

BUDISMO 9-HUELVA- VACUIDAD

1°.- VACUIDAD- IMPORTANCIA

Todas las enseñanzas de Buda, tienen como objetivo común, el ayudarnos a entender el secreto último de la mente: La sabiduría que comprende la naturaleza última de la mente o vacuidad. SHANTIDEVA, en su Bodhisatvacaryavatara dijo:

“Todas las prácticas de la doctrina fueron mostradas por el Sabio para lograr la Sabiduría, por ello, quienes desean abandonar el dolor deben generarla”

La sabiduría es necesaria junto con la bodichita y la renuncia, para alcanzar la iluminación, pero además, ya solo para trascender el sufrimiento y salir de samsara es necesaria tal realización. Con renuncia y sabiduría podemos alcanzar el nirvana y salir de samsara, si a esto le unimos la bodichita, tenemos todas las herramientas para alcanzar la iluminación. La estrofa de Santideva quiere decir que todas las enseñanzas del método(todas las enseñanzas y sutras que no versan sobre la sabiduría) van preparando la mente para que esta realización sea posible cuando la persona esté madura para ello.

2°.- OBJETIVO: ELIMINA LA IGNORANCIA

Lo fundamental antes de hablar de vacuidad, es saber que es la única vía para eliminar la ignorancia, que a su vez, es la causa de todos nuestros problemas y sufrimientos, ya que debido a ella cometemos actos negativos que crean karma negativo, en vez de tener siempre la conducta correcta hablando siempre desde el punto de vista espiritual. Sin sabiduría seguiremos en samsara.

Si eliminamos la ignorancia generando sabiduría, nuestros actos dejarán de estar condicionados por los engaños, y por tanto nuestros actos no dependerán de las emociones negativas.

Los engaños que condicionan nuestra mente y hacen surgir concepciones erróneas que hacen que surjan emociones negativas que nos llevan a cometer actos negativos creando karma negativo, se pueden clasificar como seis principales y veinte secundarios.

En definitiva se trata de trascender la visión distorsionada que tenemos de la realidad, que es una visión dualista, eliminando de nuestra mente la ignorancia, por otra directa e intuitiva, la visión última de los fenómenos. Los engaños hay que ir minándolos mediante el método.

Los seis principales engaños que condicionan nuestra visión de la vida son:

1. El Apego.

2. El Odio.
3. El Orgullo.
4. La Ignorancia.
5. La Duda Engañosa.
6. Las Visiones Engañosas.

Los veinte secundarios son:

1. La ira
2. La venganza.
3. La Hipocresía.
4. La Maledicencia.
5. La Envidia.
6. La avaricia.
7. La Pretensión.
8. La Deshonestidad
9. La Autosuficiencia.
10. La Crueldad.
11. La Desvergüenza
12. La Desconsideración por los demás.
13. El Aturdimiento.
14. La Agitación Mental.
15. La Incredulidad.
16. La Pereza.
17. La Inconsciencia.
18. El Olvido.
19. La Indolencia.
20. La Distracción.

3°.- DEFINICIÓN Y NIVELES

La sabiduría es conocer la realidad última de los fenómenos y del yo. No obstante, se puede decir que hay tres niveles en la obtención de dicho conocimiento.:

1. El primer nivel de sabiduría sería reconocer por uno mismo que todas las experiencias tanto de felicidad colmo de sufrimiento provienen de la mente.
2. El segundo es la vacuidad,(forma en que existen los fenómenos y el yo) o ausencia de existencia inherente de los fenómenos y del yo, ni uno ni otros tienen existencia por sí mismos, sino que dependen de causas, condiciones circunstancias, así como de una imputación mental que se hace en todos los casos, y por último de una nominación.
No quiere decir que las cosas no existan, sino que no existen de la manera convencional o tal como nosotros las percibimos,(permanentes y estáticas) los engaños son como un velo que no dejan ver la verdadera naturaleza de las cosas(/cambiante y transitoria) y nos hacen actuar incorrectamente con todas sus consecuencias desde el punto de vista espiritual.

Sería, poniendo una analogía, como dejarnos llevar por el efecto que se produce al ver pasar los árboles desde un tren, parece que se mueven, si actuáramos impulsados por esa creencia, las consecuencias de nuestro comportamiento serían nefastas, ya que realmente los árboles no se mueven se mueve el tren.

La vacuidad nos saca de la percepción errónea que tenemos de la realidad y el yo. Nos permite ver cual es su verdadera forma de existir.

La sabiduría nos permite de manera intuitiva ver la vacuidad de las cosas y del yo, la forma en que existen, la vacuidad es la misma forma en que existen los fenómenos y el yo (interdependencia), la sabiduría nos permite observarla intuitivamente en cada objeto o fenómeno..

3. El tercer nivel es comprender bien la naturaleza la mente, como funciona, cómo es realmente la mente, la iluminación.

4°.- VISIÓN ENGAÑOSA DE LO COMPUESTO Y TRANSITORIO(o la manera en que creemos que existimos)

La sabiduría que comprende la vacuidad, es el único antídoto que desenraza la ignorancia completamente y acaba con esa visión. Para poder lograrla, hemos de obtener antes **disciplina ética** que es el primero de los tres adiestramientos, la ética nos va a permitir desarrollar una **buena concentración** que es requisito previo para desarrollar sabiduría, único antídoto a la ignorancia que se aferra a la autoexistencia del yo y de los fenómenos:

“La concepción y percepción errónea que nos vemos forzados a proyectar sobre el yo y el resto de los fenómenos”.

El sentimiento innato e incorrecto que tenemos del yo se denomina:

VISIÓN ENGAÑOSA DE LO COMPUESTO Y TRANSITORIO, la cual es responsable del apego del odio y de todos sus derivados. Dicha visión engañosa es un factor mental que observa el yo convencional, (el cual existe por que es imputado en dependencia de nuestro cuerpo y mente), sin embargo lo percibe y concibe erróneamente como una entidad auto existente, un yo intrínseco que existe independientemente de cualquier otro factor. **Esa sería la manera en que creemos que existimos.**

Las emociones negativas así como el egoísmo se enfocan en ese yo que no existe, dándole la cualidad ficticia de la autoexistencia.

El egoísmo sería trabajar siempre en beneficio de ese yo que no existe, mientras que el autoaferramiento sería aferrarse a ese yo que no existe. Son conceptos distintos que hay que diferenciar.

Chandakirti, en una cita en el Madhyamakvatara dice:

“La sabiduría comprende que todas las emociones aflitivas surgen de la visión de lo compuesto y transitorio.

Tras entender que su objeto es el yo,

Los Yoguis niegan el yo”

Se refiere al yo que existe convencionalmente, el imputado sobre la base de cuerpo y mente, es decir sobre la base de los agregados.

1. La forma
2. Las sensaciones.
3. El discernimiento.
4. Los factores composicionales.
5. La conciencia. 5 físicas y 1 mental.

Ese es el yo que ay que refutar.

La esencia de las prácticas en **el nivel inicial** consistía en controlar nuestros actos.

En **el segundo nivel**, además de identificar los diferentes tipos de sufrimiento reconocíamos que las emociones negativas y los actos que estas provocan son la causa de todos ellos.

El que desea seguir con **el tercer nivel** refina su motivación con la bodichita, y desarrolla la perfección de la sabiduría, la percepción especial que comprende la naturaleza real de los fenómenos: El Vacío.

Para ayudarnos a entender la vacuidad, Buda dio gran número de enseñanzas, algunas de ellas aparentemente contradictorias, cuyo objetivo común es de nuevo refinar la percepción sobre nuestro yo y sobre la realidad y los fenómenos.

5°.- PASOS DEL PROCESO DE NEGACIÓN DEL YO

Como preliminar para abordar la vacuidad, hay que tratar en primer lugar de debilitar el aferramiento a la permanencia (creer que todo lo que nos rodea es estático, que el yo es una entidad que va de vida en vida sin sufrir cambio alguno). Comprender esto aligera el peso de las visiones erróneas. Esto se ve con un análisis de la transitoriedad burda y sutil.

El segundo paso, sería determinar que el yo existe de manera convencional, pero no como algo independiente de la mente y los agregados, no tiene por tanto existencia inherente.

A continuación habría que identificar el objeto de negación y establecer su implicación, su ausencia de singularidad y de pluralidad

1. Transitoriedad Burda.

Meditación Analítica:

- *Hace diez años mi cuerpo era diferente al que tengo hoy en día.*
- *No gozo de la misma vitalidad y mi aspecto físico y el de mis familiares y amigos también.*

- *Mis ideas de hace diez años no son las mismas que las de ahora, las de hace cinco tampoco.*
- *La relación con mis padres y amigos ha cambiado.*
- *Ni tan siquiera tengo relación desde hace tiempo con mis amigos de la infancia.*
- *Todo cambia pero ni me percató de ello ni vivo en consecuencia.*
- *Nada es estático pero parece que no quiero darme cuenta y actúo como si no fuese así.*

Meditación de Emplazamiento: *Una vez hecho el análisis hay que dejar la mente descansar concentrada sobre un objeto.*

En este caso el objeto sería, observar el cambio burdo y grosero en tu cuerpo y en tu mente, así como en todo lo que te rodea. En mayor o menor medida todo cambia y envejece.

2. Transitoriedad Sutil.

Meditación Analítica:

- *Aparentemente la naturaleza de todas las cosas es la de nacer, permanecer y desaparecer o degenerar; sin embargo, detrás de esta realidad se esconde otra aun más sutil y profunda: Nada permanece ni un instante, todo cambia, segundo a segundo.*
- *Cada inspiración se compone de numerosos instantes diminutos, mi sangre no deja de fluir, así como los latidos de mi corazón.*
- *Mi cuerpo incluyendo todos sus componentes cambian segundo a segundo.*
- *El medio ambiente, aunque de manera imperceptible a los sentidos también cambia a cada instante.*
- *La mente tampoco está exenta de ese cambio microscópico.*
- *Si la observo bien veré como surgen incesantemente pensamientos de odio, envidia, rencor, pena, etc, también cambia a cada instante.*

Meditación de Emplazamiento:

Tras meditar sobre la transitoriedad sutil hay que observar concentrados el cambio que acontece instante a instante, imperceptible microscópico. Directamente percibes la transitoriedad sutil de las cosas y del yo, de manera indirecta comprendes que el yo estático al que ciertamente te aferras es una invención de la ignorancia que se aferra a la permanencia no existe en absoluto.

Esta meditación nos descubrirá que el yo carece de auto existencia.

3. Ausencia de Existencia Inherente o Vacuidad del Yo.

La ausencia de existencia inherente o vacuidad del yo, no quiere decir que el yo que utilizamos a diario para nuestras actividades cotidianas, no exista de ninguna manera, porque eso sería incierto. Existe desde el punto de vista convencional en base a los engaños y al egoísmo, así como a nuestro karma y nuestras kleshas. Los engaños y

el egoísmo se enfocan en ese falso yo dándole la cualidad ficticia de la autoexistencia, pero no es esa su forma de existencia real. Su forma de existencia es la interdependencia, y por eso su naturaleza es el vacío. Hay un error de apreciación.

También, como no, la existencia del yo es dependiente de los agregados, si no fuera por el cuerpo y la mente difícilmente se podría decir “yo hago esto o hago aquello”.

En este caso nos vale también el ejemplo de los árboles y el tren, los árboles existen, pero no como nosotros los vemos no se mueven aunque nosotros los veamos moverse.

Se podría decir, que esta confusión básica, nos impide relacionarnos con el yo de manera apropiada. Este filtro borroso e incautador es lo que pretende eliminar la meditación en la vacuidad, y el vacío que surge al eliminarlo es la naturaleza última o vacía del yo

4. Objeto de Negación.

Meditación Analítica:

- *En base al yo convencional, que es dependiente, percibo y concibo un yo independiente y que existe por su propio lado.*
- *Esta es una mente errónea, porque dicho yo, ni existe, ni ha existido, ni existirá y por ello se ha de negar.*
- *Lo primero que hay que hacer para eliminar al yo, es identificarlo, ver que aspecto tiene, para ello voy a recordar momentos de mi vida en los que apareció con meridiana claridad.*
- *Quizás me faltaron al respeto y me pregunté porque me han hecho esto a mí, yo no lo merezco, en ese momento yo no soy mi cuerpo ni mi mente, pero sí tengo la sensación del yo que ha sido humillado*
- *En estos casos me relaciono con un yo que en absoluto parece depender de mi cuerpo mente u otras condiciones.*

Una vez aclarado cual es el objeto que hay que negar, el yo autoexistente, hay que observarlo hasta quedar convencido de que esa es su única forma de existencia, ya que solo cuando se conoce su identidad se podrá negar si existe o no de la manera en que aparece.

5. Establecer la Implicación

Una vez detectado e identificado el yo autoexistente y como nos aferramos a él, y convencidos de que esa es su única naturaleza y forma de existencia posible, reflexionamos sobre el hecho siguiente:

- Si este yo que percibo tan claramente existe, solo puede hacerlo siendo uno con los agregados que lo forman(cuerpo y mente.....), o diferente de ellos, totalmente independiente, ya que no existe otra posibilidad ya que la tercera sería su total inexistencia y eso esta

claro que no es cierto, ya que existir existe pero de manera convencional.

6. Establecer la Ausencia de Singularidad.

Se trata de establecer mediante el análisis, si el yo es uno con los agregados. Veré claramente que topo con varias contradicciones.

- Si fuera uno con los agregados, no podríamos decir mi brazo, mi pierna, mi cuerpo o mi mente porque serían lo mismo y no es así,
- Hay cinco agregados por lo que tendría que haber cinco yoes y sabemos que eso no es cierto.
- Tampoco el yo es la sensación ni la positiva ni la negativa ni la neutra.
- Es acaso la conciencia, cual de ellas?
- Es la inteligencia, la rectitud, el odio, la fe, u otros factores mentales?, difícilmente, ya que todos aparecen y desaparecen en función de causas y condiciones
- ¿Dónde puede morar el yo auto existente? Si ni el cuerpo ni la mente ni las sensaciones son el yo, pueden serlo juntos, es absurdo si no lo son por separada tampoco pueden serlo juntos

7. Establecer la Ausencia de Pluralidad.

Se trata de establecer que después de lo dicho la única posibilidad de existencia independiente que le queda al yo es por separado de los agregados y ello nos llevará a las siguientes reflexiones:

- Si fuera totalmente diferente de ellos como el sol y la luna o la noche y el día, podría haber un yo sin cuerpo y eso no es posible.
- No habría relación alguna entre ellos y esto no es así, decimos me duele la cabeza, tengo frío
- Es evidente que el yo depende de sus partes y no puede existir como una entidad independiente de ellas.

Meditación de emplazamiento:

Quedar la mente descansando en ese espacio vacío muy acogedor, sin límites ni direcciones que aparecerá cuando desaparezca la comprensión habitual del yo tras reflexionar sobre todos estos puntos.

La total inexistencia no hace falta rebatirla por que es evidente que no es posible.

6°.- RESUMEN

En definitiva la paramita de la sabiduría es decisiva en nuestro desarrollo espiritual, ya que, elimina la ignorancia, es su antídoto, sin ella nunca abandonaremos el

samsara y por tanto ni abandonaremos el sufrimiento ni llegaremos al nirvana. Tampoco evidentemente podremos aspirar a la iluminación.

Para alcanzar la sabiduría que comprende la vacuidad, se necesita un maestro, purificar, acumular mérito y desarrollar los tres adiestramientos; ética en primer lugar, que nos permitirá acceder a la concentración, que dará paso a la sabiduría. Es un proceso. Se trata de ir eliminando las emociones negativas mediante el método, los sutras que no versan sobre la vacuidad, y a la vez escuchar, reflexionar y meditar sobre el abidarma o instrucciones para lograr la realización de la sabiduría.

En este proceso hay que progresivamente observar la forma en que creemos que existimos, observar a nuestro falso yo determinado por las emociones negativas, el egoísmo, el karma y nuestras kleshas, identificarlo, para posteriormente negarlo, mediante el análisis de sus dos posibilidades de existencia, ser uno con los agregados o totalmente diferente de ellos ya que la tercera sería su no existencia y eso no sería cierto, existe desde el punto de vista convencional u ordinario. Llegaremos a la conclusión de que ni es uno con los agregados ni es diferente de ellos. Como preliminar a este proceso, hay que ir tambaleando hasta derribar, nuestros conceptos de permanencia de las cosas y del yo, mediante un análisis de la transitoriedad burda y sutil.

En la comprensión de la vacuidad negamos algo, la falta de existencia inherente de los objetos, de los fenómenos y del yo, tenemos la sensación de que las cosas existen por sí mismas sin depender de causas, condiciones, circunstancias, imputación y nominación, tenemos un error de apreciación, esa forma de existencia es la que hay que aprender a negar, para poco a poco ir desmoronándola dejando una visión limpia y clara de las cosas.