

Enviado por: "Red Infinita" <infinita@dd.com.ar>

A: "Los templos" (www.acharia.org/)

Enviado: el viernes, febrero 11, 2005 12:52 PM

Material: En la oscuridad de estos tiempos sagrados: La liberación inmaculada de la mente

LA PURIFICACION DE LA MENTE

Por Bhikkhu Bodhi

Una máxima antigua encontrada en el Dhammapada resume la práctica de la Enseñanza de Buddha en **tres principios simples** del entrenamiento: abstenerse de todo mal, cultivar el bien y purificar la mente. Estos tres principios forman una sucesión de pasos graduados, progresando desde el exterior y lo preparatorio a lo interior y esencial. Cada paso lleva naturalmente al que sigue y la culminación de los tres en la purificación de la mente hace evidente que el corazón de la práctica budhista debe ser encontrado aquí.

La purificación de la mente, como se entiende en la enseñanza del Buddha, **Es el esfuerzo sostenido por limpiar la mente de impurezas**, es decir de aquellas oscuras y malsanas fuerzas mentales que corren bajo la superficie de la Corriente de la conciencia, viciando nuestros pensamientos, valores, actitudes y acciones.

Entre las principales de estas impurezas están las tres que el Buddha denominó "raíces de mal" - **deseo, odio e ignorancia** - de las cuales emergen sus **numerosos vástagos** y variantes: enojo y crueldad, avaricia y envidia, presunción y arrogancia, hipocresía y vanidad, la multitud de puntos de vista erróneos.

Las actitudes contemporáneas no ven con buenos ojos estas nociones de pureza e impureza y en un primer encuentro pueden impactarnos como reminiscencias de un moralismo anticuado, válido quizás en una era cuando la mojigatería y los tabúes eran dominantes, pero que no claman validez entre nosotros, los emancipados portadores de la antorcha de la modernidad. Ciertamente es que no todos nos revolcamos en el fango del materialismo burdo y muchos de nosotros buscamos nuestras iluminaciones y luces espirituales, pero las queremos en nuestros propios términos y, como los herederos de la nueva libertad, creemos que deben ser ganadas a través de una desenfrenada

búsqueda de experiencia sin ninguna necesidad especial de introspección, cambio personal o autocontrol.

Sin embargo, en las enseñanzas del Buddha el criterio de la genuina iluminación reside precisamente en la pureza de la mente. El propósito de toda visión interior y de la comprensión iluminada es liberar a la mente de las impurezas. El propio Nibbana, la meta de la enseñanza, se define bastante claramente como algo libre de deseo, odio e ignorancia. Desde la perspectiva del Dhamma, pureza e impureza no son meros postulados de un moralismo autoritario, sino real y sólidos hechos esenciales para lograr una comprensión correcta de la situación humana en el mundo.

Como hechos de experiencia vivida, pureza e impureza plantean una distinción vital que tiene un crucial significado para aquellos que buscan la liberación del sufrimiento. Representan los dos puntos entre los cuales el camino de la liberación se despliega, el primero es el punto de partida, dudoso y problemático, el último su resolución y fin. Las impurezas, declara el Buddha, se encuentran en el fondo de todo el sufrimiento humano. Ardiendo adentro de uno como lujuria y deseo, rabia y resentimiento, devastan corazones, vidas, esperanzas y civilizaciones enteras, y nos guían ciega y sedientamente a través de la rueda del nacimiento y la muerte. El Buddha describe las impurezas como ataduras, trabas, impedimentos y nudos; por esto que el camino a desencadenarse, a la emancipación y la liberación, a desatar los nudos, es al mismo tiempo una disciplina dirigida a la purificación interior.

El trabajo de purificación debe emprenderse en el mismo lugar donde las impurezas se desarrollan, en la propia mente, y el método principal que el Dhamma ofrece para purificar a la mente es la meditación. La meditación, en el entrenamiento budhista, no es ni una búsqueda del éxtasis auto-efusivo ni una técnica de psicoterapia casera, sino un método cuidadosamente concebido de desarrollo mental, teóricamente preciso y prácticamente eficiente- para alcanzar la pureza interna y la libertad espiritual. Las herramientas principales de la meditación budhista son los factores mentales fundamentalmente sanos de la energía, atención plena, concentración y comprensión. Pero en la práctica sistemática de la meditación, éstos se fortalecen y se unen en un programa de auto-purificación que apunta a extirpar tanto las raíces de las impurezas como sus ramas, para que incluso ni siquiera las agitaciones insanas más sutiles permanezcan.

Dado que todos los estados impuros de conciencia nacen de la ignorancia, que es la impureza más profundamente arraigada, la purificación final y última de la mente debe ser lograda a través de los instrumentos de la sabiduría, el conocimiento y la visión de cómo son realmente las cosas. **La sabiduría, sin embargo, no surge a través de la suerte o de las azarosas buenas intenciones sino sólo en una mente purificada.** Así, para que la sabiduría aparezca y alcance la purificación final a través de la erradicación de las impurezas, primero necesitamos crear un espacio para ella, desarrollando una purificación provisional de la mente, una purificación que, aunque temporal y vulnerable, todavía es indispensable como un fundamento de la emergencia de toda visión interior liberadora.

El logro de esta purificación preparatoria de la mente **empieza con el reto de entenderse a uno mismo.** Para eliminar las impurezas tenemos primero que aprender a conocerlas, descubriendo su manera de funcionar cuando infiltran y dominan nuestros pensamientos y vidas cotidianos. Durante innumerables eones hemos actuado azuzados por el deseo, el odio y la ignorancia. De esta forma, el trabajo de la autopurificación no puede ejecutarse apresuradamente, obedeciendo nuestra demanda de resultados rápidos. La tarea requiere **paciencia, cuidado y persistencia, y las instrucciones claras y cristalinas del Buddha.** Para cada impureza el Buddha, en su compasión, nos ha dado el antídoto, el método para salir de ella y vencerla. Aprendiendo estos principios y aplicándolos correctamente, podemos gradualmente deshacernos de las manchas más tercas y alcanzar el fin del sufrimiento, la "**liberación inmaculada de la mente**".

(* Venerable Bhikkhu Bodhi. Traducción española por Deva Milan del Centro Zen de México)

Final del Documento

<http://groups.msn.com/BUDISTASZENARGENTINOS>

Acharia ha recibido la gentileza de este mensaje de RED INFINITA budistaszenargentinos@hotmail.com)

EL MATERIAL DISTRIBUIDO POR RED INFINITA SOLO PUEDE REPRODUCIRSE MENCIONANDO FUENTE Y E-MAIL