

## PRACTICANDO LAS DIEZ BENEVOLENCIAS:

### La Meta de la Conducta Budista



Escrito por el Gran Maestro Fat Wai, Director Espiritual de la Orden Hsu Yun del Budismo Chan/Zen.  
Traducido al Español para 'Acharia' por Fernando Valencia (Zheng Chún), desde Bogotá, Colombia.

**E**stimados Amigos,

Después de alcanzar su Iluminación, Shakyamuni predicó el Budismo durante cuarenta y nueve años. Durante este tiempo, en más de trescientas reuniones de su Sangha, él expuso el Dharma. A veces predicó desde el cielo, a veces desde la tierra y a veces desde el silencio del Árbol Bo en el jardín solitario.

El Buda vivió en el nordeste de la india, en un área alrededor del Río de Ganges; y desde allí predicó el Dharma para que nosotros los seres humanos pudiéramos lograr la Iluminación; obtener sabiduría; purgar los venenos de la codicia, el enojo y la tontería; entender las consecuencias del pecado; distinguir la diferencia entre bueno y malo; distinguir la diferencia entre la bondad y la crueldad; distinguir lo correcto de lo equivocado, y ser guiados de la oscuridad atormentadora hacia la bondad y la luz.

El Honorable Shakyamuni predicó una Forma de Vida o un Camino que dividió en Cinco Principios y Prácticas: El entrenamiento en la conducta virtuosa; el entrenamiento en la concentración y la meditación; el entrenamiento en la comprensión o sabiduría trascendente; el logro de la emancipación; y el logro de la percepción completa de la Verdad o estado de Budeidad.

Si cualquier persona se disciplina cuidadosamente siguiendo estos cinco aspectos del Camino, puede convertirse en un Buda.

Pero primero debe volverse un ser humano bueno.

La persona que empieza a recorrer el Camino debe procurar observar cuidadosamente las diez benevolencias. Adhiriendo a estos principios, se construirá una base firme que una vez cimentada le permitirá seleccionar cualquier método o área de estudio budista, cualesquiera que le acomode mejor. Hay un viejo refrán que dice: "El edificio que se erige con cien pies de altura tiene en el suelo una base firme y sólida".

Disciplinándose en las Diez Benevolencias, una persona puede obtener pensamientos amables, buena conducta y un comportamiento moral. El buen individuo influirá la sociedad en la que vive; la buena sociedad influirá la nación; y la buena nación influirá al mundo entero. Si todos practicamos las Diez Benevolencias tendremos familias en armonía, sociedades ordenadas y un mundo pacífico. Por consiguiente, pidiendo a las personas que practiquen las Diez Obras Benévolas es la tarea más básica para los Budistas. Esto también ayudará a proveer resguardos para la sociedad en formas que incluso las leyes no pueden proporcionar.

Nosotros decimos que el Buda Shakyamuni predicó las Diez Obras Benévolas a la familia del Rey Dragón en el Palacio del Dragón, y esto es lo que él enseñó:

- 1. Debemos ser amables con los animales. No podemos matarlos.**
- 2. Debemos respetar la propiedad de otras personas. No se puede robar.**
- 3. Debemos mantener sanos nuestros actos. No puede haber lujuria.**
- 4. Debemos evitar la mentira cuando hablamos. No debemos romper nuestras promesas y debemos ser verdaderos y fidedignos. También, debemos abstenernos de hacer declaraciones vanas, orgullosas o frívolas.**
- 5. Debemos guardar nuestras palabras contra la chismografía y la calumnia y no ocasionar problemas entre las personas.**
- 6. Debemos ponernos en guardia para no pronunciar palabras ásperas ni hacer declaraciones descorteses o insultantes, o pronunciar blasfemia.**

**7. Debemos guardar nuestras palabras de lo lascivo y de las expresiones fanfarronas; y otras expresiones vulgares o que estimulen a ello.**

**8. Debemos ser generosos y cuidarnos de ser ambiciosos.**

**9. Debemos purgar nuestros corazones del odio y la ira.**

**10. No debemos pensar mal de las personas.**

Las primeras tres de estas obras benévolas están relacionadas con el cuerpo; las siguientes cuatro, específicamente con nuestro hablar; y las últimas tres con nuestra mente.

Dondequiera que el honorable Shakyamuni habló, siempre hizo énfasis en la bondad con los animales. Él vio la matanza de animales como algo ajeno a la forma de vida budista. Los animales tienen sentimientos - pueden sentir placer y dolor - y tienen también habilidades cognitivas. Los humanos comparten con los animales el miedo a la muerte y el deseo de vivir y reproducir su propia especie. ¿No es instintivo en los animales el resistirse a que les hagan daño? ¿No se esfuerzan por protegerse cuándo se sienten amenazados? ¿No se afligen cuándo sus compañeros o su cría son asesinados? Ellos también tienen un yo espiritual, y cuando se les enfurece o se les aflige, su espíritu clama justicia. Sobre todo cuando un ser humano, que puede pensar, razonar y adoptar una vida pacífica que cobije todas sus acciones, elige ser cruel y matar criaturas indefensas, hay gran sufrimiento. Es tan terrible amar la guerra y rebozarse en cruel desprecio como ser la víctima de tal crueldad. Pero es aquel que peca quien debe afrontar las consecuencias.

El pecado permanece en el corazón del pecador y lo castigará de varias maneras. El castigo suave es que causará al pecador enfermedad física. El castigo severo continuará después de su muerte terrenal. Según la Escritura Di Zhang, "Si usted ve a alguien sacrificando animales, debe decirle que acortará su propia vida". Por consiguiente, una persona que quiere ser un buen Budista no debe matar. Y aun más, debe esforzarse por liberar animales destinados al matadero.

La Escritura Lin Yin dice, "Si el mundo entero de seres humanos **detiene la matanza** de animales, el círculo amargo de vida y muerte no continuará. **El hombre que no detenga la matanza de animales** nunca podrá liberarse de este mundo plagado de problemas".

De las Escrituras nosotros aprendemos que las personas que comen carne son crueles y son duros con ellos mismos. Los pecados que cometen se les devuelven, acortando sus vidas, preocupando sus mentes, haciéndolos actuar enfurecidos y acarreándose enemigos a sí mismos.

Usted puede preguntar, - ¿cuáles son los beneficios de negarse a matar animales? - Y la respuesta es que usted tendrá una mirada amable en su cara. Usted estará atento y cualquier cosa que haga será exitosa. La maldad y la perversidad se apartarán de usted. Contento, su suerte siempre será buena. - Dios lo bendecirá por su bondad.

Otra Escritura dice que al abstenerse de matar animales usted recibirá diez beneficios:

1. Usted no temerá nada en su vida.
2. Usted siempre tendrá una sensación de amabilidad y felicidad en su mente.
3. Usted liberará su corazón del odio.
4. Usted no se enfermará.
5. Usted tendrá larga vida.
6. Usted siempre estará protegido por un dios celestial.
7. Usted nunca tendrá pesadillas.
8. Usted no tendrá ningún enemigo y todos sus problemas los resolverá fácilmente por usted mismo.
9. Ninguna cosa mala podrá hacerle daño.
10. Al final de su vida usted entrará en el cielo.

### **La Segunda Benevolencia es no robar.**

Cualquier cosa que no pertenezca a usted, usted no debe tomarla ya que si lo hace, usted es un ladrón. Usted no puede tomar la propiedad pública y valorarla como propia. Usted no puede usar la fuerza para robar personas o robar de ellos en el disimulo. Usted no puede

usufructuarse de su trabajo ilegalmente, o hacer trampa en la administración, o incluso maquinarse para estafar. Usted no puede vender drogas o contrabandear mercancía ilegal ni evadir el pago de los impuestos. Todas éstas son maneras ilegales de conseguir dinero. Cualquier cosa que no pertenezca a usted, usted no debe quedársela.

Piense en lo que puede pasar si usted roba de alguien o le ocasiona la pérdida de su propiedad. Usted puede causarle gran desesperación; y él puede enfermarse por haber perdido lo que usted ha robado. A veces la desesperación permanecerá con él para el resto de su vida. Ahora, la persona que roba no cree en las consecuencias del pecado. Está tan hundido en el pecado que cree que el tesoro que ha obtenido ilegalmente estará con él durante mucho tiempo; pero no lo estará. Piensa que disfrutará durante mucho tiempo su fortuna, pero muy pronto dejará de disfrutarla. Más pronto de lo que él piensa, en un futuro muy cercano, se enfermará, quizás con un tipo extraño de enfermedad, uno que incluso puede resultar incurable. Puede descubrir que la fortuna que él robó se la ha robado alguien más, o que sus hijos la malgastarán alocadamente. Las consecuencias de su robo siempre estarán allí. El castigo estará presente como una red caída del cielo que lo cubre y no hay forma de escaparse de lo que ha hecho.

La Escritura Di Zhang dice, "Si usted se encuentra con un ladrón debe decirle que enfrentará la pobreza y el sufrimiento al final". **Tarde o temprano tenemos que pagar las deudas que contraemos.**

El Budismo nos enseña que no debemos robar.

**La Tercera Benevolencia es estar libre de lujuria.**

Los Budistas son personas que pertenecen al cielo. Un hombre y una mujer que están casados y comprometidos **con el bienestar mutuo** son los que deben producir la nueva generación.

**Cualquier cosa que pase fuera del matrimonio es considerada lasciva** y es perjudicial a la sociedad porque es una conducta inmoral. Si un marido es infiel a su esposa o si una esposa es infiel a su marido, se hace daño a la familia. Este daño puede llevar a la destrucción de la familia, perjudicando a niños inocentes. La ley del hombre y la ley de Dios castigarán a la persona que cometa este pecado.

Estimados amigos, un Budista nunca debe ser lujurioso de pensamiento, palabra o acción.

## **La Cuarta Benevolencia es abstenerse de mentir.**

Cualquier palabra que salga de su boca es algo que representa su mente y su corazón. Haciendo una declaración falsa como invertir el bien y el mal, o inventar historias que asustarán a las personas, o hacer otras afirmaciones irresponsables es pecaminoso. También, siempre debe mantener su palabra. Si por ejemplo acepta un trabajo prometiendo realizarlo a cambio de un determinado pago, y acepta el pago sin realmente haber hecho su trabajo, usted ha roto su palabra. Y si además hace vanas alusiones a su elevada posición, también ha violado la Cuarta Benevolencia.

## **La Quinta Benevolencia es abstenerse del Habladurías Contradictorias**

**La habladuría contradictoria intenta** separar a las personas causando problemas entre ellos. Usted puede ir donde la Persona A y decirle cosas malas sobre la Persona B; y entonces va donde la Persona B y le dice cosas malas sobre la Persona A. Ambas partes se perjudican. Usted puede pensar que ha servido a su propio interés causando el problema entre A y B, pero no es así. El castigo para este pecado llegará a usted. Tenemos un viejo dicho en la China: "Cuando el pájaro Jy lucha con una almeja, el pescador es el ganador". Pájaro y almeja son atrapados por el pescador.

La persona que está envuelta en **habladurías** o se complace en ellas no tiene ninguna moral. Su carácter es pobre porque causar el enfado y el enfrentamiento de otros es algo muy mal hecho. La Escritura Di Zhang dice, "Si usted se encuentra a una persona que promueve las habladurías, usted debe detenerlo. Debe decirle que finalmente no habrá quien lo alabe".

Estimados Amigos, **no aviven ni promuevan** los problemas entre las personas. El problema que usted inicie volverá para perjudicarlo. El Buda nos enseña a no ser chismosos ni enredadores.

## **La Sexta Benevolencia es abstenerse de usar blasfemias y palabras ásperas.**

Una persona que está enfadada y que tiene odio en su corazón, blasfema.

A veces usted puede encontrarse discrepando con otra persona. La discordancia puede convertirse en discusión y en su enojo usted puede

blasfemar o utilizar expresiones insultantes. Estas palabras muestran odio por las personas y odio a sí mismo también.

Las personas que insultan otros nunca están contentas con nadie. Las personas que desprecian la religión y se expresan en blasfemia no encuentran consuelo en la religión. El Buda nos enseña a respetar a otros y a siempre hablar bien del Dharma. Nosotros no podemos proferir blasfemias.

### **La Séptima Benevolencia es abstenerse de piropear / florear.**

El tejido de seda que tiene flores impresas en él es muy hermoso. Las personas miran el tejido y se enamoran de él, ellos son seducidos por las flores. Esto es como endulzarle el oído a alguien para incitarlo a la lujuria. Esta forma de hablar es especialmente mala cuando se usa para avivar los sentimientos sexuales de los jóvenes. Cualquier forma de hablar o de literatura o aun de poesía dirigido a estimular los impulsos sexuales es **piropear o florear**, y debe evitarse.

### **La Octava Benevolencia es evitar ser ambiciosos.**

Todos dependemos del dinero y de cosas materiales para vivir. Cuando el dinero se gana honestamente, por su propio trabajo, usted estará contento y será capaz de disfrutarlo. Pero no sea ambicioso. Los seres humanos tienen una tendencia sin fin a querer cada vez más y más. Siempre piensan, "Tanto más, tanto mejor". Ésta es la razón por la cual tenemos guerras. Un hombre quiere más y entonces compete contra su vecino. Un grupo de personas quiere más y entonces pelea contra otro grupo de personas. Una nación quiere riqueza y entonces lucha contra otra nación. Nadie nunca tiene suficiente.

Pero un Budista debe tener cuidado de no desear cosas innecesarias en su vida y de saber cuando 'suficiente es suficiente'. Con tal de que tenga suficiente para sobrevivir - comida, albergue y otras comodidades básicas de la civilización - eso es suficiente. Cuál es el propósito de tener más de lo que se tiene si usted no disfruta lo que ya tiene. Una persona que está contenta consigo misma siempre será feliz, pero la persona ambiciosa, aun cuando pueda amasar gran fortuna, nunca estará contenta consigo misma ni feliz. Siempre tendrá que esforzarse por más.

El Buda nos enseña a tener cuidado de ser ambiciosos.

### **La Novena Benevolencia es evitar el odio y la ira.**

Una persona se disgusta con la vida porque las cosas no van a su manera. Entonces se pone odioso y se enfada.

Vivimos en un mundo que no siempre es justo. A veces, aunque realmente merezcamos un ascenso o una promoción, es a alguien con menos **mérito** a quien promueven, y nos llenamos de celos y de rabia. Quizás trabajamos y sin falta de nuestra parte podemos estar en peligro de perder nuestro trabajo. La empresa puede estar a punto de cerrar o de trasladarse a otra parte. Nos sentimos acorrajados y buscamos alguien a quien culpar de nuestros problemas. No entendemos por qué las cosas van mal en nuestra vida y en lugar de buscar soluciones a nuestros problemas, buscamos personas para culpar. La Escritura Hua Yen dice, "Una vez se siente la ira, esa ira que usted ha creado lo seguirá". El odio y la ira traen consigo todo tipo de malas conductas.

Un Budista debe tener paciencia. Debe mantener una mente pacífica, una mente afectuosa y amorosa, una mente suave y amable para otros. El Buda nos enseña a no permitir que el enojo y el odio ingresen en nuestro corazón.

### **La Décima Benevolencia es abstenerse de los malos pensamientos.**

Las personas que usan su inteligencia para producir teorías e ideas dañinas están pensando malos pensamientos. Pensamos a menudo que las personas que crean estas teorías e ideas tan dañinas son ignorantes y muy estúpidas. Pero esto no siempre es así. Estas personas pueden ser muy educadas, pero simplemente no creen en las consecuencias de pecado. No creen que la bondad sea el premio para las personas amables. No creen que el mal sea el premio para las personas malas. Piensan que después de muertos no hay comunicación con la persona a quien le han hecho daño. Piensan que el final de la vida es como el desvanecer de la luz de una lámpara. La carne se vuelve polvo que el viento soplará lejos. Los huesos se vuelven arcilla en la tierra. Piensan que no hay ninguna consecuencia para el pecado, por consiguiente se sienten libres de oprimir a otras personas. Pero los pensamientos malos que han generado permanecen en su mente y persiguen su espíritu. Nunca encontrarán descanso.

Un Budista no debe trazar o diseñar teorías e ideas dañinas.



Estimados Amigos, si usted se disciplina para observar estas Diez Benevolencias usted desarrollará una mente pacífica. Nunca estará enfadado y descontento y siempre se sentirá bendecido. Usted tendrá buena conducta y se la llevará bien con todos sus amigos.

Cantar las escrituras y respetar el Buda le ayudarán a obtener estos logros. Tendrá buena apariencia y el mal se apartará de usted. Todo lo que usted ve ahora como feo de ahí en adelante será bello.

**Vivirá su vida en el cielo.** ✨