

Los Tres Sellos del Dharma

(Dharma Mudra)

Traducido al español por Rev. Noble Silencio, del libro de Thich Nhat Hahn "El Corazón de las Enseñanzas de Buddha"

- 1) Impermanencia (Anitya)
- 2) Ayoidad (Anatman)
- 3) Nirvana.

La Impermanencia

Cualquier enseñanza que no tengan estos tres sellos no puede llamarse budista.

Buda nos enseñó que todo es impermanente, una flor, las montañas, las formaciones mentales, la conciencia etc. No podemos encontrar nada que no sea impermanente.

La impermanencia es más que una idea, es una práctica que nos ayudan a percibir la realidad.

Si aprendemos a contemplar las cosas de manera que nos revele la impermanencia cuando estas mueran o desaparezcan no sufriremos.

Cuando estudiemos la impermanencia debemos preguntarnos, si esta tiene algo que ver con nuestra vida cotidiana, con nuestras dificultades y sufrimientos.

Si sólo miramos la impermanencia como un concepto entonces dejará de ser una enseñanza de Buda.

Cuando observamos a fondo la impermanencia, descubrimos que las cosas cambian porque las causas y condiciones cambian también.

Cuando observamos el no-yo (*ayoidad*) descubrimos que la existencia de cualquier cosa es porque todo lo demás existe también, y vemos que todo lo demás esta contenido en ello. Desde el punto de vista del



tiempo decimos impermanencia; pero desde el punto de vista del espacio decimos **ayoidad**.

Nada permanece inerte durante dos momentos consecutivos, por lo tanto no hay nada que se le pueda llamar un 'yo permanente'.

Cuando observamos profundamente la impermanencia percibiremos la **ayoidad**, y cuando observamos profundamente la **ayoidad** percibiremos la impermanencia.

Sin la impermanencia la vida no podría existir, la impermanencia no es causa de sufrimiento, sino no aceptarla y desear que las cosas sean permanentes cuando no lo son realmente, lo es.

El perro se enfada y muerde la piedra que le arrojan sin pensar que esta no es la causa principal de su dolor, sino la mano que la lanzó.

Saber aceptar la impermanencia es apreciar cada momento de nuestra vida. Cuidar de nuestra salud pues sabemos que no siempre será así, apreciar y amar más a nuestros seres queridos pues algún día ellos o nosotros ya no estaremos más.

Sin la impermanencia nada puede transformarse en la vida, nada se pierde para siempre y nada se gana para siempre.

La Ayoidad o el No-Ser

Nada tiene un yo separado de los demás, todo esta interrelacionado.

La *ayoidad* no es una doctrina ni una filosofía, sino una visión que nos puede ayudar a vivir nuestra existencia con mayor profundidad.

En el Sutra del Corazón del Entendimiento el Bodhisattva Avalokitesvara dice: "Los ojos, oídos, nariz, lengua, cuerpo, y mente están vacíos"; él quería decir que no pueden existir por si solos, ó sea, deben mediar con todo lo demás.

Los ojos deben mediar con los demás elementos del no-ojo para poder existir, de ahí se dice que nuestros ojos no tienen una existencia separada del resto del universo.

La *ayoidad* y la impermanencia son como llaves que Buda nos dio que sirven para abrir la puerta de la realidad.

Observando profundamente no solo los aspectos fenoménicos de la realidad sino su base del ser, diríamos, las cosas son impermanentes y carecen de un yo, deben experimentar el nacimiento y la muerte. Pero si observamos con mayor profundidad sentiremos la base del ser que esta libre de nacimiento y muerte, permanencia e impermanencia del yo- y del no-yo.

El Nirvana

El tercer sello del Dharma es la base del ser, la esencia de cuanto existe. Una ola no tiene que morir para convertirse en agua, la ola ya es agua.

Dentro de nosotros esta la base del Interser [la conexión o unión de los seres, la mutualidad], el Nirvana el mundo del no-nacimiento y muerte de la ayoidad y de la no-ayoidad. El Nirvana es completo quietamiento de los conceptos.

Buda nos dio la idea de la ayoidad y la impermanencia para la práctica, como herramientas y no como una doctrina venerar o morir por ellas.

Buda dijo: "El Dharma que ofrezco es como una balsa para llegar a la otra orilla, no es un objeto de devoción", si te quedas atrapado en el concepto del Dharma, deja de ser Dharma.

La ayoidad e impermanencia pertenecen al mundo fenoménico, como las olas del océano; El Nirvana es la base de todos ellos el océano o la última dimensión de la realidad. Las olas no pueden existir separadas del agua.

Si sabes como utilizar estas herramientas de la impermanencia y la ayoidad para percibir la realidad sentirás el Nirvana aquí y ahora. El Nirvana es la extinción de todo concepto.

El nacimiento, la muerte, el ser y el no-ser son conceptos, en nuestras vidas cotidianas debemos relacionarnos con estas realidades relativas, pero si sentimos la vida con mayor profundidad la realidad se revela por sí misma



El koan ¿Qué rostro tenías tú antes de que tus padres nacieran? Es una invitación a investigar profundamente. Usualmente creemos que comenzamos a existir a partir de nuestro nacimiento, pero ya estábamos aquí bajo muchas formas. El día que nacimos solo fue una continuación.

¿Si quemamos una hoja de papel se convertirá en no-ser? No, se convertirá en humo calor y cenizas. Si depositamos estas cenizas en el jardín quizás mas tarde veremos una florcita retoñar y la reconozcamos el nuevo nacimiento de la hoja de papel, además el humo se convertirá quizás en una nube, y el calor estará en nuestro cuerpo y en el cosmo. Es evidente que la hoja continuó existiendo después de ser quemada.

“Nada nace a partir de la nada”.

Cuando sentimos la hoja de papel nuestros padres y abuelos profundamente podemos percibir la naturaleza del no-nacimiento y la no-muerte.

En el Budismo se habla de los Ocho Conceptos

- 1) Nacimiento
- 2) Muerte
- 3) Permanencia
- 4) Disolución
- 5) El llegar
- 6) El partir
- 7) La unidad
- 8) La multiplicidad

El camino para liberarnos de las Ocho Conceptos es el camino de los Ocho no-es.

- 1) El no- nacimiento
- 2) La no-muerte
- 3) La no-permanencia
- 4) La no-disolución
- 5) La no-llegada
- 6) El no-partir
- 7) La no-unidad
- 8) La no-multiplicidad.

El Nirvana es la liberación de los Ocho Conceptos y también de sus opuestos,

De la ayoidad, la impermanencia, del con-surgimiento interdependiente, la vacuidad y del camino medio.

Si consideramos los Tres Sellos como ideas fijas estas también deben ser destruidas. Poniendo en práctica estas enseñanzas, la experiencia siempre va más allá de los conceptos e ideas.

El Nirvana debe ser percibido aquí y ahora en el mundo de los fenómenos y no en ningún lugar especial, para percibir el agua solamente debes tocar el fenómeno que es la ola.

Final del documento

