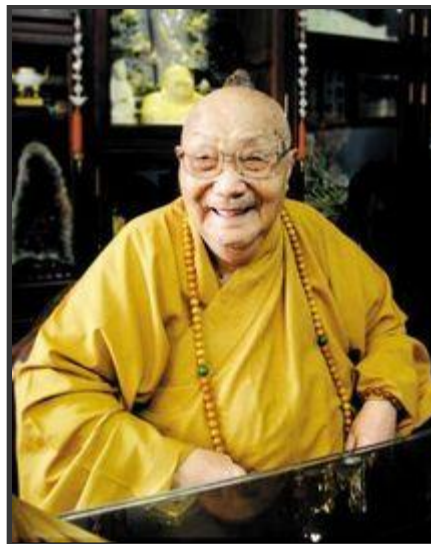


## La Enseñanza del Dharma del Viejo Maestro, Venerable Ben Huan - Parte 1



Traducido al español del inglés, por Yin Zhi Shakya. Documento [Cortesía](#) (con permiso para Acharia) del traductor al inglés Adrian Chan-Wyles (ShiDaDao) 2012



Gran Maestro Ben Huan 1907-2012

La traducción inglesa por Adrian Chan-Wyles (ShiDaDao) ha sido tomada de charla original en el lenguaje chino titulada '本焕老法师开示', o 'La Palabra del Dharma ofrecida por el Viejo Maestro Venerable Ben Huan', compilada y editada por Ming Yao (明尧居士整理). La traducción al español ha sido tomada de la traducción inglesa anteriormente mencionada.

Ésta es la primera parte de un texto compuesto de dos partes. Ella abarca una charla general del Dharma, seguida por una sesión corta de preguntas y respuestas. La audiencia está compuesta de personas laicas y ordenadas, con un énfasis en las preguntas y respuestas hacia la práctica laica. Ni fecha ni lugar se ha dado para esta charla, aunque es obvio que es en China. El Ven. Maestro Ben Huan dice que se ordenó a la edad de 36 años, y que cuando ofreció esta charla tenía 60 años de ser monje, concluyendo que el maestro tenía 96 años de edad por el año 2003.



## Nota Introdutoria de la Traductora al Español: Yin Zhi Shakya

Estimados Lectores de Acharia, este documento es una maravillosa Enseñanza Ch'an de uno de los Grandes Maestros Contemporáneos, Ven. Maestro Ben Huan OHY.

La traducción al español de la 'Primera y Segunda Parte' **ha sido posible** por la cortesía y el permiso del traductor al inglés [Adrian Chan-Wyles \(ShiDaDao\) 2012](#) . La Segunda Parte está en desarrollo.

Es mi consejo lean este documento despacio y en tranquilidad. Cada palabra del Maestro Ben Huan tiene un gran significado que no se debe pasar por alto.

El Maestro recorre la historia como también el método de enseñanza Ch'an con una gran simpleza de palabra que hace accesible la instrucción a todos fácilmente. En uno de los párrafos el Maestro dice: **"Aunque el sentido del 'yo' nos roba la paz mental, todavía pensamos que no podemos vivir sin él. ¿Por qué permitimos que el ciclo de nacimiento y muerte continúe de esta manera?"** Y a eso mismo me refiero cuando les digo ipresten atención, no dejen pasar esta oportunidad de aprender con este Gran Maestro Ch'an!

Él habla del esfuerzo correcto como algo imprescindible en el Camino a la Iluminación, sin el esfuerzo nunca llegaremos a nada. También habla de la atención correcta y hace hincapié en la diferencia entre la atención correcta y la incorrecta. Además dice: **"Nosotros no nacemos con un buen karma natural, sino que debemos cultivarlo lentamente con pensamientos y acciones virtuosas. Si el buen karma no se produce, entonces vuestra meditación no tendrá éxito. Es crucial que se dediquen a vuestro entrenamiento y naturalmente se desarrollen como consecuencia—pág. 40"**. Así mismo nos enseña a aplicar el método Ch'an del Hua Tou' (话头—'La cabeza de la Palabra'), que une todos los pensamientos en un estado de 'unidad/unicidad'; y nos dice: "Considerando la efectividad de este **método**, ¿por qué no emplearlo? ¿Qué les impide hacerlo? Apliquen la unidad de la mente, penetren en este método Ch'an y desarraiguen el engaño de la parte más profunda de la mente."...

Así que es mi sugerencia que todos estudiemos y practiquemos con esfuerzo y atención correcta para alcanzar la Iluminación, el estado de Paz y Tranquilidad que nos lleve a ser instrumentos de ayuda para nosotros

mismos y para los demás en este mundo aparente de caos y confusión.  
"Debemos esforzarnos con diligencia y entrar en la misma esencia de la práctica del Ch'an".

Deseándoles una práctica fructífera,

La Maestra ([Yin Zhi Shakya, OHY](#))

## Sermón del Ven. Maestro Ben Huan (本焕法师主讲)

A todos los maestros (ordenados), y (laicos) a los eruditos budistas:

He sido invitado aquí por los miembros de la comunidad laica a dar un número de discursos con respecto a mi experiencia sobre algunas de las últimas décadas—pero inicialmente pensé que no tenía nada decir. Entonces me di cuenta que podría hablar de mis experiencias con respecto a mi práctica budista y compartir mis pensamientos y sentimientos sobre esto con ustedes.

Estudí el Ch'an en el templo de Gao Ming (高旻寺—**Gao Ming Si**) bajo la dirección del Ven. Monje **Lai Guo** (来果). Los antiguos maestros **Lai Guo y Xu Yun** son ambos considerados en la China contemporánea, unos grandes maestros, y se reconoce que han penetrado completamente (a través de la meditación) la naturaleza verdadera de la mente brillante y pura. El **Ven. Maestro Lai Guo** alcanzó la iluminación en el Monte Jin Shan (金山), mientras que el **Ven. Maestro Xu Yun** alcanzó la iluminación en el templo **Gao Ming**. Yo fui muy afortunado cuando llegué a ser monje y de haber tenido la oportunidad de entrenarme con estos dos grandes maestros. Varias décadas de práctica han pasado muy rápidamente (como si el tiempo no existiera), pero el tiempo no ha pasado en vano.

Ya que hoy debo hablarles todo sobre la tradición **Ch'an** (禅宗—**Chan Zong**), pienso que sería lo mejor comenzar con los orígenes históricos. Cada uno aquí presente sabe que en la India antigua el 'Honorable del Mundo' (世尊 - **Shi Zun**) transmitió la esencia de su Dao (道—el '**Camino Espiritual**') sosteniendo en alto una flor mientras que estaba sentado/meditando en el Pico del Buitre (灵山—**Ling Shan**). ¡A pesar de la presencia de una multitud de sus seguidores, solamente su discípulo nombrado Mahakasyapa (迦叶—**Jia Ye**) entendió esta acción profunda, y demostró su comprensión con una sonrisa amplia de oreja a oreja! El Venerable Mahakasyapa inmediatamente entendió el significado del viejo refrán: "**La mente es transmitida por mente. La esencia de la mente sella la mente.**" Ésta era la época del Dharma Ch'an extraordinario e insuperable en la India. El linaje de los patriarcas Ch'an comenzó con el Ven. Mahakasyapa, que transmitió el Dharma Ch'an a través de 28 generaciones. El 28<sup>vo</sup> patriarca fue Bodhidharma (菩提达摩—**Pu Li Da Mo**), que viajó a través del océano y devino el 1<sup>er</sup> Ancestro (o Patriarca) del Dharma Ch'an en China. Él vivió en el Templo Shaolin (少林寺—**Shao Lin Si**) en la provincia de Henan, donde se

sentó en meditación delante de una pared por 9 años. Bodhidharma pasó el Dharma Ch'an al 2<sup>do</sup> Patriarca en China—Hui Ke (慧可). Hui Ke pasó el Dharma Ch'an al 3<sup>er</sup> Patriarca—Seng Can (僧璨). Seng Can pasó el Dharma Ch'an al 4<sup>to</sup> Patriarca—Dao Xin (道信). Dao Xin pasó el Dharma Ch'an al 5<sup>to</sup> Patriarca Hong Ren (弘忍). Hong Ren pasó el Dharma Ch'an al 6<sup>to</sup> Patriarca Hui Neng (慧能)... Eventualmente el Dharma Ch'an se me transmitió, llegando hasta mí—la 44<sup>ta</sup> generación.

¿Por qué el "Ch'an" (禪) se llama Ch'an (禪)? Ch'an (禪) es la transliteración china de la palabra sánscrita 'Dhyana' (禪那—**Ch'an na**). Esto se puede traducir como 'contemplación pura' (靜慮—**Jing Lu**), y es un **método** continuo para controlar y limpiar la mente en su totalidad. Este acercamiento cuidadoso para el desarrollo de la mente, se puede describir un poco más como el 'método contemplativo de estudio' (思惟修—**Si Wei Xiu**), y podemos utilizarlo para detener los pensamientos del movimiento continuo de avance y retroceso en la mente. Ahora el Ch'an es un método bien conocido y completamente establecido, **un método eficaz de desarrollo budista**. La escuela Ch'an cultiva diligentemente el Dao (道), y sin embargo, las ocurrencias de las personas iluminadas (开悟的人—**Kai Wu De Ren**) cada vez son menos y menos. En el pasado durante la Dinastía Tang (唐朝—**Tang Chao**), la Dinastía Song (宋朝), la dinastía Ming (**Ming Chao**), e incluso la dinastía Qing (清朝—**Qing Chao**), había un pequeño número de seres iluminados. El Maestro **Xu Yun** (虛云) vivió durante la dinastía Qing—pero hoy en día uno no oye acerca de las personas que alcanzan la iluminación, ¿significa eso que la iluminación no está sucediendo? ¡No en absoluto!—la iluminación puede ser grande y profunda, **o pequeña e inadvertida**.

En mi experiencia del entrenamiento de la Escuela Ch'an, puedo decir, que hay **18** niveles de gran iluminación, y numerosos ejemplos de iluminación pequeña. ¿Por qué digo esto? Cuando desarrollamos el 'entendimiento', éste es un tipo de iluminación, no obstante 'pequeño' en naturaleza. Hay muchos niveles de iluminación pequeña a medida que se desarrolla el discernimiento. La gran iluminación es el despeje o esclarecimiento completo y total del engaño de la mente y la comprensión profunda de su naturaleza vacía. Ambas clases de experiencias de iluminación son diferentes y distintas.

El aspecto más importante del entrenamiento Ch'an es el requisito de generar una sensación de duda en la mente (起疑情—**Qi Yi Qing**). ¿Cuál es esta sensación de duda? Se refiere a la **inhabilidad de entender**

**completamente la esencia verdadera de la existencia.** Hay “duda” porque la realidad es desconocida y la ignorancia es la norma. El **método Ch’an** incorpora esta ‘duda’ para dirigir la atención de la mente hacia el interior. De hecho, la historia del Ch’an está repleta con ejemplos de **gong ans** (公案—**Casos Públicos**), que presentan una declaración iluminada, o un intercambio entre el maestro y el estudiante, como medios para enfocar la mente hacia el interior, y así, penetrar la base o fundamento de la mente. Éstos **gong-ans** combinan la ‘duda’ con una introspección ‘intensa’. Incluso los patriarcas del pasado hicieron uso de estos métodos cuando preguntaban: “Antes de que mis padres nacieran, ¿cuál era mi rostro original?” Si no vivía antes, ¿cómo puedo saber mi rostro original? ¿Cuál es mi rostro original? ¿Lo conozco o no lo conozco? No conozco el Dao correcto (道). Esa clase de preguntas representan una situación de ‘duda’. Otro patriarca dijo: “Un perro no tiene naturaleza-búdica.” Como todos los seres poseen la naturaleza-búdica, ¿por qué decir que “un perro no tiene naturaleza-búdica?” Como esta clase de preguntas inspiran una gran duda en el practicante, el entrenamiento Ch’an puede comenzar desde este punto con una investigación intensa de la mente. Después del período de **Wan Li** (万历)<sup>1</sup> de la dinastía Ming (1572-1620), las personas optaron por la letanía/repeticón del nombre de Buda. Los Maestros Ch’an abogaron que esos practicantes debían buscar al Buda en su interior, de modo que al recitar el nombre del Buda, Éste se perciba claramente.

Si yo recito el nombre de Buda, entonces, ¿‘quién’ es el Buda? ¿Quién está recitando? En el templo de Gao Ming (高明寺—**Gao Ming Si**), el viejo monje Venerable **Lai Guo** (来果) abogó por la contemplación de: “¿Quién está recitando el nombre del Buda?” Esta pregunta crea una situación de duda intensa y está diseñada a ayudar al practicante a darse cuenta de la naturaleza-búdica. Esta frase se sostiene en la mente y se repite una y otra vez para que la mente esté firmemente enfocada en su interior.

La tradición Ch’an también mira hacia el interior y cultiva una gran duda. ‘El gong-an o los gong-anes’ declaran que todas las cosas regresan al **Uno**— ¿y a dónde el Uno regresa?—esta es una cuestión que debe ser investigada firmemente a través de establecer una gran duda. Después de todo, el Buda abogó o propuso **84.000** puertas del Dharma hacia la iluminación. Estos

---

<sup>1</sup> **Nota de Acharia:** El Emperador Wanli (chino simplificado: 万历; chino tradicional: 萬曆; pinyin: **Wànlì**; Wade-Giles: **Wan-li**) (desde el 4 de septiembre de 1563 al 18 de agosto de 1620) fue emperador de China (de la Dinastía Ming) entre 1572 y 1620. Su nombre significaba “Los diez mil calendarios”. Nació en Zhu Yijun, fue el tercer hijo del emperador Longqing. Su mandato de 48 años fue el más largo de la dinastía Ming y atestiguó la declinación constante de la dinastía.

métodos se diseñan para llevar a todos los seres desde la ignorancia a la iluminación, de la amargura a la felicidad. **No importa que puerta de Dharma se utilice**, se diseñan para someter y calmar la mente, ¿pero que hay en la mente que es controlada y sometida? Están los hábitos internos del deseo que se asocian al mundo externo; éstos contaminan la mente con los patrones continuos e incontrolados del pensamiento que se deben superar con el trabajo duro y la cultivación de buenos hechos meritorios. Ser ignorante, causar problemas o aparecer arrogante, así como ser celoso de la gente—todas estas cosas se deben desarraigar desde su fuente en la mente a través de la investigación. Su validez debe ser cuestionada y dudada, y esta duda es la que debe conducirles o dirigirles hacia delante. ¿Por qué la mente se debe limpiar de estos aspectos contaminados? Porque estas cosas son la manifestación de la ignorancia y son directamente responsables de cada ciclo de nacimiento y muerte—esto es el sufrimiento sin final. El ciclo de muerte y renacimiento (el **sámsara—轮回—Lun Hui**) en los seis reinos se ha estado repitiendo por períodos del tiempo incalculables. Cada vida condiciona la siguiente (**a través del karma**), y una se mueve hacia la siguiente sin interrupción. Si la mente es corrompida por el engaño, entonces hay renacimiento, si la mente no contiene estas corrupciones engañosas, entonces el renacimiento termina. Originalmente la verdadera naturaleza del 'yo' (o la base o fundamento o diríamos los cimientos de la mente pura y vacía) ni nace ni muere; ni es sucia ni limpia, y no puede ser aumentada o disminuida. Si esto es así, ¿por qué todas estas cosas aparecen existir hoy en el mundo por todas partes? Esto es porque los seres ordinarios están engañados y no entienden la esencia verdadera (y pura) de la mente. En su lugar crean rutinariamente el engaño/la ilusión en sus mentes. En el pasado, los ancianos (古人—**Gu Ren**) dijeron: **“En el nacimiento, los seres humanos están dotados con exactamente el mismo buen carácter. Sus naturalezas son las mismas, pero sus costumbres difieren”**. ¡Nuestras naturalezas `son iguales', pero nuestros hábitos de vida varían! Originalmente la esencia de la mente es pura y limpia, pero nuestro hábito de pensamientos engañados, mancha o corrompe esta pureza y asegura el renacimiento en los seis reinos del sámsara. Hoy en día, como budistas, trabajamos muy diligentemente para despejar la mente de esta corriente de pensamientos engañados, de manera que, el ciclo de renacimiento se pueda romper. Nos preocupamos de cómo eliminar estas corrupciones en la mente. Sin embargo, si estas cosas no son verdaderas o reales, **¿cómo podemos librarnos de ellas?** ¿Si no poseemos esas cosas, cómo podemos botarlas? Nuestras acciones kármicas, aunque causan sufrimiento **a través del engaño o ilusión**, no son en última instancia verdaderas y no tienen ningún lugar en la mente pura. Esta es la razón por la cual el **Bodhisattva Samantabhadra** dice que nuestra



naturaleza verdadera **no** tiene comienzo. A través de nuestras palabras, acciones y pensamientos se genera el karma negativo inmensurable e ilimitado. Siendo este el caso, la comprensión de que todas las cosas son 'vacías' (虛空—**Xu Kong**) pone fin a todo el sufrimiento.



**Bodhisattva Samantabhadra**

Como el sufrimiento kármicamente producido no tiene ninguna esencia permanente, entonces, ¿cómo es que se puede superar? **Ningún pensamiento o acción lo eliminará.** Esta es la razón por la cual debemos enfocar y concentrar nuestras mentes para eliminar el flujo de pensamientos engañosos. Todos los seres poseen una mente que piensa. Mientras que usted está estudiando diligentemente, ¿está usted de hecho golpeando realmente la raíz del engaño o ilusión? Hay solamente **una** mente esencial—**que no puede ser dividida.** ¡No es posible que haya más de una mente esencial, esto significaría que habría dos conceptos diferentes de la mente y tendría que haber dos diversas trayectorias o caminos budistas,

significando que habría **dos** Budas! Hay solamente **una mente** verdadera y debemos estudiar con diligencia si hemos de comprender que nuestro hábito de pensamiento crea el karma, que da lugar o hace surgir todos nuestros nacimientos y muertes. Si no nos entrenamos con una actitud seria, entonces continuaremos dando lugar, continuamente y sin final, al pensamiento engañado (妄想—**Wang Xiang**). ¿Por qué esto es así? Podemos vivir por décadas una vida que está engañada desde el comienzo hasta el final. Nuestro nacimiento y muerte están condicionados por este engaño "ilusivo". Si no enfocamos la mente correctamente, entonces, no comprenderemos la realidad del pensamiento engañado y del daño que hace. Si enfocamos la mente correctamente aplicando el método Ch'an, entonces el pensamiento engañoso será claramente discernido y el progreso será hecho.

Nosotros mismos debemos hacer este esfuerzo. En el templo Gao Min el venerable monje **Lai Guo** nos enseñó a producir una gran duda en la mente. El mismo utilizó este método. El nos enseñó a contemplar la frase: "¿Quién está entonando/repitiendo/invocando el nombre del Buda?" No se confundan sobre este método—el énfasis se coloca firmemente sobre la palabra "¿Quién?" (谁—**Shui**). Muchos no entienden este método o cómo aplicarlo

correctamente. Ellos no saben que este “**quién**” es el que conduce a la mente hacia su lugar de origen, sobre sí misma, de manera que penetre la esencia de la mente. Este “quién” es una palabra que surge en la mente—este proceso debe ser seguido hasta su origen—pero solamente puede ser alcanzado si se produce y se mantiene una duda de investigación fuerte. Si la mente pierde la concentración entonces el “quién” no será eficaz o efectivo, pues la mente perseguirá uno y otro pensamiento sin final—esta es una carencia de duda eficaz/efectiva.

Despertar un sentido fuerte de duda es muy importante y no se debe subestimar como método eficaz para alcanzar la iluminación. Establezcan esta práctica firmemente en la mente y nunca dejen que el esfuerzo disminuya. Si comemos y bebemos, podemos encontrar la experiencia satisfactoria y agradable—y repetimos el proceso una y otra vez. A pesar de la familiaridad con el proceso de comer y beber, no penetramos con el discernimiento en el “¿quién?” está haciendo estas actividades. Nuestra atención permanece solamente en la superficie, pero lo que necesitamos hacer es despertar la gran duda y mirar más allá de esta sensación superficial e investigarla con vigor. En el medio de estas sensaciones poderosas y engañosas, debemos con un gran esfuerzo o poder de voluntad, hacer surgir la gran indagación/investigación de “¿quién? Cuando nos entrenamos **inflexiblemente**, hay numerosos engaños o ilusiones que tenemos que encarar. Un antepasado Ch’an dijo una vez: “**Un ser tiene una multitud de enemigos**”. ¿Cuál es este ‘ser’ (一人—Yi Ren)? Eso simboliza la práctica del método de ‘Hua Tou’ (话头—**La cabeza de la Palabra**’), que une todos los pensamientos en un estado de ‘unidad/unicidad’. ¿Cuál es la multitud de seres?’ Esto simboliza los innumerables engaños e ilusiones a los que hacemos frente diariamente en nuestro entrenamiento Ch’an. Estos engaños/falsedades kármicos/as son muy poderosos/as y si no intentamos poner fin a su presencia, ellos se mantendrán continuamente creando el sufrimiento en el mundo. ¿Por qué es esto el caso? **Esto es porque nuestras acciones kármicas del pasado maduran a través de muchas décadas y se manifiestan en el mundo alrededor de nosotros**. Por ejemplo, si usted tiene 30 años de edad, ¿ha hecho usted 30 años de esfuerzo en el entrenamiento Ch’an? ¡No!, usted no lo ha hecho. En esos 30 años el engaño o la ilusión se ha generado y ha llegado al estado de madurez—esto es así como también el karma de los tiempos anteriores—eso todo deviene en un establecimiento fuerte y crea un sufrimiento indecible. Debemos hacer uso este método de entrenamiento y firmemente decidir ver a través del engaño o la ilusión—**no importa que denso pueda aparentar ser**. Esta es la razón por la cual consideramos la siguiente frase: “¿Quién está repitiendo el nombre de Buda?”, y evitamos los

pensamientos que vagan de un lugar a otro sin control. **El propósito de la frase: “¿Quién está repitiendo el nombre de Buda?” es para enfocar la atención hacia el interior de forma que haya un viraje en los niveles más profundos de consciencia (翻业识—Fan Ye Shi).**

Considerando la efectividad de este **método**, ¿por qué no emplearlo? ¿Qué les impide hacerlo? Apliquen la unidad de la mente, penetren en este método Ch’an y desarraiguen el engaño de la parte más profunda de la mente. Es como la persona ‘que levanta una roca que está presionando sobre la hierba’ (搬石头压草—**Ban Shi Tou Ya Cao**)—cuando se remueve la roca, la hierba subyacente aparece. Si usted mira la roca, la hierba no se ve, pero levante la roca y toda llega a verse perfectamente. Es muy importante no detenerse aquí y aplicar la determinación extrema en este entrenamiento para desarraigar el engaño totalmente. No devengan apegados a la superficie del engaño en la mente (que es como una piedra)—una vez que los engaños o ilusiones sutiles se revelan, eso no se detiene, sino trabaja de una vez para desarraigar esta ilusión totalmente; al revelarse, no se detengan ahí, sino que trabajen para desarraigar la ilusión completamente, como si arrancaran la hierba por las raíces (斩草除根—**Zhan Cao Chu Gen**). Si ustedes no siguen hasta el final con su entrenamiento Ch’an, no hay caso en hacerlo. ¡Espero que esto les sea claro!

Por otra parte, un practicante del Ch’an no debe estar excesivamente persuasivo en desarraigar la ilusión o el engaño—**no** debe haber un esfuerzo excesivo o deficiente en este asunto. ¿Qué quiere decir esto? Esto significa que vuestro esfuerzo meditativo debe producir la cantidad correcta de energía necesitada para desarraigar el engaño, y que no se debe agregar a eso un esfuerzo adicional aplicando la clase **incorrecta** de esfuerzo.

¿Por qué este método parece tan tremendo? Yo no diría que es tremendo como tal, pues esto puede ser que implique demasiado de la clase incorrecta de esfuerzo (que es peligroso), sino que diría que es un método muy eficaz si es aplicado continuamente o con el paso del tiempo. Diríamos, que esta práctica debe madurar y llegar cuidadosa y metódicamente a ‘desarrollarse’. Vuestro cuerpo es vuestro hogar y crea todo que usted necesita para existir, pero está ocupado por un extraño que ha venido del exterior. **Este extraño es el engaño que oscurece la esencia-vacía-pura de la mente.** Ustedes deben esforzarse y trabajar duramente para superar este engaño y alcanzar la unidad/unicidad de la mente. A menudo trabajo con esta clase de analogía que enfatiza lo difícil que es desarraigar completamente el **engaño—la apariencia**. Si usted experimenta una gran cantidad de engaño, entonces debe aplicar el grado apropiado de trabajo duro que se requiere

para superarlo—el engaño. Si usted no aplica la cantidad apropiada de esfuerzo, entonces, solamente una cantidad pequeña de engaño será superado, proporcional al esfuerzo generado. El engaño-ilusivo no se puede superar completamente de esta forma. Una mente unificada no se puede alcanzar de esta manera. Un gran engaño requiere gran esfuerzo. Si usted medita con fuerza y concentración, entonces el engaño no puede surgir y la mente alcanza un estado de unificación que es 'constantemente el mismo' (时时相通 – **Shi Shi Xiang Tong**). A menudo intentamos duramente o demasiado poco sostener el pensamiento '¿Quién?', ya sea rigurosamente o demasiado distraídos. Eventualmente, sin embargo, la práctica deviene refinada a medida que madura y el engaño se desarraiga como consecuencia. La mente enfocada lucha con eficacia el engaño y disminuye rápidamente—esto es bueno. En este estado el practicante no considera el 'yo' como verdadero, no confía en el 'yo', y no tiene ninguna duda sobre esto. ¿Cómo podemos alcanzar esto aquí y ahora?

En realidad no hay opción si debemos superar el sufrimiento. El no entrenarnos de esta forma no es una opción viable. Vuestro esfuerzo debe llegar a ser cada vez más y más profundo, y siempre más firme. De esta manera, el engaño comienza a disminuir. Por lo tanto, podemos usar el método del **Hua Tou (话头)** que es muy bueno, o la repetición del nombre del Buda (念佛—**Nian Fo**) que es también muy efectiva si se usa en la forma correcta. El leer los sutras es también útil si estudiamos muy firmemente y con compromiso. Hay un dicho que dice: "Cuando el entrenamiento termina con el pensamiento engañado, el Dharmakaya se manifiesta". Si los pensamientos engañados todavía no se han desarraigado, y el Dharmakaya no se ha manifestado—por lo tanto, si deseamos terminar con el engaño, debemos entrenarnos firmemente aquí y ahora. No obstante, es muy duro desarraigar completamente el engaño. Nosotros somos personas muy diligentes aquí, y mientras meditamos debemos estar determinados a encarar este asunto con un poder concentrado. Al principio del entrenamiento, a menudo no hay bastante esfuerzo concentrado. Incluso después de un cierto tiempo en la práctica meditativa, el método correcto todavía no ha sido correctamente 'alcanzado' (把握 – **Ba Wo**). ¿Por qué referirnos a la práctica como 'alcanzada' (把握 – **Ba Wo**)? Anteriormente he mencionado la práctica de contemplar '¿Quién' está repitiendo el nombre del Buda?, pero esto puede que no haya sido entendido enteramente. El **esfuerzo correcto** se puede establecer solamente si se despierta una gran duda (起疑情—**Qi Yi Qing**) en la mente del practicante. **Esta no es una duda en la práctica de Ch'an, sino una duda profunda con respecto a los puntos de vista engañosos del mundo que todos los seres**

**ordinarios o comunes poseen.** Es duro desarraigar completamente el engaño en la mente si no se ha cultivado el discernimiento a través de la concentración perfecta que se desarrolla con la meditación calmada y en silencio (靜坐—**Jing Zuo**). Esto es un asunto serio y no se debe perder tiempo. ¿Por qué debemos hacer surgir una gran duda en la mente? Los ancianos han dicho: “Con una gran duda hay una gran iluminación, con una duda pequeña hay una pequeña iluminación; sin duda no hay iluminación”. Es sólo con el surgimiento de una duda profunda en la mente que la iluminación se alcanza.

**¿Cómo el surgimiento de la sensación o sentimiento de duda en la mente asegura la iluminación?** Lo hace a través de crear la condición para el establecimiento de la unidad en la mente con una concentración fuerte. La duda en la mente crea una urgencia que requiere el desarrollo de la concentración intensa si ha de superarse. La superación de duda crea una unidad de mente donde todo pensamiento se calma. No deje que la mente se disperse, sino traiga la mente a una unidad enfocada y conducente—olvídese del cuerpo, olvídese de la mente, olvídese del mundo; **¡olvídese de todo!**

La clase correcta de esfuerzo crece como una semilla en la mente **de los que aplican y utilizan** la técnica correcta. Si el esfuerzo correcto no se hace, el método Ch’an no trabajará. Por supuesto, los ancianos y los patriarcas entendieron completamente la iluminación y cómo enseñarla. ¿En qué tiempo era esto? Eso era entre las dinastías Tang y Qing—en esos tiempos las personas poseían particularmente una raíces kármicas buenas y profundas. En los tiempos modernos, sin embargo, las personas están corruptas y sus raíces kármicas malas son profundas. Los que aplican el esfuerzo correcto y aprenden del ejemplo de los ancianos y de los patriarcas ya han llegado lejos. Les contaré una analogía: por ejemplo, si vamos de viaje a Guangzhou o a Hong Kong, esto es mil millas. Podemos volar, tomar el tren, montar en un coche, o caminar a pie. Si tenemos la opción, tomamos el modo más rápido del transporte y volamos, ¿no es así? Los trenes son más lentos que los aeroplanos, un coche es más lento que un tren, mientras que caminar es la más lenta de las opciones. Sin importar la velocidad a que viajamos, siempre es mejor ir de viaje que no ir.

Como Budistas nosotros no debemos hablar toda clase de palabras falsas y no tomar acción—debemos todos emprender el viaje sin excepción. Con un trabajo/práctica duro/a podemos volver al hogar; sin un trabajo duro no podremos viajar a ninguna parte. Los que se aplican con diligencia deben aprender a mirar en quietud a su interior y asir/afianzar el método correctamente. ¿Cómo entendemos el método correctamente? Nos sentamos

en meditación tranquilamente y afirmamos el esfuerzo de una manera controlada. A menudo el esfuerzo apropiado precede de hacer surgir una gran sensación de la duda, pero algunas veces la gran sensación de duda precede de generar el esfuerzo correcto. Cualquiera que sea el caso, al principio del entrenamiento el auto-control no es frecuente que éste sea muy fuerte en la meditación y necesita desarrollarse. El punto más importante es que la mente debe estar conscientemente meticulosa/observadora y contener un sentido de remordimiento. Esta es la razón por la cual los ancianos dijeron que esas personas que aplican el esfuerzo correcto son como los descendientes filiales que están consternados por la muerte de sus padres y por lo tanto desean seguirlos tomando veneno. Esta clase de determinación es muy rara, pero es el estado de mente correcto para practicar el Budismo. Los ancianos sabían que el sentido de urgencia extrema es exactamente lo que se requiere para alcanzar la iluminación.

Por ejemplo, el 2<sup>do</sup> Patriarca **Hui Ke** (慧可) llegó a ser un monje solamente después de recibir la instrucción experta en meditación especializada. Más adelante, su maestro le instruyó estudiar bajo la dirección de Bodhidharma. En aquel momento el patriarca Bodhidharma vivía en aislamiento sentado frente a una pared. Hui Ke se acercó a Bodhidharma y le suplicó que lo instruyera, pero Bodhidharma permaneció inmóvil. Esta situación se repitió en el segundo día, pero al tercer día Bodhidharma dijo: "Una mente descuidada y lenta no puede oír la verdad". Después de oír esto Hui Ke se paró en la nieve congelada por días. Cuando Bodhidharma vio esto dijo: "Ya he indicado/dicho que usted carece de una mente determinante y firme". Después de oír esto, Hui Ke sacó un cuchillo y cortó su brazo—ofreciéndolo a Bodhidharma, pero Bodhidharma le ignoró. Hui Ke estaba hambriento y entumecido por el frío, su brazo todavía sangraba y la nieve era cada vez más profunda. Él sufría mucho. Hui Ke imploró a Bodhidharma que le concediera la paz de mente, y Bodhidharma dijo: "Tráeme tu mente y haré que se contente". Hui Ke buscó aquí y allá por su mente; él indagaba por todas partes pero no podía encontrarla. "No puedo encontrar mi mente, incluso después de buscarla", dijo Hui Ke. Bodhidharma replicó: "En ese caso, te he traído la paz a tu mente". ¡En ese momento Hui Ke alcanzó la iluminación! Los patriarcas del pasado necesitaron solamente una sola palabra o una frase para alcanzar la iluminación. ¿Por qué es esto? ¿Somos nosotros iguales a cualquiera de esas personas? ¿Nos paramos en la nieve y nos cortamos el brazo? ¿Viajamos millas y millas para buscar el Dharma? Recuerden el Patriarca y su ambición por la iluminación; sus raíces buenas eran muy profundas. Su intención era una de compromiso total al Camino, y sin embargo inicialmente buscó en todas partes pero no encontró su mente. Nosotros estamos en la misma posición—buscamos la mente pero no la podemos encontrar. ¿Es esto la iluminación?—obviamente no. Podemos

sentirnos a menudo avergonzados de nuestro engaño y esto nos motiva para intentar fuertemente el emprender la gran trayectoria hacia la iluminación. Esto requiere un esfuerzo muy grande en de la mente, o la tarea no será fácil. En un mundo de apariencias externas inmensurables, el apego a los fenómenos externos roba a la mente la claridad y previene una percepción directa de su esencia pura. **iEste es un asunto de gran desgracia!** La atención de la mente se debe remover de lo externo y dirigirla firmemente al interior, motivado a través de una gran duda. No acepte las cosas como son; **esfuércese con toda su potencia.** Esta es la razón por la cual menciono el ejemplo de los patriarcas antiguos que cultivaron una mente fija en el logro de la iluminación. Nunca rindieron sus mentes. Ellos miraron a su interior y percibieron la esencia verdadera de la mente. Esta es la razón por la que quiero discutir este gran asunto de vida y muerte con todos ustedes. Los ancianos poseían una mente sincera y formal, a pesar de los muchos sufrimientos que tuvieron que experimentar. En este lugar hoy, somos todos los discípulos del Buda y los Bodhisattvas, deseando todos aprender del Camino (**Dao- 道**) que ellos enseñaron, pero, ¿quién puede lograr la iluminación a través de este estudio? ¡La respuesta es que absolutamente todos y cada uno pueden lograrla—la iluminación! **Esto es porque todos somos el Buda en esencia.** En el futuro, cada uno de nosotros sin excepción, logrará la iluminación tarde o temprano, dependiendo en nuestros propios esfuerzos y la sabiduría que generamos. Este esfuerzo requiere la producción de buenas raíces kármicas, de manera que todos los seres se puedan beneficiar de nuestros esfuerzos y esa compasión pueda penetrar, infiltrarse e impregnar al mundo. Debemos esforzarnos y luchar para liberar a todos los seres trabajando hacia ése noble ideal—entonces, en el futuro devendremos Budas y escaparemos del ciclo de nacimiento y muerte (el samsara).

Si cada uno tiene el potencial de alcanzar la iluminación, ¿por qué es que muy pocos tienden a buscarla? ¿Cuál es la razón para esto? **La razón es que no estamos listos** para consumir o realizar esta importante tarea. A cada uno le gustaría o quisiera iluminarse, pero **muy pocos** están dispuestos o son capaces de renunciar a su deseo por los objetos sensoriales en el mundo. Podemos seguir una trayectoria espiritual para crear buen karma, pero el apego al nacimiento y a la muerte forma una barrera difícil. ¿Qué es esa barrera? Es el apego al sentido del **'yo'**, o al sentido de **'yo mismo'**. Ese 'yo' (o ego) es la base de la existencia ordinaria entera en el estado de engaño. Esencialmente el 'yo' o diríamos 'uno mismo' se define a través de sus apegos; el apego a la esposa, a los hijos, a las hijas, y a las posesiones, incluyendo los amigos o enemigos. Este es el **apego** a la familia que asegura que el ciclo de nacimiento y muerte continúe. Todos nos aferramos firmemente al sentido del 'yo' como si la vida no tuviera sentido

sin él. **Aunque el sentido del 'yo' nos roba la paz mental, todavía pensamos que no podemos vivir sin él.** ¿Por qué permitimos que el ciclo de nacimiento y muerte continúe de esta manera? Aquí les presento una historia para ilustrar este punto:

- En el pasado había una vieja mujer budista laica muy dispuesta, un día ella se dirigió al templo a pedirle al abad que le enseñara el Dharma. Sin embargo, en esos días no era fácil conseguir una entrevista con los sacerdotes, pues había mucha formalidad implicada. Primero, la señora tenía que esperar en la sala de los visitantes (客堂 **Ke Tang**) mientras que el monje portero iba a investigar si el abad estaba de acuerdo en verla o no. A esto ella estaba dispuesta, ya su mente intentaba recibir la instrucción del Dharma del abad. Cuando el abad estuvo informado, él dijo: "¡Dígale que lo deje ir!" Después de decir esto, el abad no le prestó ninguna atención más a la anciana. La anciana se sentó allí contemplando lo que se le había dicho: **"déjalo ir"** y por consiguiente estaba completamente inafectada/indiferente/impasible cuando se enteró allí mismo que su nieto se había caído en el agua. Si ella hubiera tenido un sentido del 'yo', habría tenido apego a la familia, y se habría ido, ¿no es esto verdad? Ya que ella no tenía ningún sentido del 'yo', el tirón o la fuerza del Dharma era más fuerte que el tirón del mundo. Cuando le dijeron que su casa se ardía en llamas ella dijo: "Déjalo ir" y se dirigió rápidamente a apagar las llamas. Con la práctica del no-apego al mundo de la forma física, ella eventualmente alcanzó la iluminación. Piensen en esto; ¿podemos verdaderamente desprendernos de este sentido del 'yo'? **Podemos desprendernos de todo el apego al "yo" si trabajamos duramente para hacerlo.** Esta dificultad se debe esperar, y **conlleva una voluntad muy fuerte** para progresar rápidamente. Esto es simple; el entrenamiento Ch'an señala directamente a la esencia pura y vacía de la mente humana, mientras que el sentido del 'yo' (o del ego) sirve solamente para obstruir la percepción directa de la naturaleza-Búdica que descansa en nuestro interior— ¿no es esto triste? Si somos realmente buenos practicantes y nos esforzamos, entonces debemos desarrollar nuestras mentes no sólo en un ambiente de tranquilidad y quietud, sino también en situaciones de movimiento y caos—esto requiere el agarre firme del **hua-tou o del gong-an** en cada situación, sin ninguna excepción. ¿Cómo se hace esto? En el templo de Gao Ming el venerable Lai Guo dijo: "Cuando comemos, mantenemos el enfoque correcto de la mente sin dejar que se resbale ni un solo segundo. Es igual para todas nuestras actividades diarias, ya sea ir al baño, o viajar por un camino. En todo lo que hacemos, nunca debemos dejar caer el esfuerzo. La mente debe mirar continuamente hacia su propia esencia sin ninguna pausa en el esfuerzo. ¡El tiempo valioso no se debe perder! Si somos honestos debemos admitir que muchos de nosotros carecemos de esta clase de compromiso con la práctica. ¿Por qué



es esto? Porque la mente esta pobremente indisciplinada y los pensamientos corren de un lado a otro. Esta es la razón por la que los practicantes Ch'an comprometidos dicen: "¡No teman estudiar duramente, sino a dormir demasiado!" Quizás nos sentimos que nuestros pensamientos pueden hacer lo que desean y que eso no importa, pero si es nuestra intención estudiar y desarrollar 'la atención consciente', entonces debemos esforzarnos sinceramente para esto, si deseamos despertar de nuestro sueño de engaño ilusivo. Si nos encontramos deslizándonos fuera de nuestra práctica a través de permitir que el engaño/la ilusión o el sueño nos domine, entonces debemos salir de esa situación enfocándonos con el poder de la voluntad. Desarrollar la concentración cuando estamos quietos y en paz es importante, pero en sí mismo no es suficiente. ¡Debemos desarrollar el mismo nivel de fortaleza de concentración aún cuando nos estemos moviendo—pero este logro no es suficiente, ya que incluso hasta en nuestro sueño debemos hacer el esfuerzo!

En el pasado había un Maestro Ch'an ( 禅师—Ch'an Shi) que pidió la instrucción en el Dharma. Le preguntaron si él había ejercido un gran esfuerzo en situaciones de quietud, a lo cual él contestó: "**Mucho Esfuerzo**". También le preguntaron si había ejercido un gran esfuerzo en las situaciones caóticas y afectivas, a lo cual él contestó: "**Mucho esfuerzo**"; pero cuando le preguntaron si él había ejercido un gran esfuerzo en su sueño, él contestó: "**Ningún esfuerzo**". Él entonces decidió hacer un esfuerzo' mientras que dormía y así pasó el día entero durmiendo e intentando estudiar duramente en este estado, pero fue muy difícil entrar en este estado especial de atención concentrada. Eventualmente entró en un estado del sueño profundo que duró tres años—hasta que un día su almohada se cayó al suelo. ¡En ese momento exacto se despertó al estado de iluminación! Por lo tanto el hacer un gran buen esfuerzo en tiempos de quietud o en tiempos del movimiento no es suficientemente bueno—el esfuerzo debe también ser hecho mientras se duerme. **¿Por qué perder tiempo en dudar esto?** A veces hay duda de que la práctica de recitar/repetir el nombre del Buda se puede incorporar al método Ch'an—creando así una sola práctica coherente/vinculada. ¿Cómo se alcanza esto? ¡No hay otra forma de hacer esto que luchando con todas nuestras fuerzas, poder y capacidad! No se confundan sobre esto ya que no hay otra manera. Se requiere un gran esfuerzo que unifique y enfoque todos los pensamientos en uno sólo. Cuando recitamos el nombre del Buda, debemos entender completamente que la naturaleza de Buda o la naturaleza búdica es igual en todas partes. Existe 'antes' de que recitemos/cantemos, y existe 'después' de que recitemos/cantemos. Este discernimiento se alcanza solamente después de estudiar el método Ch'an con diligencia extrema o máxima. La mente se debe fijar en la percepción del Buda en

todas las circunstancias, y no sólo en los tiempos determinados de la práctica limitada. La práctica debe ser continua y todo el tiempo, no sólo en los momentos pacíficos o en los caóticos, sino también cuando estamos dormidos. Sin embargo, aunque logremos enfocar la mente en estas tres situaciones, no es suficiente. Piensen acerca de esto. La práctica debe de hacerse las 24 horas del día, pero la clase correcta de esfuerzo se debe mantener constantemente a todo lo largo de las 24 horas. Si ustedes no crean y no mantienen la clase correcta de esfuerzo, entonces, ¿cómo puede la mente unirse en un estado de 'unidad' o 'unicidad' que se requiere para la práctica Ch'an? Esta es la razón por la que los ancianos dijeron: "La duda se enfoca en la unidad de la mente". Esta unidad se mantiene en los tiempos de paz y los tiempos caóticos, como también cuando se duerme; pero si la clase correcta de esfuerzo no se mantiene constantemente, entonces, 'el fondo del barril no se romperá' (桶底脱落—**Tong Di Tuo Tuo**), y la iluminación no se alcanzará. Por lo tanto recuerden que nunca deben dejar que vuestro nivel de energía se escape cuando se están entrenando. Aunque no es fácil, mantengan siempre la clase correcta de esfuerzo o vuestro entrenamiento será en vano. En el Templo Gao Ming, el venerable viejo monje dijo: "Si caminan por este sendero, hagan un gran esfuerzo. Si no hacen un gran esfuerzo, entonces no caminen por este camino". Contemplan esta afirmación. Mantener la clase correcta de esfuerzo intenso es muy difícil, porque nuestros ojos quieren mirar a derecha e izquierda. Para alcanzar la unidad de la mente, se debe generar un esfuerzo intenso y sostenido sin fin. ¿Quizás debemos estar temerosos de permitir que nuestros ojos vaguen? Mi charla hoy, si ustedes recuerdan, es sobre cómo debemos utilizar nuestro tiempo con eficacia. Necesitamos hacer un gran esfuerzo en esta materia, y nunca permitir que nuestro esfuerzo disminuya por cualquier razón. Un gran esfuerzo se induce por una gran duda, que pregunta fundamentalmente sobre nuestra existencia engañada. No se debe subestimar el despertar esta duda verdadera (疑情—**Yi Qing**), pues es una técnica muy poderosa. Despertar la duda verdadera trasciende la mente y el cuerpo, y causa que el practicante se olvide del mundo. Esto es como cuando el **Gran Maestro Ven. Xu Yun** cuando vivió en la montaña Zhong Nan (终南山—**Zhong Nan Shan**).

Un día él estaba cocinando boniatos (马铃薯—**Ma Ling Shu**) en una cazuela de agua hirviendo, cuando comenzó a meditar. Él se sentó a meditar por varios días sin terminar y no tenía ningún sentido de que el tiempo había pasado. Las personas que vivían en la montaña no lo vieron por muchos días, y cuando finalmente buscaron dónde se encontraba, lo hallaron meditando en quietud sentado derecho. Ellos tocaron un instrumento de piedra musical pequeño (磬—**Qing**) que hizo un sonido intenso. Este sonido penetró en la meditación del Maestro Xu Yun y lo despertó. Entonces dijo: "¡Comamos!" Cuando el Maestro Xu Yun levantó la tapa de la cazuela, se sorprendió

encontrar el contenido idescompuesto y cubierto de hongos! Cuando hubo pensado acerca de eso, él se dio cuenta de que había estado sentado sin moverse alrededor de seis a siete días. Esto enseña cómo debemos entrenarnos; debemos comprometernos con fortaleza y vigor por un largo tiempo. Ahora les daré otro ejemplo.

Cuando el Maestro Xuan Zang (玄奘法師—**Xuan Zang Fa Shi**) estaba en camino a la India (para buscar y coleccionar los Sutras Budistas), se encontró en su trayectoria un túmulo o montículo funerario—una tumba—en un área cubierta de nieve. Todo estaba cubierto por la nieve a excepción del túmulo—que lucía fuera de lugar. El Maestro Xuan Zang removió las piedras del montículo hasta abrirlo, y dentro (sentado en meditación silenciosa) encontró un monje budista. Después de un tiempo de silencio el monje preguntó: “¿Todavía no ha nacido el Buda Kasyapa (迦叶佛—**Jia Ye Fu**)? ¡Este Buddha había nacido ya hace millares de años! En el pasado los ancianos dijeron: “Siete días de mirar hacia el interior, son iguales a varios miles de años de tiempo en el mundo (externo)”.

Si no despertamos una gran duda a través de generar la clase correcta de esfuerzo, entonces las preguntas como “¿Quién está recitando el nombre del Buda?”, “tendrán muy poco efecto. Es la misma situación con la repetición o cántico del ‘Buda Amitaba’ (阿弥陀佛—**A Mi Tuo Fo**). Si este mantra se lee sin ningún esfuerzo verdadero, casi nada pasará. Si el mantra es cantado o repetido con una concentración completa, entonces, debido a los cuarenta y ocho votos de compasión tomados por **Amitaba** cuando era un Bodhisattva—el practicante renacerá en el Paraíso Occidental (西方极乐世界—**Xi Fang Ji Le Shi Jie**). Si el practicante Ch’an hace la clase correcta de esfuerzo, entonces, eventualmente alcanzará la iluminación, pero es importante recordar que esos logros **no son** definitivamente las consecuencias de un acercamiento superficial al entrenamiento. Ustedes todos deben entender que el Ch’an requiere una práctica dura/fuerte/asidua, y no meramente la lectura de palabras. ¿Qué quiere decir esto? La siguiente analogía lo explicará. Es como cuando una puerta se cierra con pestillo y estamos buscando la llave. Esta búsqueda es un proceso continuo que se repite día y noche, un día tras otro. La búsqueda nunca puede terminar hasta que se encuentre la llave y la puerta se abra. En nuestra práctica debemos comprender con la misma clase de compromiso ‘¿Quién está hablando?’ (讲话的是谁—**Jiang Hua De Shi Shui?**). ¿Quién es la esencia de nuestros/as (pensamientos) y palabras? ¿Pueden ustedes responderme ahora? **No pueden responder**. No pueden responder porque en vuestra práctica no han comprendido la respuesta por ustedes mismos. A este

respecto, eso es como 'una persona tomando agua, que solamente ella sabe si está fría o tibia' (如人饮水、冷暖自知—**Ru Ren Yin Shui, Leng Nuan Zi Zhi**). Dado el tiempo, solamente ustedes lo sabrán, pero esta respuesta no es simple y fácil de encontrar. Hasta ese tiempo del Despertar Completo, cualquiera que afirme que se ha iluminado, no es nada más que un gran mentiroso, y no puede certificarse como genuino. Si ustedes (usted) verdaderamente encuentran la esencia de la Base o el Fundamento de la Mente, será obviamente manifestado aquí y ahora sin ningún obstáculo, interferencia o impedimento. Esta es la razón por la que el método Ch'an es tan efectivo, ya que intenta llevarlos a ustedes aquí y ahora a la iluminación, pero esto toma algún tiempo y nunca debemos renunciar a nuestro entrenamiento diario—un día la iluminación será alcanzada 'aquí y ahora'. Es obvio que los patriarcas del pasado hubieron alcanzado la iluminación, porque anduvieron por la vía para adquirirla. Viajar por el camino del entrenamiento es como hacer un largo viaje. La práctica Ch'an es el Dharma como lo enseñaron los patriarcas; como consecuencia de su práctica, muchos alcanzaron la iluminación. Si confiamos en este Dharma, nos beneficiaremos grandemente, y eventualmente todos regresaremos al hogar y comprenderemos la esencia verdadera. A este respecto, los patriarcas han enseñado que **debemos mantener nuestro compromiso al entrenamiento** y no dejar que nuestras mentes devengan distraídas por las ilusiones y engaños. Si un Buda se manifiesta lo debemos cortar en pedazos—al igual que si un diablo se manifestara—todas las ilusiones/engaños deben ser cortados en pedazos. Todas las ilusiones en la mente deben limpiarse completamente, y nada debe interponerse en el camino del entrenamiento. Si anhelan por cualquier cosa en este mundo, el ciclo de nacimiento y muerte continuará sin final. El ancestro dijo: "La pobreza del año pasado no fue pobreza suficiente, pero este año es verdadera. El año pasado yo era pobre ya que no poseía ni una pulgada de terreno para clavar mi punzón". Esto es como una persona de mente mezquina e insignificante que tiene una mente dualística que se agarra a lo externo y que no abandona ni renuncia el apego a los objetos sensoriales. El ancestro continuó: "¡Este año poseo una pobreza verdadera, porque ni siquiera poseo un punzón!". Esta es la mente iluminada que está más allá de la dualidad y no discrimina. Nosotros somos seguidores del **método Ch'an** y debemos entrenarnos muy fuerte para encontrar la verdadera esencia que subyace y sustenta todas las cosas—esto es lo mismo que 'encontrar nuestro camino al verdadero hogar' (真实到家—**Zhen Shi Dao Jia**).

Bien, hoy he hablado acerca de mi propia experiencia y no conozco cuales son las vuestras usando el método Ch'an. Ahora son las 9:00 en punto y pienso que deberíamos discutir cualquier pregunta que puedan tener. En

esta forma podemos estudiar juntos, ¿Está bien? (La audiencia aplaude).

## **Preguntas y Respuestas sobre Budismo (佛法问答—Fo Fa Wen Da)**

1) Se le pregunta al Maestro qué exactamente es alcanzar la iluminación, y qué o cómo es la vida después de alcanzarla—la iluminación.

A) Esta es una pregunta muy buena. La iluminación es un misterio y es difícil de entender. Es difícil entender porque todavía no estamos iluminados. Esto es como no tener ninguna visión o estar ciego y tener que ir andando por ahí todo el día. Si vuestra visión repentinamente regresa, y todo es discernible, es como alcanzar la iluminación—uno viaja de lo desconocido a lo totalmente conocido. Cuando la visión clarifica el camino, este puede ser discernido claramente y todos los obstáculos se vencen—nada puede bloquear vuestro camino. Sin embargo, pese a que no estamos iluminados, debemos emplear la meditación para clarificar la mente completamente y alcanzar esta visión clara. No, debemos trabajar duro para alcanzar la iluminación y no conformarnos con analogías. Debemos ser como el Buda y lograr la iluminación completa a través de comprender la esencia de la naturaleza del Dharma (法性—**Fa Xing**). Como no hemos completado el camino, no nos hemos iluminado; esta es la razón por la que debemos entrenarnos duramente para alcanzar este objetivo. Si nos entrenamos con fortaleza y compromiso, estaremos seguros que eventualmente alcanzaremos la iluminación.

2) ¿En esta Edad Final del Dharma (末法时期—**Mo Fa Shi Qi**), ¿Qué método es más efectivo/eficaz, la práctica (de La Tierra Pura) de pronunciar el nombre del Buda, o la práctica Ch'an?

A) El Buda, a través de sus enseñanzas, ha enseñando 84,000 puertas del Dharma a la Iluminación. Esto significa que las enseñanzas Budistas son vastas y variadas. Esto es porque el sufrimiento humano y el engaño no tienen fin. El Buda es como un doctor que da una medicina para las diferentes enfermedades—el practicante usa cualquier método Dharmático que se requiera para curar la enfermedad. El Buda dio este método del Dharma por su compasión por el sufrimiento que su madre—la Reina Maya Devi (摩耶夫人—**Mo Ye Fu Ren**)—experimentó en el Mundo Saha (娑婆世界—**Suo Po Shi Jie**), o el mundo del engaño, el sufrimiento y el renacimiento. Es un método Dharmático a través del cual el practicante gana la entrada en el reino de la Tierra Pura del Occidente (西方极乐世界—**Xi Fang Ji Le Shi Jie**).

Este método se puede practicar por todos sin excepción y requiere la repetición del nombre del Buda Amitaba (阿弥陀佛—**A Mi Tuo Fo**). Si se practica correctamente, el practicante gana el renacimiento en el Mundo del Paraíso del Occidente. El Maestro Ch'an **Yongming Yanshou** (永明延寿) escribió en su poema titulado 'Cuatro Alternativas Lógicas' (四料拣—**Si Liao Jian**) lo siguiente: "El Ch'an y la Tierra Pura son como dos cuernos sobre la cabeza del mismo tigre". Esto dice que el practicante Ch'an y esos que recitan el nombre del Buda, son como dos cuernos sobre la cabeza de un tigre— ¡qué método combinado puede ser más poderoso! Yo tenía 36 años cuando me fue del hogar para llegar a ser un monje. Calculo que por ahora he sido un monje por sesenta años. En las últimas seis décadas he practicado el Ch'an, pero mi aspiración era renacer en la Tierra Pura del Oeste. ¿Por qué es esto así? Esto fue debido a que yo no lograba la iluminación aquí y ahora, y pensé que la adquiriría definitivamente en el futuro. Por lo tanto, tomé los votos y repetí el nombre del Buda Amitaba como práctica. Incidentemente, los buenos y penetrantes votos del Bodhisattva Samantabhadra (普贤行愿品—**Pu Xian Xing Yuan Pin**) son muy beneficiosos para entrar en la Tierra Pura del Paraíso Occidental. Esta cita explica: "Si una persona en el momento de la muerte puede llegar a ser consciente (y cortar) de las raíces malas de los pensamientos dispersos (engañosos), y simultáneamente renuncia al apego al mundo, entonces, en ese instante, el renacimiento en la Tierra Pura del Paraíso Occidental es seguro. Esta es la razón por la que pienso que la repetición o el cántico de los votos de Samantabhadra es una práctica meritoria. Los pensamientos en la mente están diseminados y confusos, ellos fluctúan y fluyen como olas en el océano. Para remediar esto debemos estar determinados a mantener nuestras mentes firmemente fijas en el Buda todo el tiempo. En referencia a este entrenamiento dedicado, incluso nuestras vidas no deben ser consideradas importantes. A través del día encuentro tiempo de cantar el nombre del Buda y sentarme en meditación, frecuentemente me sumerjo en el estudio de los sutras. Todo este compromiso de estudiar la sabiduría del Buda **es para mantener la mente alejada de los pensamientos engañosos**. No dejen de ser diligentes, sin importar el método que utilicen para desarrollar la mente. Si nos entrenamos a esta manera, entonces todos nos veremos unos a otros otra vez en el Mundo del Paraíso Puro Occidental de la Dicha.

3) ¿Quisiera preguntarle al venerable anciano monje acerca de a qué cosa las personas le deben prestar atención, cuando ellas están en su lecho de muerte y repitiendo el nombre del Buda?

A) Si generamos un karma bueno y virtuoso solamente podremos nacer en

22



la Tierra Pura del Paraíso Occidental. ¿Cómo generamos un karma bueno y virtuoso? Construyendo y reparando templos, recitando los Sutras Budistas, y siguiendo el camino del Bodhisattva, todos esos métodos construyen y ayudan al karma bueno y virtuoso. Un karma bueno y virtuoso es muy importante y puede ganarle al practicante la entrada en la Tierra Pura del Paraíso Occidental, pero algunas veces una persona que posee un karma muy positivo no alcanza el renacimiento en la Tierra Pura del Paraíso Occidental. ¿Por qué es esto? Porque somos seres sintientes con apegos interminables al mundo. Cuando estamos muriendo tenemos que ser cuidadosos de que nuestras mentes no se apeguen a la tristeza de nuestros miembros de familia, que pueden estar llorando y gritando. Si devenimos apegados a esto, entonces el renacimiento en la Tierra Pura del Paraíso Occidental no será posible. Como budistas debemos tener mucho cuidado con el apego al mundo. Es mejor que la familia arregle la recitación de los sutras budistas a la hora de morir, y recuerden de la persona que muere todas las buenas cosas que ha alcanzado en sus vidas. Si deben verter lagrimas, entonces esto se debe hacer afuera, lejos de la persona que muere, de esta manera aseguraremos el renacimiento en la Tierra Pura del Paraíso Occidental.

### **Final de la Primera Parte**

La Segunda Parte está en desarrollo. 27 de diciembre de 2012

©copyright: Adrian Chan-Wyles (ShiDaDao) 2012.

**Nota de Acharia:** El Templo Hongfa, donde el Ven. Maestro Ben Huan de 105 años de edad practicó Budismo, anunció que el Maestro Ben Huan murió a las 12:36 a.m. el 2 de abril de 2012. El Gran Maestro Budista chino Ven. Ben Huan que fue el primer abate del Templo Hongfa, muere en Shenzhen en el Templo Hongfa in Shenzhen al sur de China en la provincia de Guangdong.

Después del servicio, Benhuan, quien falleció el lunes, fue incinerado en la montaña detrás del templo y se construirá una torre donde fue incinerado.

### **Tomadas de:**

<http://wenshuchan-online.weebly.com/master-ben-huanrsquos-dharma-talk-part-1.html>

<http://wenshuchan-online.weebly.com/master-ben-huanrsquos-dharma-talk-part-2.html>



**Con permiso del autor:**

13 de diciembre de 2012

<http://wenshuchan-online.weebly.com/>

Dear Hortensia

Thank you very much for your very kind and informative message that you sent via the Richard Hunn Association for Ch'an Study mainpage. I most apologise for the lateness of this reply. Today I realised that the email facility on that site has not been forwarding the messages to me, as it should. I discovered your message during a routine maintenance check, and will get the messaging system running correctly.

I know that we have communicated in the past about your excellent translation work into Spanish. Of course, I give permission for you to translate any of my English translations of Chinese texts - into Spanish. This is very good and important work. I have recently added master [Ben Huan's Dharma Words](#) to the site. If you need to contact me, please do not hesitate to email me directly.

Best Wishes

Adrian (Shi Da Dao)

Adrian Chan-Wyles

● Para leer algo más—de la autoría de Adrian Chan-Wyles (Shi Da Dao) —presione el enlace:  
 [Las Implicaciones de la Meditación Ch'an - Por Adrian Chan-Wyles \(ShiDaDao\) 2012—Traducido al español por Yin Zhi Shakya, OHY con permiso del autor- Traducido de la Página Web de Richard Hunn Association For Ch'an Study: http://wenshuchan-online.weebly.com/implications-of-chrsquoan-meditation.html](#)