



Djetsun Gampopa

Despertar y sanación (Carta 12)

Reflexiones básicas

Queridos Amigos,

Hoy presentaré unas reflexiones básicas sacadas del preámbulo del famoso “Precioso ornamento de la liberación” de Gampopa. Sus palabras pueden ser traducidas de la siguiente manera:

“Cuando consideramos la vida de una forma general, podemos distinguir dos modos básicos de experimentarla. La primera manera se caracteriza por estar sujetos a diversos grados de tensión, mientras que la otra está totalmente libre de tensión. En el budismo los llamamos: samsara y nirvana.

La naturaleza fundamental del samsara - experiencia de la vida acompañada por la tensión - es inaprensible, ya que no tiene ninguna solidez. Su característica es la confusión, debido a suposiciones erróneas acerca de la experiencia de la vida y el sufrimiento. La naturaleza fundamental del nirvana - experiencia de la vida completamente libre de tensión - también es inaprensible y sin ningún tipo de solidez, pero está totalmente libre de confusión y sufrimiento. Así, samsara y nirvana, aún teniendo una naturaleza fundamental idéntica, son formas opuestas de experimentar la vida: una es tensión y sufrimiento, la otra es libertad y felicidad. ¿Por qué?

Todos los seres humanos y todos los otros seres sintientes - donde quiera que estén - experimentan confusión en la medida en que se encuentran atrapados en esquemas emocionales y suposiciones erróneas acerca de la vida. Están confundidos respecto a la verdadera naturaleza de la experiencia; no son conscientes de su naturaleza inaprensible y piensan en cambio en algún tipo de existencia perdurable. La razón de esto es que carecen de esta clara consciencia que todo lo abarca y permite ver la vida como realmente es. No experimentan la vida con plena conciencia y sus percepciones están distorsionadas por

suposiciones acerca de la realidad.

La confusión de los humanos y de los demás seres muestra la manera que tienen de experimentar la vida: con esperanza y miedo, con apego y aversión, con todo tipo de identificaciones, siempre buscando y aferrándose, siendo incapaces de encontrar la felicidad duradera. Carecen de conciencia, como alguien que duerme profundamente y se aferra a su confusión como quien cree en la realidad de un sueño. Esta confusión y esta falta de conciencia se manifiestan siempre en todo momento, y en cualquier circunstancia: la confusión aparece en el momento en el que nuestra experiencia va acompañada del apego.

El problema con esta confusión es que conduce de forma constante a experiencias sutiles de tensión y sufrimiento. Aquellos que no deseen experimentar tensión o sufrimiento deberían encontrar una salida a esa profunda confusión. Pero todo esto solo termina con el Despertar, donde la mente se abre completamente a la plena consciencia intemporal. ¡Pero no se dejen engañar, eso no ocurre simplemente por si solo! Mientras la experiencia no esté libre de esquemas emocionales e hipótesis acerca de la realidad, la confusión será constante y fuente de sufrimiento. Por esta razón debemos centrarnos en dirigir todo nuestro ser al completo Despertar – a partir de este momento”.

Esta fue una libre interpretación de las líneas iniciales de Gampopa en el “Precioso ornamento de la liberación”. Espero que les ayuden e inspiren. Para mí es un ejercicio el permanecer cercano a la tradición y escribir al mismo tiempo en un lenguaje accesible. Seguramente es menos vivaz que el lenguaje espontáneo pero tiene la ventaja de no ser simplemente la imaginación de mi mente limitada.

Con los mejores deseos para un hermoso día,

Tilman Lhundrup