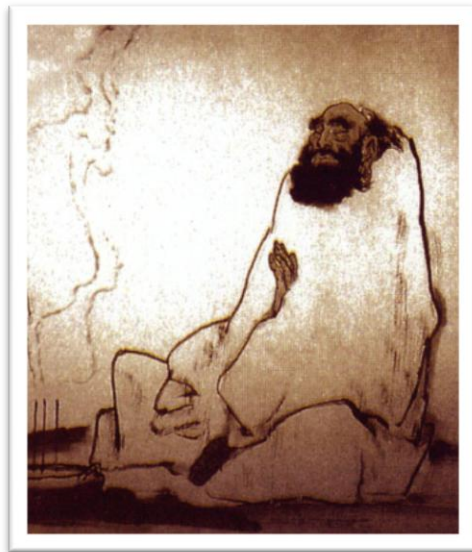


Sobre la Observación/Vigilancia de la Mente Por Bodhidharma

Traducido al español por Yin Zhi Shakya, OHY – Año 2013

- Quienquiera que comprende que los seis sentidos **no son verdaderos/reales**, que los cinco agregados **son ficciones/invenciones**, que ninguna de tales cosas se pueden encontrar o localizar en ninguna parte del cuerpo, entiende el lenguaje de los Budas. - Bodhidharma
- **Solamente una persona en un millón se ilumina sin la ayuda de un maestro.** - Bodhidharma
- **No involucrarse con la ignorancia es sabiduría.** - Bodhidharma



I. Vigilen Vuestra Mente.

Bodhidharma¹: El único dharma-de-vigilar-la-mente, abarca todas las actividades; por lo tanto, se le llama concluyente/definitivo y fundamental.

Bodhidharma²: La mente es la fuente de los diez mil dharmas; cada dharma se deriva de la mente; si se entendiera la mente, también se habrían terminado las diez mil actividades.

Al igual que cada rama, flor y fruto de un árbol inmenso es posible hacerlos surgir de una sola raíz, para cuidar el árbol, uno deberá sustentar la raíz

para proveerle vida.

Para destruir el árbol, uno debe remover la raíz para permitir que se muera.

Cuando se entiende la mente, cultivar el Tao es fácil de lograr con poco esfuerzo. Si no se entiende, es un esfuerzo inútil sin resultado.

Por lo tanto, deberán saber que todo el bien y el mal llegan de la mente misma.

Buscar por eso fuera de la mente no es correcto.

II-a. La Mente Motiva el Dharma Puro y el Corrupto

Bodhidharma³: Los cuatro⁴ elementos y los cinco agregados son originalmente vacíos, y carentes de un 'yo'. Pero, deben saber que hay dos funciones de la mente.

¿Cuáles son esas dos?

La Primera es la mente pura; la segunda es la mente corrupta.

La mente pura significa la mente-verdadera no-kármica-e-inamovible-como-es.

La mente-corrupta significa la mente oscura en el estado-kármica, no-iluminado.

Esas dos mentes diferentes son originalmente cohesivas.

Bajo las condiciones kármicas, ellas coexisten sin afectarse una a la otra.

La mente pura siempre disfruta⁵ de la buena causa. La mente corrupta siempre piensa de los trabajos malignos.

Si la mente inamovible estuviera despierta y entendiera, la iluminación no se podría corromper.

Uno al que se le llama un sabio santo, está libre de sufrimiento, alcanza la Felicidad Nirvánica. Uno que está enredado y cubierto por la corrupción y los trabajos diabólicos, se le llama un ser ordinario: Ése continuamente cae en

2



los tres cosmos diferentes y recibe muchos sufrimientos.

¿Por qué? Porque la mente corrupta le impide ver la esencia de la mente-verdadera-inamovible-como-es.

II-b. La Verdadera Mente no se Revela por el Engaño

En el Sutra de los Mundos de las Diez-Mentes:

En el cuerpo del un ser-indigente (necesitado de la visión correcta) está el diamante de la naturaleza-Búdica;
Como el resplandor luminoso, de la luz brillante del sol vasto e ilimitado;
Pero, simplemente no es visible por la nube negra de los cinco agregados;
Como una vela (que no puede verse) dentro una botella.

También, en el Sutra Nirvana:

Todos los seres-indigente tienen la naturaleza-Búdica;
Pero no logran el Nirvana, porque la ignorancia oscura la ha ocultado.

II-c. El Dharma Bondadoso es la Raíz de la Iluminación

Por naturaleza-Búdica entendemos 'la iluminación'.

Si uno se ilumina a sí mismo, y la sabiduría del auto-aprendizaje es brillante a través de la separación de lo que la cubre/envuelve, a eso se le llama la liberación completa.

Entonces, es cierto lo que se sabe, que todo buen dharma es la raíz de la iluminación.

A través de la 'raíz de la iluminación', todos y cada uno de los árboles de virtud y merito aparecerán; y también, los frutos del Nirvana se pueden perfeccionar.

Esto es lo que llamamos⁶, la vigilancia de la mente-correcta.

III-a: El Dharma Maligno/Diabólico es la Raíz de las Tres Mentes Venenosas

Hye Ka; ¿Cuál es la raíz de la mente ignorante, oscura y todo pecado?⁷

Bodhidharma: La mente oscura ignorante tiene ochenta y cuatro mil sufrimientos (corrupciones) y lujurias; los pecados son tantos como las arenas del Río Ganges.

Para ser breve, ellos todos se derivan de los tres venenos; **la mente avariciosa, la mente enojada y la mente ignorante.**

Estas tres mentes-venenosas son como un árbol inmenso que solamente tiene una raíz pero un número inmensurable de ramas y hojas.

Las tres mentes-venenosas originalmente triunfan o prevalecen sobre todos los pecados.

Además, cuando esta raíz venenosa crea toda variedad de pecados kármicos, es de hecho, cien, mil o incluso diez mil veces mayor que la comparación de las ramas y las hojas.

III-b. El Rostro Original de los Seis Ladrones

Estos tres venenos llegan del único cuerpo esencial.

Cuando él se transforma de acuerdo a las seis raíces sensoriales, devienen seis ladrones; y los seis ladrones son las seis consciencias.

Esas seis consciencias crean karmas diabólicos cuando responden a las seis raíces; siendo afectados automáticamente a través de las perspectivas externas deviniendo un obstáculo para la verdad-como-es.

Esa es la razón por la que le llamamos los seis ladrones. Como resultado de esos tres venenos y los seis ladrones, causando confusión en el cuerpo y la mente, todos los seres indigentes caen en la vida-y-la-muerte y entran en las seis ramas de la cadena kármica.

Por lo tanto, todos los sufrimientos se siguen.

Es como un gran río formado por la unión de muchos pequeños, fluyendo

incesantemente las corrientes para formar diez-mil millas de una corriente tortuosa.

IV-A. Erradiquen los Tres Venenos

Si uno erradica la raíz y el fluir, entonces todo lo que sigue cesa; uno que desea alcanzar el Nirvana [debe] trasmutar los tres venenos en tres preceptos inmaculados [la práctica del dharma bueno, liberar a todos los seres indigentes, y sostener los preceptos] y transformar los seis ladrones en los seis paramitas.

Entonces, naturalmente, uno estará libre de todo sufrimiento.

IV-B. La Iluminación de los Tres Cosmos Diferentes les da a Ustedes la Liberación

Bodhidharma⁸ Todas las secuencias kármicas en los tres cosmos diferentes llegan de la mente.

Si ustedes despiertan la mente, incluso, aunque estén en los tres cosmos diferentes, estarán libres de ellos.

Los tres cosmos diferentes son tres clases de veneno. La avaricia, el mundo del deseo, el enfado, el mundo de la forma visual; la Ignorancia y el mundo de la no-forma.

A través de esos tres venenos se creará todo el banco de causas kármicas y los efectos kármicos se construirán; consecuentemente, dejando la entrada a las seis ramas de las secuencias kármicas (diríamos, se vagará alrededor como una rueda).

Estos son los que llamamos los tres cosmos diferentes.⁹

V. La Confusión Crea las Seis Ramas

Si¹⁰ un ser indigente practica el bien sin entender el motivo correcto (de la iluminación), no puede evitar los tres cosmos diferentes, y renacerá en las

5



Tres Ramas Leves.

¿Qué son las tres ramas leves?

Si uno practica las diez buenas conductas (tres a través del cuerpo, cuatro a través de la boca y tres a través de la voluntad) con una mente confundida, pero desea felicidad, entonces no puede escapar del deseo de felicidad, y nacerá en el cielo.

Si uno practica los cinco grandes preceptos con una mente confundida, y por otra parte todavía crea odio y amor 'ilusorio' (dualístico), entonces no puede escapar el sentimiento de enfado, y renacerá en el cuerpo humano.

Si uno practica el dharma diabólico a través de apegarse a la forma de hacer con una mente confundida, y por otra parte busca por la fortuna, entonces no puede escapar de los deseos ignorantes no-virtuosos; y renacerá en una rama Asura.

Estas son las tres ramas leves.

¿Cuáles son las tres ramas difíciles? Ellas son la creación de un karma malo a través del uso disoluto de las tres mentes venenosas¹¹.

Con la avaricia abundante uno devendrá una rama de fantasma hambriento.

Con el enfado abundante uno caerá la rama del infierno.

Con la ignorancia abundante uno irá a la rama animal.

La combinación de estas tres ramas difíciles y leves, deviene las seis ramas.

Por lo tanto, deben saber que el karma diabólico llega de la mente. Si la mente estuviera bien controlada, separada de todos los pecados, entonces el karma de los tres cosmos diferentes desaparecería naturalmente.

Todo el sufrimiento se desvanecería; esa es la razón por la que se llama Nirvana.

VI. A Través de las Mentes de los Tres Venenos Un Centillón de Cosas Aparecen

Una vez se le preguntó¹² acerca del 'Centillón' de las cosas numerosas.

6



Bodhidharma: Eso es también las tres mentes venenosas a través de las cuales incontables (en sánscrito es **asamkaya**, en chino significa incontables, en inglés es un centillion) malos pensamientos surgen en la mente tan numerosos como las arenas del Río Ganges, cada pensamiento dura por una kalpa. Las arenas del Ganges son incontables. Porque los tres pensamientos diabólicos venenosos son tantos como las arenas del Río Ganges, decimos que son incontables.

La naturaleza-propia de la verdad como es, ya está rodeada/envuelta por las tres mentes venenosas. Hasta que todos los malos pensamientos, tantos como las arenas del Río Ganges sean trascendidos; ¿Cómo se puede alcanzar el Nirvana?

Si uno elimina ahora la avaricia, el enfado y la ignorancia¹³, es lo mismo que trascender centillones de kalpas. Los seres indigentes en la última era del mundo están sordos y embotados¹⁴; ellos simplemente no entienden la verdad sublime y profunda del Tathagata y la palabra secreta de los tres centillones de kalpas, y dicen:

Después que hayan pasado tres-centillones de kalpas,
Uno puede llegar a ser un Buda:

¡Qué terrible equivocación! La cual permite que los practicantes de la última era del mundo se retiren del camino de la gran iluminación.

VII. Más Explicación de los Tres Preceptos Inmaculados y las Seis Paramitas

Hye Ka: Como estoy preocupado, para alcanzar el Tao-del-Buda, un estudiante debe practicar los tres preceptos inmaculados y las seis perfecciones. ¿Por qué usted dice que sostenga solamente el dharma de la vigilancia de la mente?

Sin mantener los preceptos, ¿cómo uno puede alcanzar la Budeidad?

Bodhidharma: Los tres preceptos inmaculados significan eliminar las tres mentes venenosas. Cuando una mente venenosa se elimina, un gran manojo inmensurable de buena voluntad se completa.

Tres de ellos juntos significan que uno pudiera eliminar todas las tres mentes venenosas, y entonces, las tres bondades inmensurables se pudieran concentrar juntas en la mente.

Las seis perfecciones (en sánscrito significa Paramita; en chino, cruzar a la otra orilla; en inglés, perfección) significan iluminar los seis sentidos raíces.

Si las seis raíces sensoriales fueran purificadas inmaculadamente sin manchas de corrupciones mundanas, entonces uno llegaría a la otra orilla libre de desconcierto/aturdimiento. Esa es la razón que decimos, seis paramitas.

Hye Ka¹⁵: En los tres preceptos inmaculados, uno promete nulificar todos los pecados, promete practicar todo el bien, y liberar a todos los seres indigentes.

Ahora, usted está diciendo, que sólo eliminen las tres mentes venenosas; ¿no es esto contradictorio?

Bodhidharma: Cualquier cosa que el Buda dijo en el sutra es verdad y no tiene falta/desperfecto.

Los Bodhisattvas-Mahasattvas tomaron tres votos diferentes cuando cultivaron las conductas del Bodhisattva.

Para prevalecer sobre las tres mentes venenosas, ellos sostuvieron los tres grandes votos y mantuvieron los tres preceptos inmaculados; mantener los preceptos significa prevalecer sobre el veneno de la avaricia, porque un voto corta de raíz varios pecados.

Practicar meditación significa prevalecer sobre el veneno del enfado, porque uno promete cortar varios pecados.

Perfeccionar la sabiduría es prevalecer sobre el veneno de la ignorancia, porque uno vota liberar todos los seres indigentes.

A través de sostener **los tres dharmas inmaculados de los preceptos, la meditación y la sabiduría**, uno vence los tres karmas venenosos y alcanza la Budeidad. Si las tres mentes venenosas se controlaran, todo se disminuiría.

Esa es la razón por la que le llamamos eliminación. Si los tres preceptos inmaculados se sostuvieran, entonces cada bien se lograría.

8



Esa es la razón por la que le llamamos cultivo. Invalidez/abolir el pecado y cultivar la buena voluntad resulta en la perfección completa. El 'yo' y los demás beneficiaremos y liberaremos a todos los seres indigentes.

Esa es la razón por la que le llamamos liberación [perfección].

Por lo tanto, practicar los preceptos no está separado ni se ha ido de la mente.

VIII. Mente Pura; El Campo Puro de Buda

Si mi mente es pura, la mente de cada ser indigente es pura. **Como dice el sutra:**

Cuando la mente es sucia, el ser indigente es también sucio. Cuando la mente es pura, el ser indigente es también puro.

El sutra también dice:

Para purificar la tierra-de-Buda, primero purifica tu mente. Cuando tu mente está purificada, la Tierra-de-Buda estará purificada.

Si puedes controlar bien las tres mentes venenosas, los tres preceptos immaculados automáticamente serán perfectos.

IX. Más Explicaciones de los Seis Paramitas

Hye Ka: Los seis paramitas son una contribución, de perpetuar los preceptos, la paciencia y la tolerancia, el fervor en progreso, la serenidad y la sabiduría. Y ahora usted ha dicho: "cuando las seis raíces sensoriales son puras, eso es los seis paramitas"; ¿qué quiere decir eso?

Bodhidharma: Si desean practicar las seis paramitas tienen que purificar las seis raíces sensoriales; para hacer eso, deben prevalecer sobre los Seis Ladrones.

Si se deshacen/libran del ladrón en vuestro ojo, entonces estarán libres del color de las perspectivas externas; vuestra mente no será más avara/egoísta.

Si se deshacen/libran del ladrón en vuestro oído, entonces estarán libres del sonido de las perspectivas externas. Ese es el porqué lo llaman sosteniendo/manteniendo los preceptos.

Si se deshacen/libran del ladrón en vuestra nariz, entonces estarán libres de ambos, el tufo y la fragancia. Ese es el porqué lo llaman paciencia y tolerancia.

Si se deshacen/libran del ladrón en vuestra lengua, entonces estarán libres de cualquier anhelo/deseo por el gusto diabólico. Ya sea hablando o leyendo, no harán surgir ningún pensamiento de disgusto. Esa es la razón por la que le llaman fervor en progreso.

Y si se deshacen/libran del ladrón en vuestro cuerpo, entonces estarán estupendos e inamovible por cualquier afección. Esa es la razón por la que le llaman serenidad inamovible.

Si prevalecen sobre las conciencias de los ladrones, entonces no perseguirán la oscuridad ignorante, practicarán siempre la sabiduría auto-medicinal de entendimiento, aprendida de los grandes maestros y cultivaran todas las variadas virtudes y méritos. Es por eso que se le llama sabiduría.

Además, la sabiduría significa, 'llevar a cabo'; así que, las seis perfecciones, como una barca, lleva a los seres indigentes hacia la otra orilla; esa es la razón por la que ellos le llaman las seis paramitas, o la liberación, o cruzar a la otra orilla.

X. La Leche de la Verdad

Estudiante: He oído que el Buda bebió tres jarras y seis tazas de leche antes que alcanzara la Budeidad¹⁶.

¿Por qué ahora usted dice, que la liberación completa (el Nirvana) se puede alcanzar a través de vigilar la mente?

Bodhidharma: ¹⁷ La leche que Buda bebió no es una leche impura, ordinaria, en su lugar bebió de la verdad inmaculada como es.

Tres jarras significan los tres preceptos inmaculados. Seis tazas significa las seis paramitas; Buda alcanzó el Tao a través de beber de esta leche de la

verdad-inmaculada.

Si en su lugar uno dice, Buda bebió la leche que llega del conocimiento carnal denso a través de la leche agria y sucia, de hecho esto es humillar al Buda.

El nombre Tathagata implica el significado de la firmeza de un diamante, y el cuerpo verdadero, imperecedero y no-kármico; y que es libre ya de sufrimientos ordinarios.

¿Cómo la sed se puede satisfacer a través de la leche impura?

Un sutra dice:

“Este buey no reside en el valle superior,
Este buey no come plantas o cualquier clase de paja,
No juega con los otros bueyes.
Su cuerpo tiene el color dorado como el jade-morado.

Este buey no es diferente del Buda omnipresente luminoso¹⁸; con gran amor y compasión, tiene misericordia de todos los seres indigentes. El Cuerpo-Dharmático inmaculado produce la leche de la verdad sublime de los tres preceptos y las seis perfecciones y cuida y sirve a todos los que desean alcanzar la iluminación completa. No solamente es el Buda mismo, es el mismo/correcto y verdadero Tao¹⁹.

XI. ¿Qué es la Iglesia?

Estudiante: se dice en un sutra que:

“Construyan iglesias y esculpen imágenes sagradas,
Quemen incienso, esparzan flores,
Enciendan velas interminablemente, o
Tengan ceremonias seis veces al día;

Por la virtud y el mérito de la práctica, cualquiera alcanzará el Tao-del-Buda”.

¡Y ahora usted me está diciendo una verdad de que la vigilancia de la mente abarca todas las actividades!

¡Eso debe ser una broma!

Bodhidharma: Los seres indigentes tienen mentes letárgicas, carentes de sabiduría y no conocen la verdad sublime y profunda.

Esa es la razón por la que los incontables métodos apropiados/oportunos ayudan a todos los seres indigentes y exponen el hacer-sin-forma a través de la forma-si-se-hace.

Sin cultivar el interior de vuestra mente, simplemente buscando por fortuna en el exterior de ella, no es la cosa correcta de hacer.

Construir una iglesia (una zona inmaculada en sánscrito) significa, abandonar las tres mentes venenosas y tener siempre unas raíces limpias. A través de eso, el cuerpo y la mente son humildes e inmaculados en ambos lados; esto es, la construcción de una iglesia.

XII. Moldeando/Fundiendo la Imagen del Buda

La acción motivadora para alcanzar el Tao del Buda, es que cada ser indigente moldee la estatua del Buda.

Ellos hacen simbólicamente la figura y la forma sublime del Tathagata para cultivar todas las acciones de la iluminación.

Esto no se refiere a la estatua que se hizo a través del proceso de esculpir usando oro o bronce.

Por lo tanto, uno que desea alcanzar la liberación completa debe pensar de su propio cuerpo como una mezcla, del dharma como un fuego, de la sabiduría como un técnico y de los tres preceptos inmaculados y las seis perfecciones como el horno/bóveda de fundición.

Así que, 'la naturaleza-búdica-de-la-verdad-como es', se disuelve y coloca en la bóveda de fundición de todos los preceptos.

Sigan y sostengan todas las enseñanzas sin perder ni una parte.

Naturalmente, la forma verdadera de la imagen se completará.

Al final eso se puede llamar la perpetuidad del cuerpo-del-dharma sublime, que no es el dharma de la-forma-de-hacer.

Mientras buscan por el Tao, si uno no conoce cómo dirigir o moldear la forma verdadera, ¿cómo entonces, puede alcanzar la virtud y el mérito?

XIII. ¿Qué son los Cinco Inciensos?

También, quemar incienso no significa la forma ordinaria de incienso, sino el hacer-sin-forma o el dharma correcto del incienso.

Eso representa prevalecer sobre el hedor o la pestilencia, eliminando la oscuridad, los karmas diabólicos, y finalmente quemándolos para que desaparezcan.

Hay cinco clases de inciensos de la verdad correcta;

Primero, está el incienso de los preceptos; para nulificar todos los pecados y practicar todo el bien.

Segundo, está el incienso de la serenidad inamovible; para tener fe en la mente correcta sin retracción/mengua.

Tercero, está el incienso de la sabiduría ilimitada; para vigilar la mente alertamente desde el interior y exterior del cuerpo y la mente.

Cuarto, está el incienso de la liberación completa; para liberar los enredos de la oscuridad ignorante.

Quinto, está el incienso del ojo auto-perceptivo de la liberación completa; para sentir siempre y observar clara y completamente los obstáculos.

Esos cinco inciensos son los inciensos superiores, que no se pueden comparar con ninguno de los del mundo ordinario.

Incluso, en el tiempo del Buda, él dijo:

“Quemen los inciensos de más valor con el fuego de la sabiduría y ofrézcanse a cada uno de los Budas en las diez direcciones”.

Las personas hoy en día son ignorantes, no entienden el verdadero significado de los inciensos. Sólo tratan de usarlos en el fuego externo y las diferentes formas de composiciones materiales de incienso para buscar

fortuna, lo cual es imposible.

XIV. ¿Cómo Diseminar las Flores?

Diseminar las flores también significa la misma cosa. A través de diseminar las flores virtuosas del dharma correcto, uno ayuda a los seres sintientes. A través de utilizar toda la naturaleza-propia-como-es, uno adorna omnipresentemente el mundo. Esas flores virtuosas son las que el Buda alaba altamente, y que no pueden marchitarse ni mudarse perpetuamente.

Si cualquiera disemina esas flores, recibirá las virtudes y los méritos inmaculados.

No se debe decir que el Buda le pidió a los discípulos o a los seres indigentes que cortaran los botones de flores o que hicieran flores de seda para diseminarlas. Si alguien dice que el Buda pidió eso, está erróneo/equivocado.

¿Por qué?

Porque uno que sostiene los preceptos no debe destruir ninguna parte del universo; incluso matar por error/equivocación podría ser un gran pecado.

Entonces, ¿Qué acerca de violar los preceptos a través de dañar deliberadamente cualquier parte de la naturaleza?

¿Cómo se puede esperar cualquier fortuna a través de esta acción? Aunque sea beneficiosa, si es en detrimento o dañina, ¿Cómo puede ser correcta?

XV. ¿Qué es Encender una Vela?

Una **vela eterna** significa el verdadero despertar de la mente; la vela se refiere a la brillantez de la iluminación auto-intuitiva.

Por lo tanto, uno que busca por la liberación completa, debe pensar de este cuerpo como la base del candelabro y su mente como los candelabros; la fe como el pabilo, el incienso de los preceptos como la cera o aceite²⁰, y la luz de la sabiduría como la luz de la vela²¹.

Deben quemar esta vela brillante (destruir la oscuridad) todo el tiempo; brillando hacia la oscuridad no-iluminada y prevaleciendo sobre ella.

Si ustedes devienen iluminados a través de estos dharma, uno por uno, eso significa que la luz de la vela lleva/conduce diez mil velas y, finalmente, hasta un número ilimitado.

Esa es la razón por la que se llama, la vela eterna.

Había una vez un Buda llamado **'mechero-farol'**; que es como un encendedor la vela eterna. Un ser indigente no entendió la conveniencia del método que el Buda usaba en su discurso, así que, en su lugar, demostró una conducta engañosa y apegada a la forma de hacer, a través de quemar el aceite de sésamo, encender las habitaciones vacías y pensar sinceramente que estaba tomando refugio en los sutras.

¡Qué gran equivocación!

¿Por qué? Si el Buda emitía luz desde un pelo entre las dos cejas, entonces iluminaría los diez mil más ocho mundos.

Y si todo el cuerpo emitía luz entonces iluminaría el mundo completo desde las diez direcciones.

¿Cómo podemos incluso hablar acerca del beneficio de la luz de una vela?

Observen este significado cuidadosamente; y sabrán que está mal.

XVI. ¿Cómo Funcionar el Tao?

Funcionar el Tao seis veces al día implica funcionar el Tao-del-Buda en las seis raíces sensoriales todo el tiempo.

A través de funcionar todas las conductas buenas de iluminación (es como controlar las seis raíces sensoriales sin abandonarlas, y se le llama operar/funcionar las seis clases diferentes de Tao.

La Estupa no es nada más que el cuerpo y la mente; la sabiduría brillante es la ceremonia verdadera de circumambular la estupa²².

Los sabios del pasado alcanzaron el Nirvana²³ a través de hacer funcionar este Tao, pero las personas hoy en día que no entienden esto, no se pueden llamar Hombres del Tao²⁴.

Los ignorantes, sin funcionar internamente, prefieren buscar en el exterior por resultados kármicos extenuándose ellos mismos de esta forma, circumambulando la estupa día y noche²⁵.

Pero, eso no es beneficioso para la naturaleza-propia en absoluto. ¡Qué lástima es eso!

XVII. Cómo Disciplinar el Cuerpo y la Mente

Disciplina significa 'que todo esté en orden'; esto es, cultivar el cuerpo-y-la-mente ferviente, ordenada y sistemáticamente.

También implica '**protección**'; esto es, sostener correctamente la conducta de los preceptos; desaprobar y rechazar los seis sentimientos carnales, controlar las tres mentes venenosas; despertar entusiásticamente; estar alertas; y mantener el cuerpo y la mente puros.

Entonces, si todo esto se hace, podemos llamarle, 'mantener las disciplinas'.

XVIII. ¿Cuál es el Alimento/Nutriente Propio?

Hay **cinco** clases diferentes de alimento.

Primero, el alimento del entusiasmo por el dharma; dependiendo en el dharma-correcto-del-Buda, sosteniéndolo con placer y cultivándolo.

Segundo, el alimento feliz meditativo; interna y externamente hay tranquilidad y lucidez; el cuerpo y la mente están felices.

Tercero, el alimento de la atención plena; pensando siempre en la atención plena del Buda, la mente y la boca están en acuerdo mutuo.

Cuarto, el alimento del voto o promesa: ya sea yendo o viniendo, permaneciendo de pies, sentados o acostados, siempre estar determinados con los votos buenos.

Quinto, el alimento de la gran liberación; la mente siempre es/está inmaculada y no debe de corromperse con el polvo mundano.

Esta es la razón por la que se llama, ²⁶ 'nutrimento propio'.

XIX. ¿Qué es Ayuno?

'**Ayunar**' significa eliminar el comer del karma oscuro y pecador; las personas ignorantes y confundidas no entienden esto y, como resultado, crean todo tipo de karmas diabólicos, a través del cuerpo y la mente licenciosos/promiscuos y los deseos/anhelos de codicia pasional sin avergonzarse.

Ellos sólo piensan en el ayuno externo, diciendo que han mantenido la disciplina; son como niños tontos que le llaman a un cadáver en descomposición una persona viviente.

Eso es un error/una equivocación.

XX. ¿Qué es la Oración Verdadera?

Orar significa siempre estar en acuerdo con la Verdad (el Dharma). El significado esencial de orar, se puede entender a través de la acción misma. Aunque puede que sea de cambio aparente, todavía, el significado esencial no se puede descartar. Pero, orar tiene lo que expone aparentemente y lo que está escondido.

Si uno entiende esto, es posible que esté en acuerdo con el dharma.

Generalmente hablando, orar significa, primero, **respetar** altamente; segundo, **arrodillarse en sumisión**. En este caso si uno respeta la verdadera naturaleza-propia, y si la oscuridad no-iluminada se arrodilla en sumisión, entonces se puede llamar oración.

Dado que ellos respetan, ellos no se humillan. Dado que se arrodillan, no pueden ser negligentes. Si un pensamiento pecador se desvanece permanentemente y un buen pensamiento permanece firmemente, entonces, aunque no se vea del exterior, uno está continuamente en oración. Lo que aparentemente se expone es de apariencia física cuando ellos se inclinan en respeto. Para rendir sus mentes y humillarse, los seres ordinarios se arrodillan o hincan en respeto a la imagen externa del Buda.

Cuando eso está funcionando o eso se actúa, entonces se exterioriza (como inclinación). Cuando se elimina ese funcionamiento, entonces es escondido. Solamente cuando la naturaleza-propia y la forma física están de mutuo acuerdo, la sabiduría interna puede brillar a través de la oración física.

Cuando uno está apegado solamente a la forma externa de oraciones, entonces será negligente, teniendo avaricia, enfado e ignorancia; haciendo surgir pensamientos pecadores en su interior, y exteriormente tiene sólo una oración falsa, que no es verdadera. Esto engaña a los santos y le toma el pelo a los sabios, iconsecuencias kármicas que tendrá que tolerar!

XXI. ¿Qué es Bañarse?

Hye Ka: Como se menciona en el Sutra de la Casa en Llamas, si uno ayuda a los monjes a bañarse, entonces recibirá una fortuna inmensurable²⁷. ¿Se puede alcanzar eso a través de simplemente observar la mente?

Bodhidharma: Bañar a los monjes no significa la forma ordinaria de hacerlo con el funcionamiento o la acción física²⁸.

Se ha presentado como una metáfora para explicar la verdad fundamental, incluyendo siete cosas: ²⁹

Primera: agua limpia;
Segunda: encender el fuego;
Tercera: jabón;
Cuarta: cepillo de dientes;
Quinta: polvo de limpiar;
Sexta: aceite y
Séptima; ropa interior.

Si uno usa esos siete dharmas³⁰ para lavar y refrescar el cuerpo, a través de los cuales se puede eliminar la suciedad de las tres oscuridades venenosas.

¿Cuáles son los siete dharmas?

Primero, los preceptos verdaderos; entibian/animan/acondicionan la imperfección moral y la limpia, como el agua clara limpia, la suciedad.

Segundo, la sabiduría; sean vigilantes en ambas partes, interna y externamente; al igual que la llama del fuego entibia el agua.

Tercero, la distinción; identificar y separar los pecados; al igual que el jabón elimina todas la suciedad.

Cuarto, la honestidad; eliminar toda charla deshonestas; como un cepillo de dientes elimina el mal olor/la hediondez de la boca.

Quinto, la fe correcta: después de la determinación correcta, no hay otro pensamiento secundario; al igual que el polvo de lavar cuando se restriega o frota sobre el cuerpo, arranca una infección.

Sexto, control de la respiración; control todas las inclinaciones intensas; al igual que el aceite hace que la piel sea suave y lustrosa.

Séptimo, conocer el remordimiento; abandonar/omitir todos los malos karmas; al igual que la ropa interior cubre el cuerpo desnudo.

Estas siete cosas son el dharma escondido dentro del sutra. Hoy en día las personas todavía no saben esto.

¿Qué es la Casa-en-Llamas? La casa en llamas implica el cuerpo físico. Con el fuego de la sabiduría, limpiando y calentando la bañera de los preceptos. Lavando la Verdad como es y la Budeidad en el interior del cuerpo; adornando el 'yo' con los siete dharmas.

Todos los monjes en ese tiempo eran brillantísimos y sabios; ellos entendieron lo que el Buda trababa de decir y practicaron como se les dijo. Y finalmente alcanzaron las virtudes y lograron las etapas santas. Pero hoy en día, el ser indigente es ignorante, tonto, y sin entendimiento de esto, y solamente dice: 'el agua ordinaria lavará esos cuerpos', mientras a su vez dice: 'tomo refugio en la enseñanza del Buda sinceramente'.

¿No está eso equivocado/erróneo?

Y además, la naturaleza-Búdica verdadera como-es, no tienen ninguna característica del ser ordinario, y la suciedad/barro del desconcierto no tiene forma; ¿cómo puede el agua corporal lavar el cuerpo de la oscuridad ignorante no-iluminada? Eso no hace ningún sentido, así que, ¿cómo puede entenderse el Tao?

Por lo tanto, contémplo de esta forma:

El cuerpo, originalmente llegó de una avaricia impura, y está lleno de peste y las excreciones mezcladas, interna y externamente.

Aunque quieran estar limpios a través de lavar el cuerpo, como tratando de lavar tierra sucia; **nunca podrá purificarse**. Así que deben saber que el lavado externo, naturalmente, no tiene nada que ver con lo que el Buda dijo.

XXII. ¿Qué es Entonar?

Bodhidharma³¹: Entonar (recitar el nombre del Buda) es practicar el pensamiento-correcto.

El entendimiento imperfecto (de que solamente algunos seres indigentes se iluminaran) es poco fiable (un pensamiento endemoniado).

El pensamiento correcto resultará automáticamente en el placer verdadero³². A través del pensamiento poco fiable, por otra parte, ¿cómo se puede cruzar a la otra orilla?

Buda³³ significa protegerse a uno mismo de la creación o surgimiento del pecado a través del despertar y la vigilancia del cuerpo y la mente.

Pensar es re-memorizar, que significa, re-colectar las conductas de los preceptos sin olvidar y practicar diligentemente.

Entendiendo este significado, en última instancia se le puede llamar, pensamiento correcto. Por lo tanto, deben conocer bien, que el pensamiento llega de la mente, no de la palabra.

A través de una red, el pez se puede atrapar. A través de hablar, el significado se puede captar.

Si eso ya tiene el nombre de 'recitar', entonces uno debe recitar la esencia del (pensamiento de Buda).

Sin la realidad de la esencia de la recitación, es inútil recitar solamente el nombre hueco/vacío. ¿Cuál es el beneficio que se puede obtener o que resulta de eso?

También, recordar y recolectar son muy diferentes en nombre y significado. Usando solamente la boca es recitación, haciéndolo con la mente es

recolección.

Por lo tanto, recitar llega de la mente. Es el portón del cultivo del despertar. Por otra parte, entonar llega desde la memoria que pertenece a la boca, y la cual pertenece a la forma del sonido. Apegarse a la forma del sonido y buscar por fortuna es erróneo.

XXIII. Recoger las Formas para que Regresen a la Mente

Por lo tanto, el sutra dice:

“Cualquier cosa que tenga una forma, en su totalidad, es un engaño ilusorio”.

Y también dice:

Si a través de una figura uno me viera,
Si a través de la voz uno me oyera,
Ése está practicando la verdad diabólica;
No puede ver al Tathagata.

A través de esas contemplaciones podemos fácilmente saber que cualquier cosa que tenga forma no puede ser permanente.

Por lo tanto deben saber bien que todos los sabios en el tiempo pasado cultivaron la virtud y el mérito a través de no hablar nada sino sólo de esta mente.

La mente es la fuente de todos los sabios. La mente es el maestro de todos los pecados. La verdad suprema³⁴ también viene de la mente. Por otra parte, todos los ciclos kármicos de los tres cosmos diferentes también surgen de la mente.

La mente es la entrada-a-la-liberación desde el mundo ordinario. La mente es también el embarcadero de amaraje al Nirvana. Uno que conoce la entrada no debe preocuparse si lo puede lograr o no.

XXIV. No Construyan Equivocadamente Estatuas/Estructuras de Buda de Templos

Hoy en día, las personas estúpidas piensan que erigir una forma de un



edificio es de gran virtud y mérito.

Ellos gastan cantidad de dinero y materiales, y haciendo eso ellos matan erróneamente a las criaturas sobre la tierra y en el agua.

Ellos usan inútilmente la mano de obra para construir; derrochando las tablas de madera y los ladrillos y pintándolos. Se agotan y confunden a los demás desvergonzadamente.

¿Qué iluminación resultará de eso?

Mientras uno habla acerca del dharma de-la-forma-de-hacer, ellos ansiosamente lo siguen, pero cuando se les habla del dharma del no-hacer, ellos devienen brutos/tontos, escasos de entendimiento y sin respuestas.

Mientras buscan por pequeños entretenimientos, ellos no advierten el gran sufrimiento en el futuro.

Esta clase de estudio no sólo les agotará sino que también les causará que den la espalda al camino correcto y giren hacia el camino diabólico.

Ellos dicen que engañando ganan las fortunas.

XXV. Consejo Final Sobre la Vigilancia de la Mente

Simplemente vigilen vuestra mente estén alertas. Giren vuestra atención desde el exterior y brillen interiormente. Así que dejen que el despertar y la vigilancia estén vivos y brillantes perpetuamente.

Arranquen de raíz las tres mentes venenosas. Derrítanlas permanentemente. Cierren la puerta de entrada a los seis Ladrones, para que no se puedan colar.

Entonces, inmensurables, como las arenas de Rio Ganges, la virtud y el mérito, los adornos variados y el dharma se alcanzaran.

Pasen por arriba de todos los seres viejos y alcancen el resultado santo. Un segundo puede estar muy distante. Dado que la iluminación es entra ahora y el pestañar de un ojo, ¿por qué debemos esperar por los cabellos grises?

El verdadero portón del Dharma es tan profundo e insondable, ¿cómo

podemos hablar de él en absoluto?

Solamente hemos estado hablando de una forma simple de vigilar la mente para dejarla que se vea **un poco**.

Tomado de:

http://www.buddhism.org/board/read.cgi?board=Dharma_Talks&y_number=1&nnew=2

Notas al Final

1. Hye Ka: Si alguien desea aprender, Buddha-Dharma, ¿qué dharma deben estudiar que sea fundamental y concluyente?

2. Hay Ka: ¿Cómo el un dharma abarca todas las actividades?

3. Hye Ka: ¿A qué se le llama la vigilancia de la mente correcta?

4. Bodhidharma: 'Cuando un Bodhisattva-Mahasattva contempla el Prajnaparamita, él entiende que cuatro...

5 Satisface

6. Podemos llamarle a esto, 'la vigilancia de la mente correcta'.

7. 'Si la raíz de la mente-verdadera como-es, la naturaleza-Búdica, y todas las virtudes y meritos es despertar, entonces ¿qué es la raíz?'

8. Hye Ka: Dado que las tres mentes venenosas y los seis ladrones son tan inmensos e ilimitados, ¿qué posibilidad tenemos de ser liberados de ellos, mirando/observando simplemente la mente?

9. También, cuando estamos creando las causas kármicas, hay caminos difíciles y fáciles los cuales resultaran de acuerdo en las seis divisiones. Esa es la razón por la que la llamamos las seis ramas.

10. Hye Ka preguntó de Nuevo; ¿cómo las ramas difíciles y fáciles se dividen en seis?

11. Esta es la causa de que ellos nazcan en las tres ramas difíciles.

12. Hye Ka: como el Buda dijo una vez: 'He practicado desde los centillones sin principio y finalmente alcancé el Dharma del Buda. Ahora por qué usted me dice, '¿tan pronto como las tres mentes venenosas se eliminan, esa es la completa liberación?

Bodhidharma: todo lo que el Buda dijo no es en vano. Los centillones se refieren a las tres mentes venenosas.

13. la mente de los tres venenos, entonces se llamará trascendencia...

14. estúpida e ignorante.

15. De acuerdo a un sutra

16. Antes de alcanzar la Budeidad, él tuvo que beber leche.

17. eso es verdad y no es una charla innecesaria. Él tiene que beber la leche, entonces después de eso, alcanzar la Budeidad. Pero,

18. Vairokisha Buda (el cuerpo puro verdadero de la Iluminación)
19. Alcanzará el ANUTTARASAMYAKSAMBODHI
20. aumentar todas las conductas de los preceptos como cera o aceite
21. como la luz de la vela
22. Envolver el cuerpo y la mente a cada segundo se le llama 'circumambular la estupa'.
23. El placer del Nirvana
- 24 'hoy en día'
25. cansando sus cuerpos para abarcar...
26. Estos cinco alimentos inmaculados se llaman...
27. Eso significa que Buda comentó un asunto de la vida real verdadera, a través del cual se alcanza la virtud y el mérito.
28. Buda pronuncio el 'Sutra de la Casa en Llamas' a través de mencionar el baño para hacerles entender el dharma.
29. Esto es la virtud y el mérito de la contribución.
30. Esto es análogo a los siete dharmas.
31. Hye Ka: el Sutra dice: 'si uno piensa (entona) sinceramente en el Buda, nacerá en la Tierra Pura del Occidente, y a través de este portón sublime, uno alcanzará la Budeidad. Ahora, ¿por qué usted dice, que busquen la liberación completa simplemente a través de la vigilancia de la mente?
32. ¿qué es la Tierra Pura del Occidente?
33. es iluminación, la cual...
34. el placer nirvánico perpetuo.

Citas de Bodhidharma:

<http://www.brainyquote.com/quotes/authors/b/bodhidharma.html>

Traducido al español por Yin Zhi Shakya, OHY

10 de octubre de 2013