

La Mente en Llamas

Por Ajaan Lee Dhammadharo
(Phra Suddhidhammaransi Gambhiramedhacariya)



Traducido del tailandés por
[Thanissaro Bhikkhu](#)
© 1995–2011

Traducido al español por Yin Zhi Shakya, OHY

28 de julio de 1959

En un solo momento mental no se puede llevar a cabo dos tareas a la vez. En otras palabras, la maldad que han hecho es efectivamente maldad; la bondad que han hecho es efectivamente bondad. La mente no puede llevar a cabo las tareas de la maldad y la bondad al mismo tiempo. Es como tener solamente una mano. Cuando las cosas que están llevando llenan la mano, ya no puede coger algo más. Tienen que poner aparte lo que ya tienen en la mano. Sólo entonces es que pueden coger otras cosas. Esto es lo mismo para la mente.

Si la mente está continuamente en buen estado, la maldad no tiene lugar para aterrizar en ella o agarrarla. Pero si nuestra bondad no es constante, la maldad será capaz de encontrar una percha donde colgarse. Es como remar una barca hacia el océano. Si estamos cercanos a la orilla, las gaviotas que vuelan cerca de la costa podrán posarse en el mástil de la barca. Si cualquiera de ellas se mantiene

volando fuera del barco, perderá de vista la costa y es probable que muera en el océano, porque se le terminará la fuerza y no tendrá comida de que alimentarse. Tendrá que morir.

En la misma forma, si la bondad se apodera de la mayor parte de la mente, la maldad tendrá que seguir vagando sin dirección alguna y sin tierra firme donde alojarse. Si ella se mantiene por los alrededores—eso significa que la bondad tienen solamente una pequeña parte del corazón—la maldad será capaz de venir volando. ¡Algunas veces espera en la orilla opuesta! Si vuestra fuerza mental es poca, ella se mantiene muy cerquita para engancharlos fácilmente.

Por ejemplo, si la bondad que obtienen de venir al monasterio todavía no es suficiente, cuando regresan a casa, vuestra mente les ordenará que hagan un mal, de una forma u otra—lo que sea—y ustedes le seguirán ahí mismo la corriente. O mientras están sentados aquí escuchando esta charla, la maldad se posará afuera en la baranda de las escaleras. Cuando se levanten al final de la charla y se distraigan, inmediatamente ella se posará sobre ustedes. Algunas veces mientras están sentados aquí se les abalanzará al igual que una gaviota se posa sobre el mástil del barco para poder subsistir. Aunque, si la mente es bondadosa y fuerte, la maldad esperará a cierta distancia. Incluso cuando llegue a vuestra casa, la maldad no se atreverá a planear sobre ustedes—puede que se pose en otra persona, alguien sin ningún Dhamma. Cuando hablan con esa persona y vuestras palabras comienzan a enredarse con las de ella, la maldad puede llegar arrastrándose sospechosamente en esa forma. Eso es porque vuestra bondad todavía no es suficientemente fuerte.

Si tenemos una herida en nuestro cuerpo—diríamos, maldad en nuestra mente—tenemos que lavarla, ponerle medicina y cubrirla con un vendaje limpio: en otras palabras, observar los preceptos y practicar meditación. En esa forma la herida tiene la oportunidad de sanar. **Lavar la herida significa que no debemos involucrarnos en pensar acerca de los puntos buenos y malos de otras personas.** Eso ahí mismo, es un estado de mente diestro. La mente entonces estará en paz y desarrollará una calma interna que alimentará al corazón y la mente. Es como sentarse en una cañada montañosa con una cascada de agua surgiendo y una brisa pura soplando en las piedras a través del desfiladero. La mente se sentirá en calma y serena. El corazón florecerá como un jazmín cubierto de rocío en el medio del invierno. La mente hará surgir la fortaleza.

Si la mente no tiene ningún alimento interno, entonces no tendrá ninguna fortaleza, porque estará hambrienta y débil.

El Buda vio que los seres humanos eran débiles y mal nutridos en esta forma, por lo que sintió compasión por nosotros. Él nos enseñó, **“Sepan que la mente que vaga tragándose panoramas, sonidos, olores, gustos y sensaciones táctiles se está comiendo una bola de fuego; algo que no es ninguna clase de alimento”**. En otras palabras, “El ojo está quemándose”. Todo lo que vemos con los ojos es una forma, y cada uno de esas formas contiene una bola de fuego, aunque en el exterior esté cubierto para lucir bello y atractivo. “La oreja está quemándose”. Todos esos sonidos agradables que buscamos, y que llegan de paso entrando en nuestros oídos desde el día que nacimos hasta el día que morimos, son sonidos quemantes, son llamas de fuego. El calor del sol no puede quemarlos hasta matarlos, pero los sonidos pueden quemarlos hasta dejarlos muertos, y esa es la razón por la que decimos que son más calientes que el sol. “La nariz está quemándose”. Hemos estado oliendo desde que el doctor nos limpio nuestra nariz al nacer, y la naturaleza de oler es esa en la que no hay tal cosa como un olor neutro. Solamente hay dos clases: buenos y malos olores. Si nuestra fortaleza está débil y no estamos alertas, ingerimos esos olores directo a la mente—y eso significa que estamos ingiriendo una bomba de tiempo. Solamente estamos seguros mientras no prendamos la llama. “La lengua está quemándose”. Incontables gustos pasan sobre nuestra lengua. Si nos apegamos a ellos, es como si nos comiéramos una bola de fuego: Tan pronto explote, nuestros intestinos soltaran diarrea. Si nosotros, los seres humanos, nos dejamos amarrar en esas clases de cosas, es como si hubiésemos comido bombas de fuego del Rey de la Muerte. Tan pronto como explotan hemos terminado. Pero si sabemos lo suficiente para escupirlas, estaremos a salvo. Si las tragamos, nos estamos hundiendo. No seremos capaces de encontrar ninguna paz, ya sea sentados, de pie, caminando o recostados, porque estamos ardiendo por dentro. Sólo cuando respiremos nuestra última voluntad el fuego se extinguirá. “El cuerpo está quemándose”. Las sensaciones táctiles también son fuegos que acaban con los seres humanos. Si no tienen ningún mérito interno o bondad en vuestra mente, esas cosas pueden verdaderamente, hacer mucho daño.

El egoísmo, el enojo y el engaño son como tres bolas enormes de hierro candente que el Rey de la Muerte calienta hasta que están incandescentes y entonces las introducen en nuestras cabezas. **Cuando el egoísmo no obtiene lo que desea, se convierte en**



enojo. Lo olvidamos todo—bueno, malo, nuestros esposos/esposas, nuestros padres, hijos—hasta el punto donde podemos incluso matar a nuestros esposos/esposas e hijos. Esto es un asunto de engaño. Cuando esas tres corrupciones se mezclan en nuestras mentes, nos pueden llevar al infierno sin ningún problema en absoluto. Esa es la razón por lo que les llamamos “bombas de fuego” en los corazones humanos [instrumentos incendiarios en los corazones humanos].

Pero, si cuando el egoísmo surge, tenemos el sentido de tomar solamente lo que se debe tomar y **no** lo que no se debe, no nos extinguirá aunque nos queme, porque “estamos asegurados contra incendios”. Las personas que no tienen seguro contra incendios son esos que realmente tienen un egoísmo muy fuerte hasta el punto donde son capaces de engañarse o hacer trampa e involucrarse en la corrupción o el crimen. Cuando esto sucede, sus fuegos internos los suprimen. Tener un seguro contra el fuego significa que incluso aunque nos sintamos egoístas, podemos detenernos en eso, evaluar la situación y ser generosos con nuestras propiedades dando donaciones; por ejemplo, a la religión¹. Entonces, aunque podamos morir por nuestro egoísmo, todavía hemos ganado el mérito interno de hacer esas donaciones como un acto de respeto/homenaje al Buda, al Dhamma y a la Sangha—que es como mantener nuestro seguro de vida al día con los pagos. En esta forma, aunque nuestra casa pueda quemarse, todavía nos quedará alguna propiedad.

El Enojo. Cuando esta corrupción se fortalece, no tiene sentido del bien o el mal, ni de lo correcto e incorrecto, ni de los esposos, las esposas o los hijos. Ella puede beber sangre humana. Un ejemplo que siempre observamos es cuando las personas se enojan, se pelean y una de ellas termina en prisión o incluso convictos por asesinato y condenados a muerte. Esto es peor que la destrucción de vuestras casas por fuego, porque se quedan sin nada en absoluto. Por esta razón, tenemos que hacernos de algún seguro de vida a través de observar los cinco u ocho preceptos de forma que podamos tratar ponerle un vendaje a nuestras heridas abiertas—diríamos, de forma que podamos limpiar la maldad y las cosas ignorantes en nuestros pensamientos, palabras y acciones. Incluso, si no podemos lavarlas y limpiarlas completamente, por lo menos debemos tratar de aliviarlas en alguna forma. Aunque todavía nos quede algún fuego, dejémosle que sea sólo lo suficiente para cocinar vuestra comida y alumbrar vuestros hogares. No dejen que sea mucho y pueda quemar vuestra casa.

¹ **Nota de Acharia:** O concediendo espacios [ya sean físicos o mentales] que beneficien a los que están desarrollándose, para que puedan desarrollarse aún más.

La única forma de extinguir esos fuegos es meditar y desarrollar pensamientos de buena voluntad. La mente no sentirá ningún enojo, odio o rencor y en su lugar sentirá nada más que pensamientos de compasión y entendimiento, viendo que todos en el mundo aspiran por la bondad, pero que nuestra bondad no es igual. **Tienen que usar el discernimiento cuidadosamente para considerar la causa y el efecto**, y entonces perdonar, con el pensamiento de que todos los seres humanos no son iguales o idénticos en nuestra bondad y maldad. Si todos fuésemos iguales, el mundo se caería en pedazos. Si todos fuésemos igualmente buenos o malos, el mundo se destruiría seguramente. Supongamos que todas las personas en el mundo fueran campesinos, sin mercaderes o comerciantes ni tampoco oficiales gubernamentales. Supongamos que hubiera solamente oficiales gubernamentales, y no hubiera campesinos en absoluto. Todos nos estaríamos muriendo de hambre con nuestras bocas abiertas y secas. Si cualquiera fuera igual o idéntico, el final del mundo llegaría en unos pocos días. Consideren vuestros cuerpos: Incluso las diferentes partes de vuestro cuerpo no son iguales. Algunos de vuestros dedos son cortos, otros largos, algunos pequeños y otros grandes. Si todos los diez dedos fueran iguales, tendrían manos de monstruos. Así que, cuando vuestros propios dedos no son iguales, ¿cómo pueden esperar que las personas sean iguales en términos de sus pensamientos, palabras y acciones? Tienen que pensar en esta forma y ser compasivos y perdonar.

Cuando puedan pensar en esta forma, vuestra buena voluntad puede diseminarse a todas las personas en todas partes, y sentirán misericordia/compasión por las personas en los niveles altos, bajos e intermedios. La bola inmensa de fuego se irá a través del poder de vuestra buena voluntad y amor-gentil.

Esto llega de obtener el seguro de vida: practicando la meditación tranquila para que las corrupciones se retiren de vuestra mente. Los pensamientos de deseo sensuales, rencor, letargo, intranquilidad y duda se desvanecerán, y la mente estará firmemente centrada en concentración, usando sus poderes de pensamiento directo para permanecer con su palabra de meditación—buddho—y sus poderes de evaluación para crear un sentido de ligereza facilidad ligera. Cuando la mente se siente feliz o en bienaventuranza—el sabor que surge de la concentración—tendrá su propio alimento y sustento interno, de manera que cualquier cosa que piense, pronuncie o accione, seguramente será un triunfo.



Final de Documento

Tomado de:

<http://www.accesstoinight.org/lib/thai/lee/foodthought.html#aflame>

Nota importante: Este documento es solamente para su diseminación gratuita; y en cualquier referencia que se haga de él se debe informar su autor y traductores. Muchas gracias.

Traducido al español por Yin Zhi Shakya, OHY

Miami, Florida, USA

Fecha: lunes, 25 de julio de 2011