

Vivir el camino

Módulo 4: El maestro es buda

Primera sesión – Meditación

El maestro es buda

Se enseña que una de los logros más difíciles de obtener en el camino al despertar es la comprensión de que el maestro es buda. Sin embargo, cuando se ha logrado esta comprensión los demás logros le seguirán con facilidad. La presente meditación nos anima a considerar cómo los budas y los bodisatvas nos están guiando en esta misma vida, y cómo lo hacen por medio de manifestarse como maestros.

En cada una de las sesiones repasar mentalmente las cuatro afirmaciones que se presentan más abajo y dedicar más tiempo a una de ellas en particular, considerándola desde diferentes perspectivas. Se trata de debatir interiormente con uno mismo si el razonamiento expuesto parece verídico o no y de, si en algún momento sentimos con fuerza que los budas efectivamente nos están guiando tomando la forma del maestro, sostener este reconocimiento durante tanto tiempo como podamos, dándole más fuerza de vez en cuando si es necesario por medio de volver al análisis.

Preparación

Nos sentamos en una posición confortable, nos fijamos en la postura de meditación de siete puntos de Vairocana y nos ajustamos a ella como nos vaya mejor¹. Hacemos algunas respiraciones profundas, permitiéndonos relajarnos completamente en nuestro cuerpo. A continuación llevamos la atención a la respiración, observando por unos minutos el aire que entra y sale, para llevar la mente a un estado apacible y claro.

Reflexionamos brevemente en que gracias a este renacimiento humano contamos con una gran oportunidad para avanzar significativamente en el camino hacia el despertar. Siendo así, imaginemos lo bueno que sería si además tuviésemos la guía perfecta de una mente omnisciente que reconociéramos como tal, en cuyo caso actuaríamos con la mayor de las confianzas. Ahora generamos la motivación, pensando:

«Para hacer que mi vida sea lo más provechosa posible necesito que una mente omnisciente me guíe, puesto que es con esta guía perfecta que podré conseguir la budeidad y ayudar a los demás de la mejor manera. Con esta intención voy a meditar para cultivar el reconocimiento de que los budas me están guiando, y de que lo hacen por medio de manifestarse como maestros.»

¹ Si estamos sentados en el suelo: las piernas cruzadas en la posición del loto completo, en la del semiloto o en la que encontremos más confortable; si nos sentamos en una silla: podemos poner las piernas de manera que los pies toquen planos el suelo. La espalda recta, los dos hombros a igual altura y relajados; la cabeza con una muy ligera inclinación hacia delante y mirada dirigida suavemente hacia el suelo pasando por la altura de la punta de la nariz; los brazos en círculo, manos reposando en la falda con palmas hacia arriba (la derecha encima de la izquierda, con los pulgares tocándose levemente); la boca y la mandíbula relajadas y la lengua colocada ligeramente justo detrás de los dientes, tocando el paladar superior. Alerta y relajados.

La meditación propiamente dicha

Reflexión 1: Buda dijo que tomaría formas ordinarias para guiar a los seres

En el *Tantra de Hevajra* (tib. *Gyu Tagpa Nyipa*) se menciona: «Yo, que me llamo Vajrasattva, permaneceré en una forma ordinaria para beneficiar a los seres».

«En los tiempos degenerados futuros», dijo Buda, «me manifestaré como un niño así como con otros aspectos ordinarios: mostraré el aspecto de un niño, y también usaré diversos métodos».

El bodisatva llamado Digno de Contemplar le preguntó a Buda: «Ahora tú nos estás guiando, pero ¿qué pasará en el futuro, en las épocas degeneradas? ¿quién guiará a los seres?» Contamos con varias citas acerca de lo que Buda respondió, que fue que en un futuro se manifestaría en la forma de abades, como maestros que enseñarían el dharma; dijo que utilizaría varios métodos y que se mostraría con diferentes aspectos: «Me manifestaré como un ciego aunque no lo sea, me manifestaré como un cojo aunque no lo sea». En definitiva, Buda se manifestará con varios aspectos para guiar a los seres.

Buda afirmó: «En los tiempos degenerados del futuro, no debes temer no encontrarme, porque me manifestaré con el aspecto de un maestro. Entonces deberás darte cuenta de que soy yo».

Reflexión 2: Los maestros son los que llevan a cabo las actividades de todos los budas

Sean cuantos sean los maestros que haya, no cabe ninguna duda de que Buda nos guía a través de ellos, y esto es definitivo, cien por cien cierto, no tengo ni un resquicio de duda al respecto. Esto es así cuando se trata del maestro con el que tenemos una conexión kármica.

A pesar de que existen innumerables budas nosotros no podemos percibir su forma pura debido a que tenemos la mente profundamente oscurecida. Como consecuencia, al no poder verles con ese aspecto tampoco pueden ayudarnos directamente, no podemos recibir consejos o enseñanzas de forma directa. Sin embargo, si se manifiestan con un aspecto ordinario encajan perfectamente, porque así se ajustan al nivel de nuestra mente oscurecida, y gracias a ello podemos recibir un beneficio directo.

Su Santidad mencionó que la explicación de que «los budas se manifiestan con un aspecto ordinario» significa que se muestran como si tuvieran engaños, con ignorancia, con sufrimiento, cometiendo errores (y esto incluye el comportamiento inmoral), padeciendo enfermedades del cuerpo y de la mente, y cosas similares. Se manifiestan así, como el maestro con un aspecto ordinario, para que podamos verles y de esta manera podamos recibir sus enseñanzas y su guía. Podemos comunicarnos con ellos y así pueden darnos enseñanzas de sutra y tantra, transmisiones orales, los votos pratimoksha, los votos del bodisatva y los votos tántricos, etc.

Asimismo tienen la capacidad de guiarnos para que aprendamos el dharma y lo practiquemos, de guiarnos hacia la felicidad de las vidas futuras y de aportarnos un renacimiento afortunado en el que podamos encontrar el dharma. Y no sólo eso, sino que además pueden conducirnos a la liberación del samsara y más, a la felicidad sin igual del despertar: pueden liberarnos de océanos de sufrimiento samsárico y de sus causas, que son el karma y los engaños, y más aún, llevarnos al completo despertar. Por todo ello, el maestro es más bondadoso y especial que todos los innumerables budas, y esto es algo que debemos comprender.

Los budas nos guían mediante el amigo virtuoso.

Reflexión 3: Incluso ahora los budas y los bodisatvas ayudan y guían a los seres

Nos podemos preguntar qué sucedió con el Maestro Buda Shakyamuni, qué sucedió con los incontables budas (porque hay incontables budas) y con las innumerables deidades: ¿qué ocurrió con todos ellos? No existen, ¿alcanzaron el despertar, y desaparecieron para nosotros? Todo ello son dudas que se nos plantean.

Puede que o bien no existan (que alcanzaran el despertar pero que no existan actualmente) o bien no tengan compasión por nosotros. O no tienen omnisciencia y por eso no nos ven; o no tienen el poder perfecto para guiarnos; o, de nuevo, no tienen compasión hacia nosotros. Todas estas son cuestiones que nos planteamos. Pensamos que hay algo que no va en relación a los infinitos budas, caemos en este error, y pensamos que no han completado las cualidades de un buda y o bien que no existen. Los incontables budas, los mil budas de este eón afortunado, de los cuales Buda Shakyamuni es el cuarto y Maitreya es el quinto en descender a este mundo, no existen.

Estos son errores en los que caemos cuando consideramos que ninguno de ellos es un buda. Entonces debemos plantearnos si todas las acciones que nos guían hacia el despertar proceden de seres ordinarios. Es como si los budas viviesen en una cueva o en alguna playa o quizás en algún otro lugar solitario, no estamos seguros de donde se encuentran, y consideramos que quienes nos están guiando son seres corrientes, que los que nos están conduciendo al despertar son seres ordinarios. Trabajan para nosotros, nos conducen al despertar, y aun así, los budas no existen. Vemos que no tienen todas las cualidades, y a partir de ahí surgen los errores, lo cual es completamente contradictorio, totalmente falso. Si utilizamos la visión de nuestro pensamiento erróneo, de nuestra mente impura, nos llevará a unas conclusiones totalmente falsas y opuestas a la verdad.

Reflexión 4: No podemos confiar en nuestra percepción

Nunca sabemos a ciencia cierta quién es un buda y quién no lo es, porque un buda no va por ahí desprendiendo rayos de luz como el sol ni nada parecido, así que no podemos saberlo. Sin embargo, de lo que no cabe ninguna duda es de que el buda nos guía aunque no sepamos la forma en que se nos presenta. Podemos encontrarlo en cualquier lugar, en la calle, en el mercado; en la vida diaria, nunca podemos saber quién es un buda, puesto que puede manifestarse en la forma de un animal para ayudar a los animales, o de un preta para ayudar a los pretas, o de un naga para ayudar a los nagas. No tenemos la capacidad de reconocer quién es un buda y quién no lo es.

Conclusión

El despertar es un estado que sin duda existe y se puede obtener, como comprobamos cuando, al meditar en el lam rim, tenemos una pequeña experiencia. En ese momento nos damos cuenta de que definitivamente podemos alcanzar la liberación y el despertar.

Sin lugar a dudas, los budas existen, y con la misma seguridad podemos afirmar que nos guían por medio de manifestarse en la forma de maestros.

Dedicación

Que por los méritos de estas acciones virtuosas pueda alcanzar rápidamente el estado de un maestro-buda y llevar a todos los seres vivos, sin excepción, a ese estado iluminado.

Que ni por un segundo surjan malos pensamientos acerca de las acciones del glorioso maestro y que pueda considerar cualquier acción realizada por él como pura. Con esta devoción, que pueda conseguir las bendiciones del maestro en mi corazón.

Meditación caminada entre sesiones (Ejercicio de atención)

«Los budas me guían»

Meditación extraída de las instrucciones de Lama Zopa Rimpoché explicadas durante el retiro Una luz en el camino de septiembre de 2009. Compilado y revisado por Kendall Magnussen, noviembre de 2010. Traducido al español por el Servicio de Traducción de la FPMT Hispana.