



Montaña Tambor del Dharma

Libros de bolsillo sobre sabiduría budista

Serie Doctrina Budista

Los preceptos del bodhisattva

Direcciones para la Budeidad

Maestro Sheng Yen

ÍNDICE

Prólogo.....	3
Introducción.....	4
La fuente de la compasión.....	5
¿Quién es un bodhisattva?.....	7
Cómo vencer las dificultades.....	8
La práctica del vinaya.....	9
Los cinco preceptos.....	12
Las diez buenas obras.....	13
Las tres series de preceptos puros.....	14
El incumplimiento de los preceptos.....	17
Los cuatro inmensurables estados de ánimo.....	19
Los cuatro métodos de estímulos.....	20
La participación en el mundo.....	21
Sobre el autor: El maestro Sheng Yen.....	24
Apéndice.....	26

Prólogo

Este libro contiene las charlas sobre los preceptos del bodhisattva, que el maestro Sheng Yen dio en el Centro de Meditación Chan de Nueva York, los días 6 al 8 de diciembre de 1997.

Esperamos sinceramente que este comentario sobre los preceptos del bodhisattva ofrezca al lector una comprensión clara de su significado, y la inspiración para integrar estas enseñanzas en la vida.

Agradecemos a las siguientes personas por su ayuda:

Traductor al inglés: Guo-gu

Traductor al español: Dr. José Ramón Álvarez

Simeon Gallu: organización y ayuda editorial

Oficina de Asuntos Internacionales

La montaña Tambor del Dharma

Enero, 2007

Introducción

Un proverbio del budismo Mahayana dice: “Los que tienen preceptos que puedan incumplir, son bodhisattvas; los que no tienen preceptos que puedan violar, están fuera del camino”. Muchos budistas saben que aceptar los preceptos del bodhisattva es un gran mérito, pero lo creen sin saber verdaderamente el profundo significado de dichos preceptos, o lo que implica cumplirlos. Aceptan los preceptos por inercia, y solamente saben que aceptarlos es algo bueno. Para remediar esta situación, estamos ofreciendo tres días seguidos para transmitir los preceptos antes de la ceremonia formal de aceptación. Voy a explicar a todos los participantes el significado y la importancia de estos preceptos según la tradición Mahayana. Cada participante, después de entender lo que implica aceptar estos preceptos, es libre para hacerlo o no. De este modo, muchos participantes en el pasado decidieron aceptar los preceptos y fueron capaces de comprometerse felizmente con el camino del bodhisattva. El transmitir de este modo los preceptos permite a los aspirantes aceptarlos con buena conciencia y con la debida comprensión, lo cual les ayuda a plantar las semillas de la budeidad sin sentimientos de coacción o culpa en su mente.

La virtud de hacer votos para observar los preceptos es lo que nos capacita para practicarlos diligentemente y purificarnos. Estos códigos de conducta también nos pueden ayudar a comunicarnos con los demás de manera más pacífica y armoniosa. Si podemos purificar las acciones de nuestro cuerpo, habla y mente por medio de la práctica de la serie de los tres preceptos puros, de los cinco preceptos y de las diez buenas obras, entonces, con la sabiduría que nos dará tal práctica, podremos eliminar el ansia, la codicia, la ira y todas las emociones aflictivas. Con la mente compasiva del bodhisattva, podemos aceptar y abrazar a todos los seres vivos, y purificando nuestra conducta podemos ayudar a transformar en gran medida nuestra sociedad. Aun en medio del sufrimiento, todo individuo puede llegar a alcanzar una mente iluminada altruista y ayudar a los demás a despertar este espíritu de sabiduría.

La combinación de votos y preceptos que estamos transmitiendo aquí – incluidos los cuatro votos mayores, las tres series de preceptos puros, los cinco preceptos y las diez buenas obras- es fácil de alcanzar para todos.

Hay una gran flexibilidad en la práctica de las tres series de preceptos puros: mientras uno se adhiera a los principios fundamentales, estos preceptos pueden adaptarse a las diferentes situaciones que el fiel pueda encontrar en el camino del bodhisattva. Esta flexibilidad hace que estos preceptos sean fáciles de practicar para una gran variedad de gente. Como estos preceptos funcionan como pautas para toda la conducta de un budista, el compromiso de practicarlos es una acción muy valiosa para todos los fieles.

No me atrevo a cambiar el contenido de los preceptos del bodhisattva, ni tengo la virtud necesaria para crear otros nuevos. Solamente hago referencia a los diversos sistemas que existen de los preceptos en las tradiciones china y tibetana, y los adapto a las necesidades de la gente moderna. Haciendo esto, abrigo la esperanza de promover la actualización del espíritu de los preceptos del bodhisattva, y animo a todos a recibirlos y practicarlos.

La fuente de la compasión

El amor, la amabilidad y la compasión son el fundamento del budismo. Desde una perspectiva general, estas virtudes corresponden a valores similares en muchas otras tradiciones religiosas y prácticas espirituales. Sin embargo, en el budismo, el amor y la compasión genuinos provienen de una visión profunda de la naturaleza de la propia existencia y están firmemente enraizados en la experiencia del fiel. Podemos entender esto desde dos perspectivas.

Primero, desde la perspectiva de la interdependencia, vemos que ningún fenómeno en el mundo, sea material o mental, puede existir independiente de otros fenómenos. Todos los seres y cosas están íntimamente relacionados unos con otros. Todas las actividades que hace un ser individual están en realidad conectadas e influidas por las actividades de otros seres en una densa e infinita red. Todo lo que existe necesita de innumerables factores, aparentemente externos, para su existencia. El separarse de este vasto sistema de relaciones entre todos los seres haría imposible la existencia. Esta es la profunda realidad de la naturaleza del mundo en el que vivimos, y por supuesto, es también la realidad de nuestra vida individual tal como la vivimos. Todos estamos unidos unos a otros y a todos los seres vivos, conscientes o no conscientes.

Los preceptos del bodhisattva-Direcciones para la Budeidad

En la escala humana, podemos ver la verdad de la interdependencia en el hecho de que nadie puede vivir separado de la sociedad. Dependemos de las ayudas de otros seres humanos para todo lo que tenemos: desde las necesidades básicas de la vida como la comida, el vestido, y la vivienda, pasando por otras varias formas de conocimientos y habilidades que adquirimos, hasta el sentimiento de satisfacción y realización que experimentamos en nuestro trabajo. Si tenemos la suerte de vivir en una sociedad relativamente estable, sabemos que la mayor parte del orden y estabilidad de nuestra vida diaria depende de la estructura de la sociedad y del trabajo de otras personas en muchas instituciones públicas. Igualmente, las interrelaciones mundiales y la mutua influencia entre diferentes naciones y culturas quedan con frecuencia demostradas en campos como la economía, la ciencia política y los estudios culturales.

En una escala mayor, incontables formas de vida, tanto consciente como inconsciente, tienen influencia directa o indirecta en nuestro bienestar. Además, desde el punto de vista de la fe budista en innumerables vidas pasadas y futuros renacimientos, que cada uno de nosotros debe pasar, hemos tenido y tendremos muchas relaciones y conexiones con otros seres. Todos estos “otros seres” han sido nuestros padres, madres, hermanas o hermanos. Cada uno de ellos, en un tiempo u otro, ha sido causa de nuestra felicidad. Con esta perspectiva, ¿cómo no vamos a mostrar simpatía y atención hacia todos los seres? Sólo podemos sentir una gran responsabilidad y gratitud por ellos. Esta gratitud, a su vez, crea un genuino cuidado de amor que va más allá de un amor individual por la familia, raza o nación. Este tipo de amor, extendido a todos los seres en todas partes, nace de la recta comprensión de que todos somos realmente una familia.

Segundo, desde la perspectiva de la igualdad de todos los condicionamientos, todos estos tipos infinitamente variados de interrelaciones y conexiones entre todos los seres, dan lugar a una multitud de trazos y distinciones individuales. Sin embargo, puesto que estas entidades únicas y distintas son todas contingentes, ninguna de ellas puede existir autónoma y permanentemente por sí misma. Esta es la naturaleza del vacío. A medida que penetramos en la profundidad de esta condicionalidad por medio de la contemplación, podemos entender personal y directamente que todos los fenómenos están vacíos de cualquier naturaleza inherente y separada en sí misma.

Esta esencia o naturaleza vacía de todas las cosas revela su igualdad, su profunda similitud. Al darnos cuenta de esta no-dualidad, de la igualdad natural de toda existencia -que es la experiencia de la sabiduría- nacerá en nuestros corazones un ilimitado deseo de ayudar y beneficiar a todos los seres indiscriminadamente.

En la tradición Mahayana, todos los seres conscientes tienen una naturaleza idéntica a los Buddhas. Todos los seres conscientes tienen la potencialidad de llegar a la total iluminación y manifestar su budeidad. Una persona que camine por el sendero de la total budeidad debe cultivar una profunda compasión hacia todos los seres vivos como si fueran un sólo cuerpo consigo misma. Esto no es una ilusión, sino más bien una sincera motivación que inspira nuestras acciones y nos impulsa a vivir humanamente en este mundo. Cuando otros seres conscientes sufren en las profundidades de la confusión, es como si nosotros mismos sufriéramos, pero careciéramos de la sabiduría para ayudarlos y ayudarnos. La genuina atención y amor altruista no provienen de algo o alguien externos, sino de nuestra comprensión de la naturaleza de nuestra propia existencia. Esta comprensión es un impulso ético de un ser iluminado. Y es, a la vez, motivación y fuente de fuerza interna de un bodhisattva.

¿Quién es un bodhisattva?

Para muchos fieles budistas, el último objetivo de la práctica es alcanzar la total iluminación o budeidad. Para lograr este alto fin, nos esforzamos en cultivar la sabiduría y acumular méritos, y por medio de la práctica somos capaces de beneficiar tanto a otros como a nosotros mismos. Esta práctica es precisamente la tarea del que recorre el camino del bodhisattva tal como está expuesta en las series de preceptos puros (a los que nos obligamos en la ceremonia de trasmisión): almacenar méritos y comprender la sabiduría para beneficio de todos los seres conscientes. Por medio del diligente cultivo de la sabiduría y los méritos, un seguidor del bodhisattva alcanzará la budeidad. En otras palabras, caminar por la senda del bodhisattva es la causa de la budeidad; la budeidad es el resultado de haber llevado a cabo la práctica del bodhisattva.

En los círculos budistas, oímos frecuentemente la palabra bodhisattva. Entre los budistas chinos, esta palabra es una transliteración fonética de *pusa* al chino, y se usa generalmente simplemente como un título para dirigirse a un fiel.

En la vida monástica, también se usa como un título honorífico cuando se habla con o de un laico. Por otro lado, los no budistas cuando visitan un monasterio budista pueden pensar que los bodhisattvas son las estatuas que está colocadas en el altar. En realidad, tanto los budistas como los no budistas, no conocen el verdadero significado de este término. Por eso la clarificación de esta palabra es esencial para nuestra comprensión de lo que entraña la práctica del bodhisattva.

La palabra bodhisattva está formada por la unión de dos términos del sánscrito que significan “iluminación” y “ser consciente”, por lo que el término significa un ser consciente iluminado. “Iluminado” se refiere a la cualidad de haber alcanzado, en cierto grado, la iluminación, el despertar, la comprensión o la plena conciencia. Este concepto es muy rico y polivalente, y está lleno de matices. “Ser consciente” se refiere al ser vivo que tiene experiencia del mundo por la conciencia, sentimientos, sensaciones y emociones.

Así bodhisattva puede considerarse en cuatro niveles de significado. Primero, el ser que aspira hacia algo elevado para alcanzar la suprema sabiduría o iluminación. Segundo, el ser que aspira a esa iluminación para beneficio de todos los otros seres conscientes para que también puedan alcanzar la iluminación. Tercero, cada bodhisattva busca la total iluminación de su intrínseca naturaleza búdica. Cuarto, mientras se esfuerza por alcanzar esta iluminación, también intenta con el mismo esfuerzo el despertar a todos los innumerables seres conscientes para que logren la misma intrínseca naturaleza búdica. Considerando estos cuatro niveles juntos, podemos definir así el término bodhisattva: una persona que aspira a la budeidad mientras busca iluminar a todos los demás seres en el camino.

Cómo vencer las dificultades

Sin la experiencia de la iluminación, ¿cómo pueden los aspirantes de la tradición Mahayana, es decir los bodhisattvas, lograr la casi imposible tarea de ayudar a los otros seres a alcanzar la iluminación? ¿Cómo pueden los que siguen el camino del bodhisattva ayudar verdaderamente a los demás para llegar a la iluminación si ellos mismos no la han alcanzado? Antes estas preguntas, muchos fieles hacen hincapié exclusivamente en cultivar su fe y devoción en Buddha, mientras otros se concentran sólo en llegar a la experiencia del vacío, deseando escapar de los esfuerzos y trabajos de la vida.

Los preceptos del bodhisattva-Direcciones para la Budeidad

Estas respuestas son comprensibles puesto que somos humanos. Si no sabemos nadar, ¿cómo vamos a poder salvar al que se está ahogando? Y si sabemos nadar y somos capaces de llegar a la orilla, ¿por qué vamos a saltar de nuevo a las peligrosas aguas y arriesgar nuestra vida para salvar la de otros? Esta actitud ha llevado a algunos fieles a tratar de liberarse rápidamente de todo sufrimiento. Alienados del mundo que les rodea, sólo buscan liberarse del océano de los ciclos de la existencia. Para ellos crear una mente búdica se hace algo extremadamente difícil y para lo que necesitarán un largo tiempo.

De hecho, para poder salvar a otros de ahogarse no se puede salir del agua y buscar la seguridad en la orilla. Y si no sabemos nadar, el único lugar en que podremos aprender es en el agua, nos guste o no. De la misma manera, el camino del bodhisattva debe seguirse aun en medio de los sufrimientos, en los remolinos de los ciclos de nuestra existencia. Sin embargo, para mantener nuestra cabeza fuera del agua necesitamos fuerza y habilidad, por lo que no podemos apoyarnos sólo en el poder de los Buddhas, ni esperar a llegar a la total iluminación. Hay cuatro elementos en los que tenemos que apoyarnos: discernimiento, firmeza en la fe y los votos, constante cultivo del amor y la compasión, y un juicio penetrante sobre la naturaleza del vacío de todas las cosas. El mantener un equilibrio en estas cuatro áreas nos protegerá y mantendrá en los momentos de dificultad. Eventualmente, nuestras tribulaciones y emociones aflictivas se calmarán, y llegaremos a la comprensión del vacío, y de la interrelación de todos los seres y todos los condicionamientos. Para encontrar el camino y avanzar seguramente por él, debemos aceptar y comprometernos con los preceptos del bodhisattva. Este es el primer paso que debemos dar para afirmarnos y mantenernos en un curso seguro que nos llevará a la budeidad.

Sobre la práctica de vinaya

Para ayudarnos a llevar a la práctica nuestros votos y contar con una guía clara de acción, nos comprometemos con un código de disciplina con un determinado sistema de preceptos. El término sánscrito de este código o sistema es *vinaya*, que se puede traducir como “disciplina” o “compostura”.

Según las escrituras, Shakyamuni Buddha no estableció ningún código de conducta para sus discípulos durante los primeros doce años de su enseñanza, porque aquellos primeros fieles tenían un alto nivel espiritual y poseían raíces kármicas tan fuertes, profundas y positivas, que nunca hicieron ninguna actividad malsana o destructiva. Buddha sólo comenzó a instituir reglas de conducta para sus seguidores cuando algunas situaciones específicas de mala conducta amenazaron la integridad de la Sangha y la capacidad de los discípulos para practicar el camino de la liberación. Aquí debemos notar que tales preceptos no nacieron del vacío, ni fundados en una serie de principios abstractos, sino como respuesta directa a problemas específicos que aparecieron en las primeras comunidades de fieles.

Por lo tanto la intención en el establecimiento de vinaya no fue imponer al azar una serie de medidas disciplinarias a los fieles, sino más bien darles una guía realista que los ayudara a perseverar en el seguimiento de la doctrina de Buddha y finalmente alcanzar la liberación. Las escrituras cuentan que Buddha, antes de morir, dijo a su discípulo Ananda que solamente la guarda de vinaya podría asegurar la existencia continuada de Dharma en el mundo. Sin embargo, añadió que con ello significaba los principios fundamentales de la práctica vinaya comprendidos en los cinco principios fundamentales que prohíben matar, robar, malas conductas sexuales, malas palabras y uso de bebidas alcohólicas. En cuanto a los múltiples detalles de los principios menores que cumplen los que llevan vida monástica, y que fueron formulados en respuesta a incidentes particulares, Buddha dio permiso a sus seguidores para no seguirlos si alguna vez era necesario, o las circunstancias cambiaban, y resultaba que tales reglas fueran más un obstáculo que una ayuda. Dijo que de ningún modo las reglas codificadas deberían impedir a sus seguidores el hacer el bien a los demás en determinadas circunstancias, y que si encontraban alguna práctica ética que estaba de acuerdo con el espíritu de vinaya y era beneficiosa, aunque él no lo había mencionado específicamente, no dudarán en aceptarla.

Fue intención de Buddha que sus seguidores llevaran el Dharma a tierras extranjeras para que su camino se siguiera en diferentes culturas y diferentes edades, por lo que deberían ser flexibles y adaptarse a las costumbres de cada tiempo y lugar concretos mientras no violaran los principios fundamentales de vinaya.

Desgraciadamente, Ananda, abrumado por la emoción en los últimos momentos de vida de Buddha, no le preguntó qué preceptos menores consideraba dispensables. Esta omisión no gustó a los miembros más conservadores de la Sangha, y en la primera conferencia de los seguidores de Buddha, celebrada después de su muerte, se decidió que para no comprometer el Buddhadharma por equivocación, todos los preceptos serían codificados y mantenidos estrictamente en el futuro. Por esta razón, la mayoría de las intrincadas reglas de la vida monástica en el mundo budista han sido el resultado de diferentes interpretaciones más que innovaciones.

Sin embargo, en el desarrollo de la historia del budismo, para hacer frente a cambios históricos, sociales y condiciones culturales se han establecido numerosos códigos de disciplina que se derivan del original vinaya dado por Buddha. Son códigos para los fieles laicos, códigos para diferentes categorías de monasterios budistas, y códigos que se pueden aplicar a ambos grupos. Algunos de estos códigos son generales y simples, como el del refugio en las Tres Joyas y el practicar los cinco preceptos, mientras que otros son muy detallados y complejos, como las reglas para monjes y monjas, que contienen cientos de puntos diferenciados detalladamente. Pero todos estos códigos de conducta sirven para el mismo fin: salvaguardar la existencia continuada de Buddhadharma en el mundo y ayudar a los fieles a alcanzar la iluminación.

El objetivo básico de todo código vinaya es ofrecer a los fieles budistas una pauta de vida ética que les lleve y les conecte funcionalmente al cultivo de la compasión, la sabiduría y a la liberación final del sufrimiento de los seres conscientes. Estos sistemas de preceptos no han sido formulados para hacernos capaces de aumentar nuestros “poderes espirituales”, ni mucho menos para darnos un estándar ético por el que medir y juzgar la conducta de los demás. Tampoco han sido creados para ofrecernos temas de estudio, o conversaciones importantes para uno mismo, sin fruto alguno. Es cierto que el estudiar y discutir estos preceptos es importante, pero si se hace sin llevarlos a la práctica es como hablar de la comida sin comer, o contar el dinero que tienen los demás: no nos traerá ningún beneficio. En un sentido realmente auténtico, el objetivo de vinaya para un individuo es actualizar las enseñanzas de Buddha en la vida diaria por medio de una conducta apropiada.

De ahí que en las escrituras vemos frecuentemente que se habla de “vinaya de Dharma correcto” lo que muestra el papel integral que estos códigos desempeñan en la conducta para actualizar el Dharma enseñado por Shakyamuni Buddha.

Los cinco preceptos

El aspecto devocional de la práctica vinaya se basa en refugiarse en la Tres Joyas: Buddha, Dharma y Sangha. Por otro lado, el aspecto práctico de vinaya, que ya no es meramente personal sino que modela la interacción de los demás, es guardar los cinco preceptos: no matar, no robar, no tener indebidas conductas sexuales, no decir malas palabras y no tomar bebidas alcohólicas. Los cinco preceptos son la más sencilla codificación de preceptos del budismo, pero son el fundamento en el que descansan los otros sistemas budistas de preceptos y de votos. No importa qué tipo de preceptos consideremos, incluidos los detallados códigos de la vida monástica, ninguno cae fuera del ámbito de los cinco preceptos. Ninguno de los códigos que se han desarrollado en la larga historia del budismo omite estos cinco preceptos. No es exageración decir que los cinco preceptos son los más importantes del budismo.

A primera vista, alguien puede pensar que los cinco preceptos son fáciles de guardar porque parecen muy simples. Uno puede estar tentado de creer que estos preceptos solamente abarcan un tipo de código universal de aceptable conducta civilizada. Pero esta suposición es bastante superficial. Después de comprometernos a guardar e integrar los cinco preceptos en nuestra vida, pronto nos damos cuenta de que ello no es tarea tan fácil como habíamos pensado. Viviendo con ellos y analizando y estudiando con todo detalle tanto los preceptos como a nosotros mismos, empezaremos a comprenderlos más profundamente y descubriremos que son extremadamente sutiles. Esforzándonos lo mejor posible que podamos en practicarlos, llegaremos a comprender su significado y la profunda influencia que ejercen en nosotros y en nuestra relación con los demás.

Como hemos dicho antes, todos los diferentes sistemas de preceptos nacen de este código fundamental, por lo que si un fiel no es capaz de comprometerse en la práctica de estos cinco preceptos, será muy difícil que pueda practicar otros, generalmente más detallados.

Y a la inversa, si un fiel puede practicar estos cinco preceptos en sus más pequeños detalles se puede decir que está muy cerca de alcanzar la tierra pura del buddha. Por esta razón, todos los fieles que deseen aceptar los preceptos del bodhissatva deben prestar especial atención a la observancia de estos cinco preceptos. No debemos actuar a la ligera en la guarda de estos preceptos y en integrarlos en nuestra vida diaria creyendo equivocadamente que son simples y obvios. Si nuestra práctica es al azar, nos privamos a nosotros mismos de la oportunidad de apreciar la profundidad de sentido de estos cinco preceptos, y nunca tendremos realmente la verdadera experiencia de la dignidad y honda comprensión que otorga el guardarlos.

Las diez buenas acciones

Construyendo sobre el fundamento de la observancia de los cinco preceptos, podemos ampliar y profundizar nuestra práctica de vinaya avanzando hacia las diez buenas acciones: No matar, no robar, no tener mala conducta sexual, no mentir, no decir palabras creadoras de división, no usar lenguaje ofensivo, no mantener charlas insustanciales, no tener ansias, no tener aversión, y no sostener puntos de vista erróneos. A primera vista estas diez acciones parece que se superponen a los cinco preceptos, pero una mirada más detenida nos muestra que en realidad amplían el campo y la profundidad de los cinco preceptos.

Las diez buenas acciones se dividen en tres categorías, normalmente conocidas como la purificación de los tres tipos de acciones: físicas, verbales y mentales. La primera de estas prácticas, la purificación de las acciones físicas, consiste en observar los votos de no matar, no robar y no tener conductas sexuales indebidas. La segunda, la purificación de las acciones verbales, exige una atención vigilante de qué, cómo y por qué decimos algo, para mantener los votos de no mentir, no crear divisiones, no ofender a nadie, y no ser frívolo al hablar. La tercera, la purificación de las acciones mentales, pide el control de nuestra mente para prevenir las ansias, la aversión, y los puntos de vista erróneos (como la creencia de que los seres conscientes existen como seres autosuficientes o entidades perdurables que existen en lucha competitiva con un yo independiente).

La última categoría de práctica trata específicamente de las funciones de la mente, y obviamente extiende el campo de los cinco preceptos.

Los preceptos del bodhisattva-Direcciones para la Budeidad

Ciertamente, no es fácil de realizar, pero valiéndose regularmente del refugio en las Tres Joyas, cultivando el cuidado mental, y aprendiendo a guiar nuestros pensamientos fuera de las ansias, la aversión y los juicios erróneos, estaremos en terreno seguro. Por medio de esta práctica, de hecho, estamos rompiendo lo que el budismo llama las tres pasiones, es decir, ansias, aversión e ignorancia, que a su vez son las raíces de toda molestia. Por medio de nuestra fe en las Tres Joyas, y por la práctica de los cinco preceptos y las diez buenas acciones podemos purificar poco a poco nuestras mentes, en un proceso que en sí mismo es de inestimable ayuda para todo ser consciente.

Las tres series de preceptos puros

Los preceptos de los que hemos hablado hasta ahora son comunes tanto al Theravada, el vehículo de la liberación individual, como a todas las escuelas del Mahayana, en que el énfasis se pone en el que sigue el camino del bodhisattva para beneficiar a todos los seres conscientes. El objetivo esencial de la transmisión de los preceptos del bodhisattva es despertar en la mente de la gente un espíritu altruista de servicio a los demás y una firme dedicación para alcanzar la iluminación. Este espíritu se llama mente búdica. Bodhi es una palabra del sánscrito, de la misma raíz que la palabra Bhudda, y se puede traducir como “despertar”, “iluminación” o “sabiduría”. El fundamento de esta mente búdica está formulado en los cuatro grandes votos: liberar innumerables seres conscientes, eliminar todas las tribulaciones, dominar acercamientos ilimitados a Dharma, y mantener la suprema budeidad.

Para ayudarnos a actualizar estos cuatro votos, necesitamos prometer el observar ciertos principios y guías que nos pueden ayudar a comportarnos de manera ética y humana, y purificar nuestra mente de los tres venenos del ansia, la aversión y la ignorancia. Con este fin, aquí transmitimos lo que se conoce como las tres series de preceptos puros, que contienen los principios esenciales de los diferentes preceptos de todos los sistemas que se han desarrollado en la larga y rica historia del budismo. Funcionalmente, estas tres series llevan al fiel a 1) renunciar a las obras malas guardando los preceptos, 2) acumular méritos haciendo obras buenas, y 3) trabajar por la salvación de todos los seres conscientes.

Los votos para guardar estos preceptos encarnan el espíritu de todas las prácticas del budismo Mahayana: detener el mal, hacer el bien, y liberar a todos los seres conscientes. En un sentido verdadero, estos votos se pueden considerar como la última expresión de las aspiraciones de todos los budistas de todos los tiempos.

Siguiendo el primero de los tres preceptos puros, que es guardar todos los preceptos, podemos comenzar dedicándonos con vigor a la práctica de los cinco preceptos y las diez obras buenas en nuestra vida diaria para purificar nuestra mente y evitar el causar daño a los demás y a nosotros mismos. Desde el punto de vista de la práctica del bodhisattva, observar las diez obras buenas comprende más que un mero control pasivo de los diez males: se debe practicar activamente y cultivar las diez virtudes opuestas. Por eso, en esta perspectiva, el precepto de no matar puede considerarse en unión con ver a todos los seres con compasión y así cuidarlos, confortarlos y protegerlos; el voto de no robar, por lo mismo, se convierte en un compromiso a practicar la generosidad y el no egoísmo. Así, la práctica de los preceptos budistas –considerada por muchos como pasiva y negativa- es realmente activa, dinámica y positivamente implicada en el mundo.

Esta actitud de positivo compromiso es precisamente lo que está en la base de la segunda serie de preceptos puros para practicar todas las obras buenas. Considerando esta segunda serie, podemos considerar la idea de “mérito” tal como se aplica en la práctica del bodhisattva. Muchos de nosotros sabemos que la práctica de las buenas obras genera mérito, y que en muchas ceremonias budistas transmitimos este mérito a otros o a todos los seres conscientes. Algunos asocian esta idea con el asegurarse una buena reencarnación como resultado de la acumulación de méritos anotados en cierto libro celestial. Sin embargo, el concepto budista de mérito nada tiene que ver con estas ideas.

Se dice que al recibir los preceptos del bodhisattva, uno genera “una enorme cantidad de mérito”. Esto se puede entender de la siguiente manera: Cuando uno acepta los preceptos, una semilla queda plantada en lo más profundo de la conciencia. Como esta semilla se ha plantado para beneficio de todos los seres, la consecuencia natural es que madure, y su cultivo por medio de la guarda de los preceptos es un crecimiento en compasión, y un debilitamiento de la tendencia a causar mal.

Los preceptos del bodhisattva-Direcciones para la Budeidad

Con la práctica continua, naturalmente crece la tendencia hacia acciones sanas. Según se avanza en la vida, actuando sobre esta base de compasión, se vivirá una experiencia de seguridad y estabilidad.

¿Por qué es así? Simplemente porque ya no se vive la vida de manera obsesivamente centrada en uno mismo, siempre preocupado del propio beneficio y sintiéndose continuamente amenazado e inseguro. A medida que la propia vida se dedica a los demás, se hace menos y menos preocupada del propio beneficio, ganancias o pérdidas. Consiguientemente, ya no se teme nada, y se deja de estar agitado o lleno de tribulaciones causadas por el apego a uno mismo. Y así, se alcanza el equilibrio mental.

La estabilidad y seguridad que usted experimenta de este modo crea, a su vez, una atmósfera de estabilidad y seguridad alrededor de uno mismo y que sienten también los demás. Se sienten seguros cerca de usted, y puesto que, movido por la genuina compasión, nunca intenta dañar a nadie sino sólo intentar ayudar, los demás sienten una cierta alegría en su presencia. Así, de una manera inmediata y concreta, usted, después de haber recibido los preceptos del bodhisattva, beneficia a todos los seres conscientes, lo cual es una gracia que genera “una enorme cantidad de mérito”. Y es así de este modo como emprendemos la práctica de la tercera serie de preceptos puros para liberar a todos los seres conscientes. La guarda de estos preceptos actualiza nuestra intención expresada en los cuatro grandes votos y nos coloca firmemente en el camino del bodhisattva.

Todos los sistemas de preceptos del bodhisattva caen dentro de estas tres series de preceptos puros, que pueden considerarse como la destilación de todos los distintos aspectos de la práctica del bodhisattva. El usar las tres series de preceptos puros como principio de trabajo da a los fieles una gran flexibilidad en sus prácticas, y según su temperamento y sus capacidades, les permite escoger entre seguir un código más simple y más general, o un código más detallado, complejo y riguroso. Las tres series de preceptos puros pueden practicarse en general o en detalle, ya que su significado y aplicabilidad pueden ser amplios o más específicos.

Estos preceptos, como todos los demás sistemas de preceptos, están basados en los preceptos antiguos del vehículo para la liberación individual, por lo que los códigos de conducta del Theravada pueden también incluirse bajo estas reglas. Sin embargo, el énfasis en la dedicación del fiel en cultivar todas las prácticas virtuosas de liberación de todos los seres conscientes pone de relieve el particular espíritu de los preceptos del bodhisattva, distinguiéndolos de otros más antiguos de la tradición Theravada.

Sobre el incumplimiento de los preceptos

Las tres series de preceptos puros y los cuatro grandes votos, una vez que el fiel los acepta, se mantienen a través de todas las vidas que éste pueda vivir hasta que alcance la iluminación. Una vez que la semilla de la compasión y la sabiduría, también conocidas como “esencia de los preceptos”, ha sido plantada en la mente del fiel por medio de la transmisión de los preceptos del bodhisattva, permanece “guardada en la conciencia”, y sólo se puede eliminar por una expresa declaración de intención de abandonar la mente búdica. El fiel que sigue los preceptos del bodhisattva no puede perder o negar la esencia de los preceptos sólo porque incumpla alguno de ellos.

Sin embargo, esto no significa que el fiel de los preceptos del bodhisattva esté exento de la ley del karma, o que aceptar los preceptos sea algo “mágico” que le proteja de las consecuencias kármicas de las propias acciones. En realidad, parte de la práctica del bodhisattva consiste exactamente en llegar a ser más sensible a la ley de la causalidad kármica y en aceptar la responsabilidad de las propias acciones. Las violaciones de los preceptos y los fallos en la disciplina, manifestados en acciones y pensamiento insanos o egoístas, oscurecerán la esencia de los preceptos en la conciencia del fiel. Si un fiel falta a los preceptos habitualmente, esta esencia se nublará y puede llegar a desaparecer. Pero, la esencia de los preceptos del bodhisattva, aunque oscurecida, aún permanece. Cuando las causas y condiciones lo permitan, y la intención compasiva del fiel para alcanzar la liberación de todos los seres conscientes vuelva de nuevo a ser fervorosa, el poder de la esencia de los de los preceptos para evitar las acciones malas se reactivará de su estado adormecido por un arrepentimiento sincero y la renovación de la aceptación de los preceptos.

Los preceptos del bodhisattva-Direcciones para la Budeidad

De nuevo, esto no significa que, aunque la esencia de los preceptos del bodhisattva no se puede perder por la mala conducta, seamos totalmente libres para incumplir los preceptos a nuestro gusto. Al contrario, para contrarrestar nuestra inclinación a olvidar los votos, debemos redoblar nuestra diligencia y aprovechar toda oportunidad posible para estudiar y practicar los preceptos.

Aunque no debemos tratar a la ligera los preceptos del bodhisattva, incumpléndolos a capricho, tampoco debemos no practicarlos por miedo a incumplirlos. Una vez aceptados, de ninguna manera debemos vivir ansiosos o temiendo la posibilidad de que podamos violarlos y tengamos que pagar algún tipo de terrible retribución. De hecho, una vez que recibimos los preceptos, naturalmente nos encontraremos con condiciones favorables que nos ayudarán a guardarlos.

Quizás la mejor actitud ante esta posibilidad de incumplir los preceptos sea comprender que la gente corriente que practica el camino del bodhisattva, es decir todos nosotros, somos “niños bodhisattvas”. Cuando los niños aprenden a andar, invariablemente caen una y otra vez. Pero, sólo de este modo gradual, y dando unos pasos más cada vez es como se aprende a andar. Nosotros, como recién nacidos en el camino del bodhisattva, no debemos desanimarnos por las repetidas caídas y fallos en el camino. Al contrario, debemos saber que, a medida que nuestras piernas se hacen más fuertes y aprendemos qué podemos hacer con ellas, caeremos cada vez menos y eventualmente no sólo aprenderemos a andar, sino a correr, brincar y saltar. Por lo tanto, nuestra actitud hacia el guardar los preceptos del bodhisattva no debe ser de miedo ni culpa, sino más bien de mente abierta, aceptación de uno mismo, esperanza y alegría.

Como en la práctica de los preceptos hay muchos sutiles y complejos aspectos y muchos niveles de comprensión, de lo más sencillo a lo más refinado, es casi inevitable que tengamos caídas en el camino del bodhisattva. Se dice que el periodo de un fiel, desde que comienza hasta que alcanza la iluminación completa, es de tres asamkhya kalpas. Un asamkhya kalpa es un incalculable largo periodo de tiempo cósmico, el tipo de tiempo que se usa para medir la vida del universo. Debemos saber que hay numerosas etapas en este camino, y que lleva mucho tiempo el purificar la mente de los muchos venenos y corrupciones que son la verdadera causa de cualquier violación de los preceptos.

En tan largo espacio de tiempo, es natural que el niño bodhisattva incumpla los preceptos repetidamente.

Pero es mejor incumplir los preceptos que no tener ningún precepto que violar. Con nuestros votos iniciales que nos ponen ante la mente los preceptos, podemos arrepentirnos y renovar los votos una y otra vez, y siempre que sea necesario. De hecho, hay una íntima relación entre el arrepentimiento y la observancia de los preceptos: por medio del arrepentimiento continuo nos vamos dando cuenta de la profundidad de nuestro engaño y crecemos en nuestro compromiso de cultivar la compasión. Por medio de la práctica continua, con creciente cuidado y diligencia, podemos purificar gradualmente nuestra mente engañada y fortalecer nuestra resolución y capacidad de ayudar a todos los seres conscientes a alcanzar la budeidad.

Las cuatro estados de mente inmensurables

El fundamental y distintivo estado de mente de un bodhisattva, que le hace posible la práctica, puede caracterizarse por cuatro inmensurables focos mentales: amabilidad, compasión, alegría e imparcialidad. Aquí, amabilidad significa ayudar a los demás a obtener una genuina y duradera felicidad llevándolos a la iluminación. La compasión significa trabajar con todos los seres para liberarlos de todo tipo de calamidades, dolor y tribulaciones, y ultimamente de las causas fundamentales del sufrimiento. La alegría se refiere al gusto sincero de ver a los demás liberados del sufrimiento y con éxito en su auto-realización. La imparcialidad significa considerar a los amigos y enemigos como igualmente importantes y apreciados.

Esta mente imparcial proviene de romper los hábitos de ayudar a otros sólo para servicio de uno y obtener ganancias personales, mirando y juzgando a los demás de un modo puramente egoísta. Aunque llevar la felicidad a los demás es la motivación principal de un bodhisattva, nuestra tendencia engañosa a tener celos del éxito y felicidad de los otros, y favorecer a unos sobre otros, hace imposible que podamos participar verdaderamente en la vida y ayudar a todos los seres imparcialmente. Por esta razón, el fiel que practica el camino del bodhisattva debe no sólo alimentar la amabilidad y compasión, sino también cultivar los otros estados de mente de la alegría y la imparcialidad.

Los cuatro métodos de estímulos

Aunque son muy importantes, las puras intenciones y la mente compasiva no son suficientes. Las buenas intenciones hay que ponerlas en práctica basándose en la mente compasiva. Las prácticas principales de un fiel del camino del bodhisattva son las cuatro métodos de estimular a la gente para aprender el Dharma, ya que sólo el Dharma puede beneficiar genuina y completamente a los seres conscientes. Estos cuatro métodos de estímulos son dar, hablar con amor, actuar beneficiosamente y relacionarse con los demás.

Uno puede dar ayuda financiera, asistencia física, y hasta la propia vida; este tipo de donación está considerado como dar riqueza. El guiar a los demás hacia la iluminación, con las ideas contenidas en el Dharma –aunque ni siquiera se diga una palabra, pero se ayuda a que otro aspire al bien y abandone los pensamientos y acciones malos- se considera como dar Dharma. Si vemos que alguien experimenta dolor, pérdida, ansiedad, miedo, o fuerte malestar psicológico, y aliviarnos estos sufrimientos ayudándole a recuperar su seguridad mental, esto es lo que se llama dar generoso. Estas tres formas de dar incluyen todas las prácticas que benefician a los seres conscientes. Si el bodhisattva deja de practicar estos tipos de dar, la “compasión” se convierte en algo sin valor alguno.

Hablar con amor se refiere a la comunicación compasiva y significativa con los demás, que a veces hasta puede incluir palabras fuertes o exhortaciones. Pero aunque a veces debemos expresarnos con fuerza, nuestras palabras proceden de una mente compasiva, ya que sólo las palabras compasivas pueden ser aceptadas. Hablar con amor no significa tratar con la gente de manera artificial y condescendiente como si fuéramos más importantes que los demás. Además, debemos evitar las formas inapropiadas de comunicación que pueden hacer que los otros se sientan incómodos. Debemos relacionarnos con los demás con una mente abierta. Lo que digamos, o cualquier consejo que demos, debe estar basado en la comprensión de nuestra propia experiencia, ya que sólo por medio del conocimiento de uno mismo se puede entender mejor las necesidades de los demás.

Sin una comprensión de uno mismo y de los demás, aunque hablemos con veracidad y dando buenos consejos, podemos hacer que los oyentes confundan nuestras intenciones y creemos innecesarios problemas a los demás y a nosotros

mismos.

En términos modernos, actuar beneficiosamente podría llamarse “dedicarse a tareas sociales”. Significa que uno se preocupa del bienestar de los demás y trabaja en su favor, esforzándose por alimentar y proteger la propia sociedad, la propia nación, la humanidad en conjunto y todas las formas de vida del planeta. Según las necesidades de diferentes gentes en diferentes lugares, podemos participar en trabajos significativos y de valor social, como el promover la responsabilidad hacia el medio ambiente, la conducta ética, la paz, la armonía, etc. Estas son formas de trabajo social valioso en cualquier sociedad que lo necesite.

Relacionarse se refiere a trabajar con los demás, haciendo el mismo trabajo, recibiendo los mismos beneficios y no colocándose uno en un lugar más elevado, ni en una posición privilegiada. En otras palabras, significa simplemente ser igual que los demás. De esta manera, podemos realmente llegar a los otros. Trabajando cerca de los demás, podemos eventualmente compartir con ellos el Dharma que nosotros hemos aprendido y experimentado.

Estas cuatro prácticas son los medios que adopta un bodhisattva cuyos méritos consisten en su implementación y cultivo. También se llaman “medios expertos” y su objetivo es atraer o congrega a los seres hacia el Dharma, y no hacer que el fiel se haga fuerte o se convierta en un líder. Solamente con el propósito de beneficiar genuinamente a los demás, el bodhisattva se da cuenta de este enorme potencial de ayudar a todos los seres conscientes. Puesto que conoce la relación interdependiente de todos los seres, el bodhisattva puede sentir la alegría no sólo de trabajar por los demás, sino de ser uno mismo con ellos.

La participación en el mundo

Sin duda ninguna, la compasión es el fundamento de las enseñanzas budistas, y es esta compasión la que reside en los corazones de todos los buddhas y bodhisattvas. Para fomentar la compasión, la fuerza inicial que motiva a un fiel del bodhisattva debe ser fuerte y segura. Debe estar equipado con ideas rectas y métodos efectivos. Lo más importante es que los fundamentos para el crecimiento de una personalidad completa, sensibilidad compasiva y estabilidad mental, deben ser firmes. Para lograrlo, los fieles del camino del bodhisattva no sólo deben

meditar regularmente, sino tienen que usar todas las oportunidades para mezclarse con los demás en el mundo y así pulir su capacidad de ayudar a los demás y a sí mismo.

Una personalidad completa proviene del cultivo de la mente búdica, que se puede describir como el deseo de ayudar a los demás para que superen el dolor y el sufrimiento, más la inclinación para poner el beneficio de los demás por delante del propio. Para eliminar la obsesión y el apego a uno mismo, los que practican el Dharma, y el Chan en particular, deben desarrollar la fuerza interna necesaria para eliminar todo egoísmo y trabajar en reducir sus tendencias a las ansias, aversiones, ignorancia, arrogancia y duda. Cuanto menos nos dominen estas emociones aflictivas, más fuerte será nuestra mente búdica, y mayores serán nuestras posibilidades de poder entrar en el Dharma.

La fuerza interna mencionada proviene del conocimiento de la relación interdependiente de los demás con uno mismo. Este conocimiento nos mueve y nos conduce hacia la capacidad de alcanzar a un mayor y más amplio círculo de seres conscientes. El vivir con este estado mental, naturalmente reduce nuestro sentimiento de separación, alienación y egoísmo. Esta fuerza interna nos puede ayudar a participar de lleno en el mundo, permitiéndonos darnos por completo a los demás y aceptar a todos en nuestra vida. De este modo, podemos gradualmente liberarnos del sufrimiento y eventualmente alcanzar la orilla de salvación de la iluminación búdica. Tal actitud es precisamente el “punto de vista correcto” del que hablamos con frecuencia en el budismo.

Este punto de vista correcto puede manifestarse de muchas maneras. Actuando con una mente compasiva y aceptante, uno puede naturalmente incorporar en la propia vida las diez buenas acciones, los cinco preceptos, los cuatro votos mayores y las tres series de preceptos puros. En caso de que uno se sienta intimidado por los objetivos de estos preceptos, o que probablemente no sea capaz de observar algunos de los cinco preceptos y las diez buenas acciones con comodidad e integridad, uno puede elegir el posponer aceptar algún precepto particular y provisionalmente tomar aquellos preceptos que sea capaz de cumplir, con las tres series de preceptos puros y los cuatro votos. El punto de aceptar los preceptos del bodhisattva no es para que los fieles sientan ansiedad o culpa, sino más bien para plantar la semilla de la compasión y la sabiduría en sus mentes.

Un fiel que tome y acepte los preceptos del bodhisattva con algunas excepciones, aún puede considerarse bodhisattva. Al aceptar los preceptos del bodhisattva, uno entra en la gran comunidad y se convierte en un miembro de la familia de los Buddhas.

Como hemos dicho antes, el objetivo de llegar a la completa iluminación de todos los seres conscientes es extremadamente elevado. Su realización es sutil y profunda, y el camino que conduce a ella es largo y arduo. Las condiciones para alcanzar la budeidad son más raras y preciosas que las más finas joyas del mundo. Pero mientras la budeidad es extremadamente difícil de alcanzar, no es una tarea imposible. Podemos alcanzarla concentrando toda nuestra determinación y realizando nuestro máximo esfuerzo. En otras palabras, el “precio” de la budeidad es dar todo lo que sea necesario para implementar el Dharma con total dedicación y devoción sin límites. Esto significa, por un lado, luchar para alcanzar la suprema sabiduría, mientras por otro, dedicarse a la eterna y genuina felicidad de la liberación de todos los seres conscientes.

Si nos purificamos y limpiamos de todas las emociones aflictivas y de la fundamental ignorancia, profundizaremos nuestra visión interior en la verdadera naturaleza de la realidad, es decir, en la sabiduría. Podemos usar esta sabiduría como un espejo en el que nos vemos no sólo a nosotros mismos, sino en el que dejamos a los demás verse a sí mismos para ayudarlos también a limpiarse de sus emociones aflictivas y de su ignorancia. Para este fin, debemos trabajar sin descanso en mejorarnos y practicar buenas obras que nos benefician y benefician a los demás. Esta es precisamente la tarea de un bodhisattva tal como se formula en todos los preceptos de todos los sistemas: mantener los preceptos puros, practicar las buenas obras, y liberar a todos los seres. Una vez más, animo a todos los que practican el camino del bodhisattva para que, sean cuales sean su capacidad o disposición, acepten los preceptos del bodhisattva para afirmarse firmemente en el camino de la liberación.

Sobre el autor, maestro Sheng Yen

Cuando oigo las enseñanzas del maestro Sheng Yen, tengo un inmediato y profundo sentimiento de que estoy escuchando palabras de sabiduría de alguien con una gran práctica y experiencia.

-Su santidad el Dalai Lama

El maestro Chan, Sheng Yen, es un gran maestro y tengo gran confianza en su preparación y sabiduría. Me siento privilegiado de ser su amigo, y admiro todo lo que está haciendo por el Buddhadharma tanto en oriente como en occidente.

-Thich Nhat Hanh

El maestro Sheng Yen, reconocido mundialmente por promover el renacimiento del budismo chino, es una joya viva del mundo budista. En 1998, una encuesta pública de la revista Common Wealth de Taiwan, lo seleccionó entre las “cincuenta personas más influyentes de Taiwan en los últimos cuatrocientos años”.

Desde que a los trece años se consagró a la vida monástica, el maestro Sheng Yen ha sentido que “el Dharma es muy benéfico, pero poca gente lo conoce y muchos lo interpretan mal”. De ahí, que se haya dedicado a estudiar diligentemente el Dharma para ayudar a más gente a beneficiarse de él.

El maestro Sheng Yen ha recibido la trasmisión del Dharma de las escuelas del budismo Chan de Linji (Rinzai japonés) y Caodong (Soto japonés). Es un maestro respetado de la tradición Chan y ha desempeñado un papel muy importante para una mejor comprensión del budismo Chan en occidente.

En la Cumbre General de la Paz Mundial del Milenio, celebrada en las Naciones Unidas el año 2000, el maestro Sheng Yen fue el único budista chino que, entre los líderes religiosos asistentes, pronunció un discurso de apertura, y el único budista entre otros diez distinguidos líderes religiosos que asistió a una Cumbre especial dentro de la Cumbre General para tratar de la formación de un Consejo Consultor Internacional.

En 1997 asistió a la Undécima Reunión Internacional de Gentes y Religiones, en Italia. En 1998 , en Nueva York, mantuvo un diálogo con el Dalai Lama titulado, “Bajo el espíritu de Manjushri: La sabiduría de las enseñanzas del budismo”. También fue invitado por la ONU, el año 2000, a la Cumbre de Líderes religiosos y espirituales, y el año 2002, en Nueva York, a la Reunión anual del Foro Económico Mundial.

El maestro Sheng Yen es un prolífico autor que ha escrito ampliamente de todos los aspectos del budismo. Es el fundador de La montaña Tambor del Dharma, una organización budista con sede en Taiwan, que realiza una amplia serie de actividades de educación monástica y laica para promover el budismo en la comunidad internacional.

Apéndice

Guías de bolsillo de *La montaña Tambor del Dharma* sobre sabiduría budista.

Libros publicados:

E-1 Meeting of Minds

E-2 In the Spirit of Ch'an

E-3 The Bodhisattva Precepts

E-4 The Effects of Chan Meditation

E-5 The Meaning of Life

E-6 Dharma Drum's Eight-Form Moving Meditation

E-7 The Buddhadharma in Daily Life

E-8 A Happy Family and a Successful Career

E-9 Ch'an Practice and Faith

Libros del venerable maestro Sheg Yen publicados en inglés:

- Zen Wisdom
- Complete Enlightenment
- Faith in Mind
- Getting the Buddha Mind
- Ox Herding at Morgan's Bay
- The Poetry of Enlightenment
- The Infinite Mirror
- The Sword of Wisdom
- Dharma Drum
- The Is No suffering
- Subtle Wisdom
- Illuminating Silence
- Catching a Feather on a Fan
- Song of Mind
- The Six Paramitas
- Setting in Motion the Dharma Wheel
- Hoofprint of the Ox

Secciones de ultramar

EE.UU.

New York Chan Meditation Center (紐約東初禪寺)

Tel: 1-718-592-6593 Fax: 1-718-592-0717

Dirección: 90-56 Corona Avenue Elmhurst, NY 11373, U.S.A.

<http://www.chancenter.org>

Dharma Drum Retreat Center (法鼓山象岡道場)

Tel: 1-845-744-8114 Fax: 1-845-744-8483

Dirección: 184 Quannacut Road Pine Bush, NY 12566, U.S.A.

Davis Practice Center (加州省會共修處)

Tel: 1-530-297-1972 Fax: 1-530-297-1972

Dirección: 6600 Orchard Park Circle #6221, Davis, CA 95616, U.S.A.

California Liaison Office (加州連絡處)

Tel: 1-626-572-5472 Fax: 1-818-248-1614

Dirección: 1168 South San Gabriel Blvd. #R, Rosemead, CA 91770, U.S.A.

<http://www.ddmla.org/>

Florida Liaison Office (佛州連絡處)

Tel: 1-386-322-0524

Dirección: Herndon Library 4324 East Colonial Dr. Orlando, Fl 32803, U.S.A.

New York Liaison Office (紐約州連絡處)

Tel: 1-718-592-6593 Fax: 1-718-592-0717

Dirección: 90-56 Corona Ave Elmhurst, NY 11373, U.S.A.

<http://www.ddmba.com>

Georgia Liaison Office (喬治亞連絡處)

Tel: 1-770-416-0941

Fax: 1-770-417-5897

Dirección: 4977 Dillard's Mill Way Duluth, GA 30096 U.S.A.

Los preceptos del bodhisattva-Direcciones para la Budeidad

Georgia Liaison Office (伊利諾州芝加哥連絡處)

Tel: 1-847-824-6882 Fax: 1-847-480-9064

Dirección: 1234 N. River Road Mt. Prospect, IL 60056 U.S.A.

<http://www.ddmbachicago.org/>

Belvidere Practice Center (伊州瑞柏共修處)

Tel: 1-815-871-2026 Fax: 1-815-574-5550

Dirección: 1632 S. State Street Belvidere, IL 61008 U.S.A.

Michigan Liaison Office (密西根連絡處)

Tel: 1-517-332-0003 Fax: 1-517-332-0003

Dirección: 1431 Stanlake Drive E. Lansing, MI 48823 U.S.A.

New Jersey Liaison Office (新澤西州連絡處)

Tel: 1-732-249-1898 Fax: 1-609-716-1773

Dirección: 789 Jersey Avenue New Brunswick, NJ 08091 U.S.A.

<http://www.ddmba.nj.org/>

Long Island Practice Center (紐約長島連絡處)

Tel: 1-631-689-8548

Dirección: P.O. Box 423 Upton NY 11973, U.S.A.

Rochester Liaison Office (紐約州羅徹斯特連絡處)

Tel: 1-585-242-9096 Fax: 1-716-242-9096

Dirección: 170 Maywood Drive Rochester NY 14618 U.S.A.

<http://www.geocities.com/ddmbarochny.org/>

North Carolina Liaison Office (北卡連絡處)

Tel: 1-919-450-2668 Fax: 1-919-450-2668

Dirección: 323 Witney Lane, Durham NC 27713 U.S.A.

<http://www.ddmbanc.org/>

Oregon Liaison Office (奧勒岡州連絡處)

Tel: 1-503-577-1589 Fax: 1-360-254-4109

Dirección: 12715 SW 158th Terrace Beaverton, OR 97007 U.S.A.

Los preceptos del bodhisattva-Direcciones para la Budeidad

Pennsylvania Practice Center (賓州共修處)

Tel: 1-814-867-9253

Dirección: 425 Waupelani Dr. #515 State College, PA 16801 U.S.A.

<http://www.collegedharma.org/ddmbapa>

Arlington Practice Center (德州阿靈頓連絡處)

Tel: 1-817-265-9661 Fax: 1-817-274-7067

Dirección: 2150 East Pioneer Pkwy Arlington, TX 76010 U.S.A.

Texas Liaison Office (德州連絡處)

Tel: 1-512-249-9220 Fax: 1-512-249-9496

Dirección: 9904 Brightling Lane Austin, Austin, TX 78750, U.S.A.

Vermont Practice Center (佛蒙州連絡處)

Tel: 1-802-658-3431 Fax: 1-802-658-3413

Dirección: 16 Bower. Street. S. Burlington, VT 05403 U.S.A.

<http://www.ddmbavt.org/>

Washington Liaison Office (華盛頓州西雅圖連絡處)

Tel: 1-425-957-4597

Dirección: 14028 Be-Red Road Bellevue, WA 98007 U.S.A.

<http://www.ddmbaseattle.org/>

San Francisco Practice Center (舊金山共修處)

Tel: 1-650-692-3259

Dirección: 2F, 1842 El Camino Real, Burlingame, CA 94010, U.S.A.

Florida Practice Center (佛州天柏共修處)

Tel: 1-727-393-9588 Fax: 1-727-393-9588

Dirección: Safety Harbor Library 101 2nd. St. N Safety Harbor, FL, U.S.A.

Toronto Liaison Office (加拿大多倫多連絡處)

Tel: 1-416-691-8429

Dirección: 303A, 3rd floor, Metro Square Mall, 3636 Steeles Avenue East, Markham, Ontario, L3R 1K9, Canada

Los preceptos del bodhisattva-Direcciones para la Budeidad

Vancouver Practice Center (加拿大溫哥華連絡處)

Tel: 1-604-277-1357 Fax: 1-604-277-1352

Dirección: 10800 No. 5 Road Richmond, B.C. V7A 4E5, Canada.

Asia

Singapore Branch (新加坡分會)

Tel: 65-6735-5900 Fax: 65-6735-8900

Dirección: 30, Mohamed Sultan Road #04-00 Lam Ann Building Singapore 238974.

Dharma Drum Mountain Buddhism Information (馬來西亞分會)

Tel: 60-3-7960-0841 Fax: 60-3-7960-0842

Dirección: No. 7, Jalan Changgai (6/22), 46000 Petaling Jaya, Selangor MALASIA.

<http://www.ddm.org.my>

Hong Kong Branch (香港分會)

Tel: 852-2310-0180 Fax: 852-2591-4810

Dirección: Room 205 2F, Block B, Alexandra Industrial Building 23-27 Wing Wong Street, Lai Chi Kok, Kowloon, HONG KONG

香港九龍荔枝角永康街 23-27 號安泰工業大廈 B 座二樓 205 室

<http://www.ddmhk.org.hk>

Thailand Liaison Office (泰國連絡處)

Tel: 662-2535819 Fax: 662-2533098

Dirección: 1041/29 Soi Nailerd Ploenchit Rd., 10330 Bangkok, Thailand

Oceanía

Melbourne Liaison Office (澳洲墨爾本連絡處)

Tel: 61-421-850290

Dirección: 115 Serpells Road Templestowe, VIC3106

<http://www.ddm.org.au>

Sydney Liaison Office (澳洲雪梨連絡處)

Tel: 61-4131-85603 Fax: 61-2-9283-3168

Dirección: Luck Garden, 413-425 Beamish Street, Campsie NSW 2194,
AUSTRALIA

<http://www.ddm.org.au>

Los preceptos del bodhisattva-Direcciones para la Budeidad

Europa

Luxembourg Liaison Office (盧森堡連絡處)

Tel: 352-400-080 Fax: 352-290-311

Dirección: 15, Rue Jean Schaack L-2563 Bonnevoie G.D. DE LUXEMBURGO

Otras

Dharmaaloka Budisticki Center (克羅埃西亞法光佛教中心)

Tel: 385-481-0074 Fax: 385-481-0074

Dirección: Dorciceva 23/Iv, Zagreb, Croatia

Contact: Karmen Mahalinec

<http://www.dharmaloka.org>

Poland Chan Center (波蘭禪中心)

Tel: 22-727-5663 Fax: 22-727-5663

Dirección: Pawel Rosciszewski, Beata Kazimierska

Switzerland (瑞士)

Tel: 41-1-382-1676 Fax: 41-1-382-1676

Contact: Max Kalin

<http://www.chan.ch>

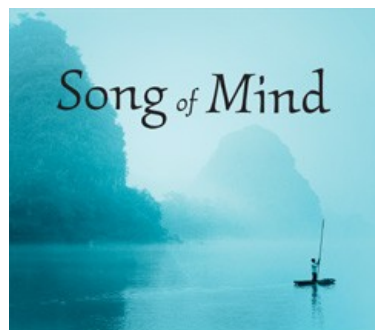
Western Chan Fellowship (英國禪中心)

Tel: 44-17-1586-6293

Address: 24 Woodgate AVE. Bury, Lancashire, BSL97RU, U.K.

Contact: John Crook

<http://www.chanfellowship.org>



Sheng Yen, Maestro Chan

Song of Mind (La canción de la mente)

Sabiduría del clásico Zen *Xin Ming*

Las conferencias Dharma “Song of Mind” sobre el maestro Chan Niutou Farong, que forman el contenido de este libro, fueron dadas en varios retiros de siete días por el maestro Chan, Sheng Yen, en América.

Chan Master
Sheng Yen

En el poema “Song of Mind”, Niutou explica que nuestra mente originalmente es pura, pero, en cuanto

entra en ella el más mínimo pensamiento, pierde esa pureza. Niutou da mucha importancia al método de práctica que consiste en vigilar los pensamientos que vienen y van en nuestra mente. Este ir y venir (literalmente nacimiento y muerte) en la mente, es ilusorio porque si un pensamiento permaneciera inmóvil y no desapareciera, entonces el siguiente sería imposible que naciera.

(c) 2004, Publicaciones Tambor del Dharma

Libros de bolsillo sobre sabiduría budista

Inglés E-3

Serie Doctrina budista

Los preceptos del Bodhisattva.

Direcciones para la Budeidad

Autor: Venerable Maestro Chan, Sheng Yen

Traducción al inglés: Oficina de Asuntos Internacionales, DDM

Traductor al español: Dr. José Ramón Álvarez

Publicación: La montaña Tambor del Dharma

Edición y producción: Departamento para la promoción de libros de libre distribución de La montaña Tambor del Dharma

Dirección: 5F, No. 186, Gongguan Rd., Beitou, Taipei 11244, Taiwan, R.O.C.

Tel: 886-2-28934646

Fax: 886-2-28960731

<http://www.ddm.org.tw>

Primera edición: Impreso en Taiwan, julio, 2005

ISBN: 957-598-235-5

Libro de libre distribución para formar lazos kármicos positivos. Son bienvenidas las donaciones para ayudar a impresiones adicionales. Precio: 1 \$ US por tres copias. Las donaciones se pueden hacer en cualquier centro de La montaña Tambor del Dharma.

Copyright (c) 2005 por La montaña Tambor del Dharma

Todos los derechos reservados. No se permite la reproducción de ninguna parte de este libro sin el permiso escrito del editor.

Si usted cree que merece la pena distribuir este libro, por favor ayúdenos a imprimir más ejemplares. El precio de la impresión es de 1\$US por cada 3 copias. Las donaciones se pueden hacer en cualquier centro de La montaña Tambor del Dharma