

## KARMA Y SUNYATA

2 Diciembre 2004 México D.F.



### AVISO IMPORTANTE

- Este texto contiene enseñanzas y nombres sagrados. En caso de que lo imprimas y después decidas deshacerte de él, primero rómpelo o quémalo. Gracias por atender estas peticiones.

**Copyright DPPL Spanish México.**

### S.S. GYALWANG DRUKPA:

Antes que nada quiero decirles que siento mucho no haber podido llegar a tiempo ya que cambiaron los horarios de los vuelos. Desde el fondo de mi corazón les ofrezco una disculpa por la tardanza, de todas maneras estoy extremadamente contento de verlos todavía muy sonrientes y felices de estar aquí, esto es maravilloso para mí.

Aunque estaré enseñando en México durante algunos días, me dijeron que algunos de ustedes no podrán venir mañana y lo siento mucho, pero la enseñanza espiritual no depende realmente de lo largo de la enseñanza sino de si la recibes o no, si entiendes el mensaje o no.

Antes que nada, realmente quisiera expresar mi agradecimiento por haber podido regresar de nuevo. Siento algo especial de regresar a México, creo que es por el karma colectivo de todos aquí. Como siempre me siento muy cómodo y contento. Tenía un ligero dolor de cabeza en el avión pero llegando aquí, de pronto se fue el dolor y pienso que es por ustedes, por su cálida bienvenida, por su corazón puro, yo creo que ésta es una gran medicina, una aspirina para mí.

Sin tomar mucho de su tiempo porque ya he tomado algunas horas mientras me esperaban, quiero llegar al meollo de la enseñanza, que es sobre el karma y sunyata. Estos dos hacen una combinación muy interesante. La espiritualidad budista siempre dice que el karma es muy importante. Y es muy importante porque el karma no es algo que sea creado por alguien más. Digamos que el Buda no fue el que creó el karma, nadie creó el karma, el karma es algo natural, es parte de la naturaleza del universo. Pero también al mismo tiempo, la espiritualidad siempre regresa al sunyata. Cuando estos dos se unen, entonces puede ser muy confuso para algunas personas.

Estamos felices algunas veces, otras no tanto, otras más estamos bien o no estamos bien, muchas personas experimentan muchos tipos de cosas. Estas experiencias son básicamente la causa del karma, pero entonces la causa en sí misma también es el karma y también el efecto o resultado es un karma. Por ejemplo, si tú haces algo bueno como una práctica de generosidad, ética o moral, algo como ayudar a otros, eso es un acto muy bueno y también es una acumulación de karma, de buen karma. Entonces el resultado de eso es que tu bienestar también será tu karma, así es que: tanto la causa como el efecto -los dos- son tu karma. Pero esta forma de verlo es muy burda. Esta es la forma budista de verlo en el mundo, la forma no budista de ver esto es un tanto distinta. La forma no budista, como en casi todas las otras religiones, se piensa que todo está provocado o creado por alguien más. Algunas personas lo llaman Dios, otros lo llaman algún elemento, o sea que existen diferentes teorías al respecto. Pero desde el punto de vista budista, pensamos que nosotros somos los que creamos las cosas, es decir, nosotros creamos los actos y entonces tenemos el efecto de nuestras creaciones o del karma. Siendo esta la teoría de los budistas, decimos que todo está hecho por karma.

Tenemos un karma por haber nacido en México como mexicanos, y yo tengo un karma de venir a México varias veces y no sólo he venido varias veces sino que me siento muy contento, muy a gusto cuando vengo, todo esto también es un karma. Y claro que algunas personas podrán decir: pero si México es terrible, está lleno de contaminación, está horrible, no pienso regresar nunca ... miles y miles de quejas, sin embargo, yo en lo personal, no tengo ninguna queja de México. Por lo tanto, esto es mi propio karma;

yo pienso que tanto México como los mexicanos son maravillosos, pero esto es mi karma. Esto no quiere decir que para todos tenga que ser así, cada persona tiene su propia interpretación y esto ¡también es su karma!

Así es que el vacío también viene de la idea del karma; Sunyata, vacío, la vacuidad, todas estas cosas están interconectadas, interrelacionadas con el karma, porque si no hubiera karma, entonces no habría vacío, esta es la razón por la cual es una combinación muy interesante.

En budismo utilizamos la palabra sunyata que es una palabra que en sánscrito quiere decir vacío, en inglés dicen el vacío, en México también, pero sunyata se refiere al estado real del karma. El estado real del karma es en realidad un gran vacío.

Es muy comprensible: a algunas personas les gusta algo y a otras no, como dije: a mí me gusta México y no tengo quejas sobre los mexicanos, pero a otras personas quizá no les guste o tengan quejas, otros sentirán totalmente lo opuesto. Y esto significa que realmente no hay NADA, que realmente existe tan sólo un gran vacío. Realmente es algo muy interesante y algo muy fácil de comprender. A algunas personas les puede gustar esta flor, mientras otros pueden pensar que esta flor es horrible, hay miles de conceptos relacionados con esta flor. Pero en realidad lo que quiere decir es que esta flor en particular no tiene sustancia alguna de su propia naturaleza, o bien, que en su naturaleza realmente no existe nada. Y por no tener sustancia de su propia naturaleza, todos pueden proyectarle distintas cualidades.

Por ejemplo: el agua. Los peces pueden nadar y vivir en ella y nosotros usamos el agua sólo para beberla, lavarnos las manos, etc. pero no para vivir dentro del agua, no podemos. Así es que los peces y nosotros como seres humanos tenemos dos conceptos distintos sobre el agua, esto quiere decir que el agua en sí misma no tiene sustancia en su propia naturaleza, más bien está vacía primordialmente.

Si no estuviera vacía de su propia naturaleza, entonces el agua tendría que permanecer como agua para siempre pero el agua no permanece como agua, para los peces, el agua es su casa; si no hubiera agua ellos morirían, por tanto, para el pez, el agua es su hogar, es su concepto, es su karma. Y es nuestro karma que el agua sea

para beber o lavarnos, podemos nadar en ella pero no es nuestro hogar, esto es nuestro karma. Así es que es el karma individual el que hace que las cosas parezcan lo que son pero realmente es tan sólo una apariencia, no es algo que exista por su propia naturaleza. Esto es muy claro, y hay formas de explicarlo.

Así es con todas las emociones, como con todas las cosas; emociones como “me agrada, me desagrada, o amo o no amo”, todo esto es algo individual, muy personal. Así como las cosas que tenemos enfrente también son muy individuales, no son algo que sea 100% lo que parece ser, nunca es 100% real, tal vez sea 100% para ti pero no para alguien más, no para otros seres. Esto nos demuestra que está vacío o que es sunyata. Y esto demuestra que es karma, que no es algo que está hecho sólidamente, nadie lo hizo, nadie lo puede hacer, así es que no es sólido. Pero para ti en lo personal si es sólido porque es tu propio karma. Por ejemplo, en el karma colectivo, vemos este edificio como muy sólido, parece muy sólido pero para otro tipo de karma, este edificio tal vez no parezca muy sólido. Debemos entender esto, quizás sea sólido para mil, o para un millón, o un billón de personas, pero de cualquier forma no estaríamos seguros de que sea 100% sólido.

Espero que ahora entiendan lo interesante de la combinación de estos dos aspectos. Realmente si lo piensan, es muy interesante. Porque sin sunyata no podríamos pensar en cómo crear, nosotros hemos podido crear, gracias a sunyata. Y si no hubiera karma, entonces no habría sunyata porque no existiría la interdependencia. Si no existiera el proceso de interdependencia, no habría sunyata. Así es que el karma es interdependiente y la naturaleza de la interdependencia es sunyata.

He utilizado la palabra interdependiente, la interdependencia significa la causa y el efecto. Si no hay causa, no habría efecto, estos dos están interrelacionados, uno depende del otro. Esta dependencia del uno y del otro significa que no son sólidos, dependen el uno del otro. Por eso digo que el karma es interdependiente, no profundizaré mucho porque es complicado meternos en cuestiones filosóficas. Pero de forma más simple lo explico poniendo el ejemplo de la bienvenida cálida que me dieron y por su relación conmigo, entonces debido a esto, yo me siento cómodo, pongámoslo así: yo me siento mejor del dolor de cabeza y en verdad es cierto, así funcionó y yo sí

creo en eso. Es por la pureza de su corazón que yo me mejoré, eso significa que la causa es la pureza de su corazón y el efecto es que se me quitó el dolor de cabeza, esto significa que es el karma. Pero mi dolor de cabeza se esfumó debido a su causa, o sea que mi dolor o mi sanación no son independientes, más bien dependen de la causa que son ustedes, esto quiere decir que son interdependientes, y que mi dolor de cabeza en sí mismo no es sólido. ¿Ven lo que quiero decir? No es sólido o independiente: supongamos que me cruzo al salón de junto donde hay miles de personas que no tienen un corazón puro, puede ser que me vuelva a doler la cabeza lo cual quiere decir que no es sólido, porque hace rato yo ya no tenía dolor de cabeza, estaba muy cómodo debido a su corazón puro, pero en el salón de junto me regresa el dolor de cabeza y yo estaré sintiéndome mal. Esto quiere decir que mi dolor de cabeza no es independiente, sino que depende de otras condiciones por lo cual es interdependiente, esto significa que no hay solidez en nada, todo está interrelacionado. Por tanto, no sólo mi dolor de cabeza, esto es solamente un ejemplo, pero cualquier alegría, cualquier tristeza o pena, todo tipo de estado emocional de tu propia mente es totalmente interdependiente y por tanto es sunyata. Este es el punto.

Si entendemos esto de causa y efecto y de sunyata como algo interrelacionado, siendo la verdadera naturaleza, nosotros la llamamos la ley de la naturaleza. Nadie creó esta ley, es una ley natural. Si tu entiendes esto de forma experiencial, la vida será mucho mejor, verás la vida desde un punto de vista muy cómodo y fácil, todo será mas cómodo. Porque aunque tengas problemas como todos tenemos problemas en este mundo: problemas de relaciones, de familia, de salud, problemas financieros, miles de problemas pero todos estos problemas se consideran interdependientes, están condicionados, por tanto, tendremos una forma mucho más cómoda de verlos.

Debido a la falta de este conocimiento la mayoría de nosotros está sufriendo el doble. Naturalmente tenemos sufrimiento debido a ciertas condiciones pero encima de todo nosotros creamos otro sufrimiento que surge de la falta de conocimiento. Por ejemplo, tenemos un problema de familia y encima de esto, vemos a ese problema como algo muy sólido, este malentendido hace que este problema parezca aún más sólido. A veces las personas hasta se suicidan, no pueden más con la vida, así es que tienen

que morir, se tiran del techo o se cuelgan, hacen mil cosas porque el dolor es demasiado para ellas, esto es comprensible porque no saben sobre la interdependencia, no saben sobre el karma ni sobre sunyata, y todo parece estar de cabeza y entonces piensan que la mejor solución es matarse para terminar con el sufrimiento, con el dolor, pero la verdad es que no es la mejor solución.

Al saber el proceso del karma, de sunyata, de la interdependencia, el sólo hecho de saberlo nos ayuda mucho en la vida cotidiana, pero si tienes oportunidad de realmente experimentarlo y no sólo saberlo de forma intelectual, si realmente practicas más y te familiarizas con esto, con lo que nosotros llamamos meditación espiritual.

La meditación no es sólo el sentarte sin moverte y sin pensar nada, sentarte a esperar que pase algo, esto no es sólo la meditación, puede ser una solución para ponerte en tu centro pero esto no es lo importante, no es la esencia. La esencia es entender la vida cotidiana, la interdependencia, el karma; ésta es la enseñanza de la espiritualidad, el proceso de desarrollar tu vida de mejor manera, este es en realidad el mensaje de la espiritualidad. Si haces esto, si realmente haces meditación entonces podrás tener conocimiento experiencial como resultado de la práctica. Al final no tendrás ni el más pequeño sufrimiento, todo el sufrimiento se esfumará o lo conquistarás.

Esto es algo muy gradual, por ejemplo, ustedes hoy por primera vez escucharon sobre el karma aunque la explicación haya sido corta, escucharon sobre karma y sunyata, después de escuchar, tienen que contemplar y después de contemplar un momento, tienen que meterse en el proceso de irse familiarizando con el hecho de que estamos en la dimensión kármica; estamos dentro de esta dimensión, no es algo que tengan que ir muy lejos para averiguar qué es el karma y qué es sunyata, no, estamos totalmente inmersos en esto. Por tanto lo único que tienen que hacer es contemplar sobre esto y familiarizarse con la idea de karma y de sunyata y esta familiarización poco a poco traerá una revolución en sus vidas eso sí es 100% seguro, se los puedo garantizar, suena como vender algo, les doy garantía.

La primera señal de que esto funciona es que podrás tomarte tu propia vida, tu mundo individual de una forma más tranquila, serás una persona muy “easy going” muy

relajada. Por ejemplo, es probable que a mí no me guste este salón, puede que yo critique este salón pero no me voy a angustiar por esto, lo voy a tomar de forma muy suave, ¿porqué? Porque sé que todo esto es interdependiente, que ésta es tan sólo mi propia interpretación con respecto al color de las paredes, puedo pensar que el color está feo, que el tamaño no es el adecuado, la iluminación no es correcta, en fin, podría tener miles de quejas con respecto al salón, pero finalmente voy a entender que esta es mi propia interpretación la que me dice que este salón o este edificio no son buenos. Y el saber que ésta es tan sólo mi propia interpretación de las cosas, entonces voy a tomar la vida de forma más fácil y suave. Aunque no me sienta a gusto o no esté contento, pero aun así estaré sonriendo, estaré cómodo. Esta es la señal que debes estar esperando como logro de este entendimiento.

Lo mismo con respecto a tus relaciones con la familia, tus padres, tus hijos, tu marido, esposa, tu jefe etc. con todo lo que te rodea, nunca estarás satisfecho ni contento si no tienes el entendimiento sobre sunyata o sobre la interdependencia. Si tienes un poco de entendimiento sobre sunyata, entonces de pronto, tu forma de ver las cosas a tu alrededor, cambiará. Por ejemplo: tu relación con tus amigos cambiará.

Un ejemplo más: si tuviera esposa o una amiga o novia, yo diría: “realmente a mí no me gusta mucho ella” pero finalmente entiendo que todo es mi interpretación sobre ella y por esta razón, yo estaría más cómodo, porque quizás mi novia esté muy chaparra o muy gorda, o es muy alta y yo muy bajo, o cualquier cosa, puedo tener miles de quejas pero si de forma sólida yo sigo cada queja, entonces habrá más y más cada vez y por lo tanto mi sufrimiento será también cada vez mayor. Y claro, entonces no hay duda, yo tendría que divorciarme de ella o dejarla y además hacerle groserías, etc. Y ese es el resultado, los dos estaríamos sufriendo mucho. Yo seguiría aumentando las quejas hacia ella día tras día, mientras que al principio yo no tenía queja alguna cuando la conocí pero ahora sí las tengo, porque yo creé esas quejas, esto es el karma. El karma lo creamos nosotros mismos, no es que mi esposa o novia haya cambiado de forma drástica, sino que claro, ante mis ojos ahora ella se está convirtiendo en algo terrible ¡como un demonio! Para mí ella se está transformando en demonio pero ésta es solamente mi propia creación. Siempre estamos creando cosas, siempre vamos

sumando algo, día tras día, y eso es el karma. Y entonces mi vida se convierte en algo horrible, así como también la de mi esposa y la de mis vecinos, mi familia, toda mi vida estaría de cabeza.

Como no queremos tener este tipo de vida, tenemos que aprender y practicar la meditación sobre el karma y sunyata para que podamos entonces tener una revolución en nuestras vidas personales.

Lo que quise decir es que la vida entera depende del karma y el karma es naturalmente vacío. Por lo tanto, se nos recomienda a todos practicar el camino espiritual. Aquellos que son budistas, decimos Buda y Bodhisattva, y en otros caminos no budistas decimos, "santo". En el catolicismo o cristianismo tienen a Jesús. Existen distintos maestros, diferentes seres divinos y por "divino" quiero decir que están fuera del Samsara, aquellos quienes no tienen ningún tipo de sufrimiento, los que han logrado salirse del Samsara. Al decir que lograron salirse del Samsara no significa que se salieron del mundo, que no están más en México o en América o en esta tierra, no, no quiere decir eso. Quiere decir que todavía están aquí pero que no tienen el tipo de sufrimiento que tenemos nosotros, aunque puedan tener una familia, pueden tener incluso mucho más de lo que tenemos nosotros pero no tienen sufrimiento arraigado profundamente en el corazón porque lo han logrado atravesar, han hecho su práctica espiritual y han obtenido la Realización, lo que nosotros llamamos Realización. ¿porqué lo llamamos Realización? Porque han realizado justamente que la vida es interdependiente y que la interdependencia significa sunyata. ¡Esto es todo lo que ellos han realizado! Y nosotros entonces con gran asombro decimos: "es que es un ser Realizado" es un santo, es un ser precioso" pero lo precioso es simplemente la Realización.

Muchas personas creen que cuando uno se convierte en un Buda, te conviertes en un vegetal que no sientes nada, que nada más estás sentado ahí haciendo nada porque eres Buda, entonces creen que no tienes emociones, que no tienes forma de comunicarte, que no tienes sensaciones, no tienes nada, esto es lo que mucha gente cree que significa ser un Buda o un ser realizado que es lo mismo. O mejor aún: más que un vegetal, piensan que ser Buda es ser como un pedazo de pastel, por lo menos

más delicioso que un vegetal. Y algunos de nosotros pensamos que ser un Buda o un ser realizado significa que en el momento en el que se realiza, entonces ¡se va! Ya no está más aquí, se disuelve en el aire, se esfuma y ya no lo podemos ver, ya no regresará jamás, no te puedes comunicar con él porque su tarea en el mundo ya está terminada por completo. Esto es lo que creemos con respecto a los seres realizados pero ninguna de estas cosas son ciertas, ninguno de estos argumentos es un entendimiento auténtico.

En algunos Sutas, en Dzogchen decimos que Buda no tiene karma y esto es cierto, no es porque Buda no se mueve o porque Buda no come o no habla, Buda está haciendo todo, pero lo importante es que no tener karma significa que Buda se ha realizado. Por ejemplo, el día de mañana nosotros también seremos un Buda, mañana o pasado mañana quizás, o tal vez hoy por la noche, en fin, tarde o temprano nos convertiremos en Buda, nos iluminaremos. Buda no significa el Buda Sakyamuni, ese hombre que estuvo en India y que se murió; al convertirnos nosotros mismos en un Buda no tendremos karma o lo que es lo mismo, habremos realizado los hechos del karma y por tanto, cualquier cosa que hagas no estará acumulando ningún tipo de negatividad o ningún tipo de resultado no deseado.

Por ejemplo, cuando yo me convierta en un Buda, yo estaré haciendo de todo, pero jamás estaré experimentando algo que yo mismo no quiera. No estaré pensando, “es que no quiero comer esta comida”, más bien diría: “no quiero que me de dolor de estómago” pero como comí algo descompuesto en el avión, me puede dar...eso entonces sería karma. Este tipo de cosas no estarían ahí porque Buda habrá realizado de forma experiencial y no solamente de forma intelectual; Buda ha ido mas allá del sufrimiento. O sea que aunque el Buda comiera algo descompuesto, jamás tendría dolor de estómago, esto es seguro, y por eso es que no tiene karma. Estoy explicando esto de forma muy directa y muy simple para que lo entiendan.

Por ejemplo Jesucristo fue crucificado y tomó el sufrimiento o como le quieran llamar, por nosotros y lo hizo con consciencia, a propósito, pero yo personalmente no creo que el haya sufrido, pero hizo un poco de trampa. Claro que ésta es mi interpretación. Pero se ve horrible, claro, se ve como que sufrió muchísimo. Los Budas o seres iluminados,

hacen demostraciones; como un teatro pueden hacerse crucificar o asesinar de formas terribles o morir de formas espantosas o lo que sea, pero ellos no tienen sufrimiento, están mas allá del sufrimiento, ya lo han superado, no están en Samsara lo que quiere decir que no experimentan sufrimiento no deseado. Y si hubiera algo como sufrimiento deseado entonces quizás ellos lo atraviesan, pero yo no lo llamaría sufrimiento. Así es que no debemos entender la iluminación o los seres iluminados, al Buda como una persona que no se mueve o no tiene emociones, esto no es cierto, si hay emociones, movimientos, todo está ahí presente, sin embargo, lo que no hay es karma que acumule porque ha entendido no sólo en la cabeza sino en la experiencia y por esta razón ese ser está fuera de este juego del Samsara de sufrimiento; o sea que nosotros también tenemos que salirnos de este sufrimiento y de estas altas y bajas.

Esta es la razón por la cual el Budismo no es una religión, porque creemos de forma profunda en este proceso del cual hablaba: el proceso kármico. No hablamos o no ponemos énfasis en la creación, de que esto ha sido creado por alguien más, y como creemos en el karma y en la interdependencia y todo regresa a sunyata, esta es la razón por la cual nuestra teoría está orientada a la espiritualidad. Las enseñanzas budistas por tanto, se basan mucho en el proceso de ir desarrollando nuestra propia vida, la vida cotidiana ir haciéndola cada vez mejor y mejor. Tener un mejor entendimiento, un mejor reconocimiento para manejarla de mejor forma, este es el propósito principal de la espiritualidad y realmente es el deseo más profundo del Budismo.

## **Segunda parte**

Voy a tomar unos 15 minutos más de su tiempo porque sé que me han estado esperando y quizás haya gente que se tiene que ir, pero quiero hablar más de esto de forma práctica y después podemos tomar un tiempo para preguntas básicamente para los que no puedan venir mañana. Estas preguntas pueden quizás clarificar tu entendimiento.

En el sentido de la práctica de karma y sunyata, lo que tienes que hacer es estar siempre pendiente, o en estado de darte cuenta de ti mismo, esta es la razón por la

cual existen muchos tipos de meditaciones en Theravada o en Vipassana para calmar la mente. No significa que ésta es la práctica principal, pero la práctica de calmar la mente te va a ayudar a pensar en tu vida sin obstáculos u obscuraciones.

Como estamos hablando de que todo es interdependiente, entonces todo es sunyata, o el gran vacío. Podría sonar entonces como que realmente no necesitaríamos practicar ni preocuparnos de nada, no necesitaríamos hacer nada, porque todo es sunyata, el gran vacío así es que no hay nada, y mejor vivimos en karma y dejamos que el karma se ocupe de todo para el resto de nuestras vidas, mucha gente piensa así. Mucha gente lleva su vida de esta manera con este tipo de pensamiento. Especialmente en algunas comunidades budistas, se piensa: “ah, nosotros los budistas creemos profundamente en el karma o sea que no deberíamos hacer nada sino dejar las cosas al karma y el mismo karma las va a arreglar”. Pero esto es un concepto totalmente erróneo, por el contrario, nosotros tenemos que estar trabajando muy duro al mismo tiempo que tenemos que entender profundamente el hecho de que el karma es sunyata.

Los budistas ponen todo su énfasis en el karma y los no budistas ponen el énfasis en Dios y para mi forma de ver las cosas, los dos son métodos hábiles de poner al ser humano en un camino correcto. Son solamente distintas formas de mostrar el camino. Pero el propósito real es encausar a la gente en el camino correcto, en la práctica adecuada. Por ejemplo, aquellos no budistas, cuando hacen énfasis en que hay que complacer a Dios y si complaces a Dios entonces Él te va a cuidar y entonces tu vida será mejor. Pero complacer a Dios significa que tienes que hacer cosas buenas, tienes que ser moral, tienes que ser un buen niño o niña, si no eres bueno entonces Dios te castigará, o sea que lo que significa es que debes ser una buena persona. De forma similar cuando los budistas hablan del karma, también se refieren a que si no eres cuidadoso, entonces debido al karma, tendrás sufrimiento, tendrás una vida horrible y en las vidas por venir, tendrás millones de años horribles. Por lo tanto, debes ser cuidadoso, debido al karma. O sea que realmente es el mismo punto.

Este tipo de conocimiento te hace vivir de forma muy armoniosa y sin problemas sectarios porque todas las religiones tienen el mismo punto, tendrán distintas formas y

caminos pero el punto es el mismo: ser una buena persona, trabajar más fuerte porque hay una meta, nosotros la llamamos la Iluminación o Buda, el ser realizado y los no budistas lo podrán llamar como que Dios te aceptará en su reino o algo similar. Hay muchas maneras de decirlo pero lo que significa es que estarás fuera del sufrimiento, estarás para siempre en gozo, siempre feliz. Esta es la razón por la cual desde el punto de vista kármico, tenemos que trabajar arduamente y debido al karma, tienes que estar evitando el karma negativo y crear un mejor karma para que el karma positivo y el negativo se enfrenten en una batalla y que el karma negativo se disminuya y tu karma positivo crezca para que apoye tu vida, tu mundo individual. Y después lentamente, se irá terminando tu sufrimiento a través de la práctica de la meditación, o de tus actos, todo esto te ayudará de forma gradual.

No sólo esto, sino que después de que entiendas que todo pasa por las leyes del karma, entonces tendrás una gran compasión, un gran amor, un sentido muy grande de querer cuidar a otros. Por ejemplo, si yo fuera un ser realizado, y ustedes todavía no lo están, al verlos a ustedes yo tendría una enorme compasión hacia ustedes porque podría ver cuánto están sufriendo de forma innecesaria. Al ver su sufrimiento a mi me daría mucha compasión aunque yo no pudiera hacer demasiado porque es su propio karma, no es el mío, pero me surgiría una gran compasión y tendría una motivación fortísima para tratar de ayudarles. No estaría echado para atrás pensando: “ah, mira como sufren, no es mi problema porque yo estoy muy contento, no importa...” ¡NO! Esto no sería así, lo natural es que surgiera espontáneamente en mí una actitud de empatía hacia ustedes.

Si yo solamente tuviera un entendimiento intelectual sobre karma y sunyata, entonces mi compasión hacia ustedes sería tan sólo intelectual. Esto significaría que mi compasión no es muy profunda sino que tendría solamente una idea de cómo están ustedes sufriendo pero realmente no me conmovería mucho, mi compasión sería superficial. Pero en tanto yo me familiarice más con el entendimiento o la realización de que el karma realmente es sunyata y que todo es interdependiente, debido a ese tipo de conocimiento experiencial, entonces yo tendría una compasión experiencial muy fuerte hacia ustedes, porque yo mismo lo he experimentado y mi compasión sería mil

veces más profunda de lo que era cuando yo solamente tenía un entendimiento intelectual con respecto al karma siendo vacío.

Si yo no tengo entendimiento alguno con respecto al karma y a sunyata, entonces no tengo ningún tipo de compasión o de amor, mi amor y compasión serán muy condicionales. Aquellos quienes estén muy cerca de mí, como mi bebé, o mi esposa, o amigos, con ellos sí puedo ser compasivo pero este tipo de compasión es muy condicionada, hasta las serpientes pueden tener este tipo de amor, los cocodrilos, en fin, incluso este tipo de animales peligrosos tienen este tipo de amor; todo mundo puede tener este tipo de amor o compasión, esto no es entonces muy especial que digamos. Pero nosotros tenemos que tener un tipo de compasión muy especial que es la compasión incondicional. Independientemente de que alguien sea amable contigo o no, de que sean muy alegres, lindos, amorosos, esto no debería importar, tu tendrías que ser siempre compasivo, este tipo de compasión es la compasión auténtica e incondicional y esto es muy necesario. No estoy diciendo que el otro tipo de compasión sea basura, no, si no hubiera ese tipo de amor individual o condicional, ¡imagínense como sería este mundo de horrible! Ya no hubiéramos sobrevivido hasta hoy, nos hubiéramos matado entre todos. Así es que afortunadamente tenemos el amor condicional que nos une a unos con otros, o sea que no estamos tan mal.

El amor y la compasión incondicionales están basados en el conocimiento muy general, por ejemplo, si alguien no es muy amable contigo, tú no te enojarías, sino más bien esto te ayudaría a que crezca tu alegría y tu satisfacción. Si ves a alguien muy enojado, al verlo, tu pensarás: “pobrecito, no sabe nada sobre el karma vacío, esta persona es muy ignorante”. O sea, que antes de meterte en explicaciones, tendrás una compasión espontánea hacia esa persona no importa si esa persona es buena o mala o lo que sea, tu no necesitarás razón alguna para explicártelo, con tan sólo verlo, sentirás mucha compasión, te volverás más suave. Ni siquiera tendrás la oportunidad de enojarte, o quizás te puedas enojar un poco porque estamos muy acostumbrados a enojarnos de pronto, pero después lo verás con detenimiento y pensarás: “míralo, qué caso tiene que yo me enoje, el es muy ignorante, como lo era yo antes, antes de hacer

práctica espiritual yo estaba igual de enojado las 24 horas del día”. Así es que automáticamente te conviertes en un ser muy compasivo.

Tal vez podremos hablar más de este tema mañana, pero la esencia de todo esto es que tenemos que ser siempre compasivos y debido a ello, tenemos que ser tolerantes, más pacientes. La práctica de la paciencia es estar forzándote a no enojarte, esto es casi como una tortura porque cuando te enojas sientes como que te quemas, sientes hasta lumbre en el cuerpo y te estás forzando a ti mismo a no enojarte, ¡esto puede ser verdaderamente tortuoso! Entonces lo que hacemos es que al conocer y estarnos familiarizando con sunyata y con el karma, de forma suave podrás ir practicando la paciencia sin problema, el enojo no tendrá oportunidad de crecer en ti. Aunque vengan todas las emociones como el enojo o los celos no tendrán la fuerza suficiente para tomarte, no te molestarán estas emociones porque tu tendrás el control absoluto sobre ellas y no al revés cuando las emociones te controlan a ti. Esto es lo que necesitamos.

Como resultado de la práctica de la paciencia y todas estas cosas, tu propia vida será más suave; es como hacer un poco de trampa, aunque nosotros decimos que es una práctica “no egoísta” o de amor incondicional o compasión incondicional, etc. nosotros los budistas siempre decimos eso pero yo siempre pienso que hay un poco de trampa en todo esto porque como resultado tú mismo vas a tener más paz, tu vas a llevar tu vida de forma pacífica y cómoda y estarás sonriente. Así es que el bono o la ganancia es tuya, el placer de tener ese privilegio es para ti. Esto es lo que debemos hacer para mejorar nuestra vida cotidiana y al final definitivamente no tendrás ningún tipo de problema, ningún sufrimiento, esto es la Iluminación y esto es seguro, esto es una garantía. Pero claro, hasta entonces, tenemos mucho trabajo que hacer como tarea pero a cambio obtendrás muchos beneficios.

### **Sesión de preguntas**

(La pregunta no se escucha muy bien pero está relacionada con el ego).

S.S. El ego siempre te hará más débil, el ego te va a matar de una forma u otra. Yo creo que lo que estás experimentando es que crees que por ser un practicante espiritual tú te debes sobajar a ti misma, pero al hacerlo te sientes mal, te haces menos

y esto no está bien, te tienes que poner a ti misma en un punto de igualdad. Todos somos igualmente ignorantes, por eso somos compasivos unos con otros, trabajamos unos con otros, nos amamos unos a otros. Esta es la esencia de la práctica espiritual, se cree de pronto que la esencia de la práctica espiritual es no tener ego, no pensar en mí mismo y decir “no debo de ser nadie” y sentirse con culpa. Por ejemplo, es como si yo me sintiera totalmente egoísta porque tengo aquí una rica taza de té, mientras ustedes no tienen ni un vaso de agua y yo ya he comido pasteles y galletas y frutas; yo podría sentirme mal y triste por esto y podría pensar que soy muy malo. Pero esto no es para nada lo que significa ser un ser espiritual, sino que este tipo de actitudes te debilitan, el sentir culpa te hace débil y esto no es correcto. Tenemos que verlo desde un punto de vista diferente, la culpa nunca debe estar presente.

La culpa es una manifestación del ego, viene del ego. Si tú tienes un ego muy fuerte y un deseo muy fuerte de ser la mejor, la mejor practicante o la mejor budista o católica o lo que sea, entonces sentirás culpa al saber que no eres la mejor y esto es ego. Así es que el ego eventualmente te debilita. Claro que queremos ser los mejores, pero no a través del ego, queremos ser los mejores a través de la filosofía, del conocimiento espiritual, entonces sí te vuelves el mejor, te iluminas, ni siquiera un poquito mejor sino que puedes llegar a la Iluminación mañana o pasado mañana, o en un par de años.

*¿El miedo también es una manifestación del ego?*

S.S. Sí, el miedo es definitivamente una manifestación del ego así como la esperanza o expectativa (hope) por eso la enseñanza espiritual siempre enfatiza en que no debe haber esto. Aunque siempre tenemos una esperanza; por ejemplo: ser una mejor persona, pero cuando atraviesas esto, no debes permitir que sea la expectativa la que te mueve. Básicamente para empezar sí está presente la esperanza, pero no debes dejar que sea la esperanza la que te guíe, tú eres el que debes guiar, no la esperanza.

*¿Si alguien está muriendo con mucho dolor físico, cómo puede aplicar el vacío para liberar esa sensación?*

S.S. Cuando el sufrimiento es muy fuerte, entonces es un poco difícil aplicar el vacío de inmediato, tienes razón. Porque es como cuando tienes una enfermedad muy severa

que ya está en la tercera o cuarta etapa de desarrollo, incluso la medicina parece que no está ayudando mucho y entonces tienes que rendirte, es similar. Cuando tenemos un tipo de sufrimiento tan grande, entonces es difícil de sobreponerse aunque apliques la práctica de sunyata, ¿porqué? Porque la práctica de Sunyata no está desarrollada y el sufrimiento en cambio está muy desarrollado. Por eso se recomienda cultivar el sunyata junto con el karma cuando estamos bien, cuando no estamos sufriendo tanto, porque tenemos aún todos los sentidos funcionando, no estamos tan viejos, no tenemos 80 ni 90 años, no estamos ciegos, estamos más o menos bien ahora. Este es el momento para hacer la práctica y no esperar a que tengas un gran sufrimiento, entonces si es más difícil hacerlo.

Sí funciona a veces pero no es tan efectivo aún si ya tuviste algún tipo de enseñanza o práctica, si hay demasiado sufrimiento, entonces no funciona tan bien, pero no quiere decir que no sirva. Mi propia experiencia ha sido con gente que está a punto de morir y me llaman y les platico sobre sunyata, karma, impermanencia esto y lo otro y realmente sí es de gran ayuda. Me doy cuenta que empiezan a sonreír, se empiezan a relajar, incluso para el dolor físico ayuda, y esto entonces quiere decir que si entendieron algo, pero claro que ellos dicen que es porque yo les di mi bendición. Está bien, pueden llamarlo así si ellos quieren, pero yo pienso que no es nada más la bendición, sino es que ellos escucharon y entendieron lo que expliqué y por tanto, pueden soltar un poco. No estoy diciendo que con esto ya se levantan de la cama y caminan y ya no se van a morir, ojalá pudiera yo hacer esto pero eso sería más como un milagro y de cualquier forma eventualmente tienen que morir. Pero cuando llegue el proceso de la muerte, ellos mueren de forma pacífica e incluso con gozo, con una sonrisa los he visto morir. O sea que sí ayuda tener el conocimiento.

*¿Sunyata es algo que se va realizando poco a poco o es todo o nada?*

S.S. Sunyata puede ser realizado de las dos formas. Algunos pueden realizar sunyata de forma inmediata y otros lo van realizando de forma muy gradual; depende mucho del proceso individual y la forma individual de ver las cosas. Generalmente es algo gradual, pero para aquellos que son practicantes muy especiales es algo que puede

llegar así de pronto en un día, pero es algo muy raro. Más bien es como gradualmente, diariamente ir acumulando, es como ir a la escuela hasta que te gradúes.

*¿Se rompe la dualidad cuando se realiza el vacío?*

S.S. Sí, la dualidad es como el enemigo del entendimiento de sunyata.

Digamos no enemigo pero es lo opuesto de Sunyata. Cuando realizas Sunyata del todo entonces ya no hay dualidad. Y no dualidad significa que no hay malentendido sobre la dualidad, no es que no exista la dualidad, sino que deja de existir el malentendido sobre la dualidad. Como estamos ahora es que tenemos una gran dualidad, ¿porqué? Porque tenemos un gran malentendido sobre la dualidad, lo que significa que tenemos un gran malentendido sobre las cosas pensando que están muy separadas. Por ejemplo, pensamos que las cosas son muy independientes como cuando digo: “esta flor es muy hermosa” y esto significaría que la flor tendría que ser bella todo el tiempo o pienso que no hay duda, esta flor tiene que ser bella, entonces tengo un malentendido con respecto a esto, porque mejor puedo decir: “sí, para mí es muy bella, pero, ¿y qué?” esta misma flor puede parecerle horrible a alguien más. Yo tengo entonces el privilegio de poder ver esta bella flor, pero al mismo tiempo tengo el privilegio de soltarla, o sea lo tomo con calma. Lo que quiere decir es que jamás tendré un dolor o sufrimiento causado por esta flor, tendré los privilegios pero no el sufrimiento.

Tú puedes pensar que la flor está muy fea, y a mí no me causará dolor, yo digo que es bella, tú dices que es fea, pero no me duele porque ya tengo un entendimiento sobre Sunyata, entonces esta aparente dualidad de la flor bella o fea, no me causa sufrimiento. Cuando tú y yo nos convirtamos en Budas, entonces este malentendido sobre la dualidad se esfuma. Parece un tanto complicado pero la verdad es comprensible.

Si piensas que cuando realices el sunyata entonces desaparecerá la dualidad, esta no es una forma muy adecuada de pensar porque entonces piensas que cuando te conviertas en Buda, todo dejará de ser dual y se convertirá como todo en uno, en una sola cosa y esto puede parecer confuso. Como cuando en la computadora se disuelven

las cosas una en otra. Lo que cambia es la idea, lo que desaparece es el malentendido con respecto a la dualidad.

*¿Usted dijo que tenía dolor de cabeza y se le quitó cuando entro aquí, entonces el karma depende de otra gente?*

S.S. El karma depende de otra gente, depende de tus emociones, de los distintos elementos también. Por ejemplo, si este edificio tiene un aire muy contaminado entonces también me podría dar dolor de cabeza. Y si me paso al siguiente salón donde hay muy buen aire, puede ser que mi dolor se esfume, entonces también depende de los elementos no sólo de la gente. Mis emociones también influyen, puede que la gente esté bien, y el aire esté bien, pero mis emociones no están bien, si estoy de mal humor o lo que sea, entonces también me puede dar dolor de cabeza, o sea que el karma depende de muchas cosas por eso digo que todo es interdependiente.

Muchas gracias a todos por venir, espero que haya podido explicarles algo, que puedan practicarlo y que su vida mejore.

Copyright DPPL Spanish, México.