columna, y el arquero equilibra su flecha, y el que hace los canales de irri-

gación conduce el agua, el sabio controla su alma.

Así como la firme roca no se inmuta con el viento, el alma del sabio no se preocupa por la fama ni el honor.

Es de más valor vencerse a sí mismo que vencer a otros, es de más valor que vencer a millones en una batalla.

Es mejor vivir un día sabiendo las Enseñanzas que vivir cien años sin entenderlas.

Cualquiera que se ame a sí mismo que se guarde del mal. En la juventud, en la madurez, o en la vejez, despiértate una vez durante la vida.

El mundo arde constantemente en la hoguera de la codicia, la ira y la necesidad. Hay que escapar lo antes posible de esta casa en llamas.

Este mundo es como las burbujas del agua, como la telaraña, o como una jarra contaminada. Por eso todos tienen que guardar su propia y preciosa alma.

El Camino de la Práctica

4. No hacer ningún mal, hacer toda clase de bienes, purificar el alma propia: ésta es la Enseñanza de Buda.

Perseverar es una de las prácticas más difíciles de realizar, pero sólo el que persevera recibe al final las flores de la victoria.

No sientas resentimientos cuando los otros te dañan; no sientas tristeza en medio de los sufrimientos; no sientas codicia en medio de los bienes terrenales. Hay que vivir en la pureza sin pensar que algo nos pertenece.

No tener enfermedad es la mayor riqueza; saber contentarse es la mayor fortuna; ser considerado digno de confianza es la mayor amistad; alcanzar la Iluminación es el mayor goce.

No existe el temor para el que está alejado del mal, que siente la tranquilidad y saborea la alegría de la Enseñanza de Buda.

No sientas apego por las cosas agradables. De lo que te gusta nace la tristeza, el temor y la esclavitud.

5. Así como se oxida el hierro, el mal sale del hombre y lo carcome.

Aunque tengas las escrituras, si no las lees se cubren de polvo. Aunque tengas una casa si no la reparas cae en ruina. Aunque tengas un cuerpo si no te esfuerzas, te harás pronto impuro.

La suciedad del hombre es no actuar correctamente. El titubeo en dar, mancha la limosna. El mal es una mancha en este mundo y en los venideros.

La mayor suciedad es la de la ignorancia; si no se quita, la purificación se hace imposible.

Es fácil no sentir vergüenza, ser impertinente como el cuervo que hiere a otros sin sentir remordimiento por ello.

Es difícil la vida del que es humilde, que respeta, que se aleja de los apegos, que actúa con pureza, y que tiene clara la sabiduría.

Es fácil ver el error ajeno, pero difícil ver los propios. Desparramamos el pecado de los otros a los cuatro vientos pero ocultamos los propios como el jugador oculta

El Camino de la Práctica

los dados falsos.

En el cielo no quedan rastros de las aves, del humo ni de la tormenta; las malas enseñanzas no conducen a la Iluminación; no existe nada inmutable, y en la verdadera Iluminación no hay disturbios.

6. Es menester guardar el cuerpo como aquel que guarda el interior y el exterior de un castillo. No se debe descuidar ni un momento.

Uno es el dueño de sí mismo; uno es su propio soporte y por eso mismo antes que nada, hay que controlarse.

El primer paso para cortar las ligaduras es controlar el alma, evitar los palabras inútiles y meditar en silencio.

El sol brilla de día, la luna alumbra de noche. El soldado brilla por su armadura y el que busca el camino brilla con su meditar en silencio.

El que no guarda las cinco puertas de los sentidos y se siente atraído por lo terrenal, no busca el Camino. El que guarda las cinco puertas con firmeza y tiene el alma en paz es el que busca el Camino.

7. Quien tiene apego, y se sumerge en lo que es agradable, no ve con claridad la verdadera figura de las cosas. Quien se aparta del apego ve con claridad las cosas. Para el alma que está libre de apegos, las cosas recobran un nuevo sentido.

Si hay tristeza, hay alegría; si hay alegría hay tristeza. Cuando desaparecen la tristeza y la alegría, el bien y el mal, es cuando el alma logra su plena libertad.

El que ansía o teme el porvenir, y el que añora y lamenta el pasado, es como el junco cortado que se marchita y se seca.

No lamentes los días pasados ni te ilusiones con el porvenir. No anticipes los problemas futuros. Pisa fuerte en el presente y así el cuerpo y el alma estarán sanos.

No hay que perseguir el pasado ni esperar el futuro. Hay que vivir con la mente puesta en el presente.

Sin dejar para mañana lo que tienes que hacer hoy, vive el día en su plenitud. Es el modo de vivir un buen día.

El Camino de la Práctica

La fe es el mejor compañero del hombre y la Sabiduría es el mejor guía del hombre. Uno debe tratar de escapar de la oscuridad de los sufrimientos buscando la Luz de la Iluminación.

La fe es la mayor fortuna; la sinceridad es el mejor sabor; acumular las virtudes es la mejor vida de este mundo. Así como lo indica la Enseñanza, controla el cuerpo y el alma para lograr la quietud.

La fe es el sustento de este viaje por el mundo; la virtud es la preciosa vivienda del hombre; la Sabiduría es la Luz del mundo y el pensamiento correcto es el guarda de la noche. La vida del que no tiene impurezas no se destruye. Únicamente venciendo los deseos uno puede ser llamado “hombre libre”.

Hay que olvidarse de sí mismo por la familia. Hay que olvidarse de la familia por el pueblo. Hay que olvidarse del pueblo por la patria y olvidarse de todo por la Iluminación.

Todo cambia, aparece y desaparece. Cuando uno se hubiere liberado de los temores de la vida y de la muerte, encontrará la silenciosa quietud.