

*[Video n°4: «Dos situaciones espantosas»]*

La primera causa de refugio es la presencia en la mente de un miedo útil al samsara; se trata de temer el haber de confrontar las experiencias de sufrimiento del samsara, debemos cultivar ese miedo fructífero. La segunda causa es la fe en el Buda, el Dharma y la Sangha al comprender que estos tienen el poder de liberarnos de los océanos de sufrimiento samsárico y de sus causas: el karma y los engaños. Con esas dos causas: el miedo al samsara y el confiar completamente en el Buda, el Dharma y la Sangha, ese factor mental es el refugio hinayana.

En el refugio mahayana encontramos estas dos causas y además una tercera: la compasión por los seres. Con esas tres causas el factor mental es el refugio mahayana.

A continuación piensa: «Yo mismo he experimentado los sufrimientos particulares de los reinos inferiores y los del samsara en general en incontables ocasiones desde renacimientos sin principio, bajo el control del karma y de los engaños». Primero siente cómo has experimentado el sufrimiento sin principio del samsara, siente realmente cómo esa experiencia de sufrimiento no tiene un comienzo. Entonces, cuando empiezas a sentir ni que sea mínimamente el sufrimiento sin principio por el que has tenido que pasar, se hace insoportable. Es inimaginable, es algo que te empuja decididamente a querer cambiar de vida de manera inmediata. Sientes una necesidad imperiosa de hacer algo para cambiar tu actitud, tu conducta, la cual se convierte en causa de samsara, en la causa de los reinos inferiores. Las tareas sin sentido de esta vida se hacen insoportables, quieres provocar un cambio inmediato. No puedes esperar ni un solo minuto, ni un solo segundo para cambiar.

Entonces esa idea se expande y generas una urgencia por cambiar el pensamiento egoísta. Sencillamente no puedes esperar, no lo puedes soportar ni un minuto más, ni un solo segundo. Decididamente anhelas cambiar esa tendencia a pensar sólo en ti por dedicarte con amor a los demás, inmediatamente. Ésta es la realidad cuando pensamos en el sufrimiento sin principio del samsara. Resolvemos cambiar ahora mismo, decidimos que nuestra vida va a ser diferente del todo, que va a ser completamente diferente a como la hemos vivido desde renacimientos sin principio. Anhelamos algo completamente diferente. Al sentir esta urgencia nace en nosotros el coraje y la inspiración para hacerlo. Esto significa que no podemos esperar ni un minuto, ni un segundo, para poner en práctica el dharma. Lo tenemos que hacer ahora. Éste es el efecto.

Sin embargo, si no practicamos el dharma, no nos liberaremos del samsara y, de nuevo, el ciclo continuará una y otra vez. Si no generamos renuncia, desapego, tendremos que experimentar este sufrimiento continuamente, sin parar.

La primera situación tremendamente espantosa es que he estado experimentando el sufrimiento del samsara desde renacimientos sin principio, en incontables ocasiones. La segunda es que si esta vez tampoco practico el dharma generando renuncia, si no cambio la actitud mental para realmente generar desapego, me encontraré de nuevo en la misma situación una y otra vez. Sin renuncia tendré que sufrir en el samsara continuamente. Éste es el segundo hecho espantoso.

Nosotros mismos estamos en esta situación, pero si observamos a quienes nos rodean veremos que es un hecho que concierne a todos los seres. Los innumerables seres de los infiernos han estado experimentando exactamente lo mismo, han estado experimentando el sufrimiento del samsara en general y los sufrimientos particulares de los reinos inferiores, en ocasiones incontables desde renacimientos sin principio. No podemos ni imaginarnos lo insoportable que es. Es espantoso, totalmente insoportable.

Nos damos cuenta de que si no les ayudamos con el dharma, tendrán que sufrir en el samsara continuamente, y estos seres son innumerables. Ni lo podemos imaginar. Porque primero pensabas en tí mismo, que solamente eres uno, pero ahora te das cuenta de que los seres que sufren son incontables. En el pasado estos seres también experimentaron sufrimientos infinitos, los sufrimientos de los reinos inferiores y los sufrimientos de renacimientos sin principio en general. Ahora, si no reciben ayuda, sufrirán una y otra vez, sin fin. No nos lo podemos ni imaginar, sencillamente no podemos. Va más allá de todo lo que podemos imaginar. *[Fin del video]*