

NIRVANA

Budismo en cada paso **B6**



Templo Budista Fo Guang Shan - Chile

Nirvana

涅槃

Budismo en cada paso (B6)

Venerable Maestro Hsing Yun

Escrito por el Venerable Maestro Hsing Yun

Copyright

© 2007, 2018

Fo Guang Shan

International Translation Center

Traducido al inglés por Amy Lam y Jeanne Tsai

Traducido al español por Néstor Bogo y Viviana Gómez

www.budismohumanista.com

Templo Budista Fo Guang Shan – Chile

www.templobudista.fgs.cl

Tabla de contenido

I. UNA DESCRIPCIÓN GENERAL DE NIRVANA	6
II. ¿NIRVANA ESTÁ CONECTADO CON LA TIERRA?	14
III. EL CAMINO AL NIRVANA	19
IV. EL REINO DEL NIRVANA	22
EL GHATA DE LA TRANSFERENCIA DEL MÉRITO	27

Nirvana

¿Qué es el nirvana? Si bien a menudo escuchamos referencias al maravilloso y alegre estado del nirvana, la mayoría de nosotros no tenemos la menor idea de lo que realmente es el nirvana. Algunas personas incluso confunden el nirvana con un eufemismo de la muerte. Algunos ascetas consideran el nirvana simplemente como la aniquilación o disolución. Dicen: "*La terminación del cuerpo físico y el agotamiento del mérito es el estado de nirvana*". La Escuela Sautrantika¹ también considera el nirvana como la disolución de los cinco agregados². Un texto Theravada en particular dice: "*El nirvana es el agotamiento total de los agregadas, como un fuego que se apaga o vientos que se apagan* ". Estas visiones del nirvana son unilaterales y quizás incluso engañosas; en realidad, el nirvana y la aniquilación son tan diferentes como el día y la noche.

Todos hemos leído en un momento u otro la historia del príncipe Siddhartha meditando bajo el árbol bodhi. En medio de la meditación, miró hacia el cielo estrellado y, en un destello de comprensión, vio la verdadera naturaleza de las cosas y se convirtió en un Buda completamente iluminado. Este despertar a las verdades de la vida y el universo es lo que llamamos nirvana. Vio a través de la dualidad de "yo" versus "ellos", trascendió la limitación del tiempo y el espacio, y entró en el reino ilimitado del dharmakaya³.

¿Por qué deberíamos preocuparnos por el nirvana? Si hacemos una pausa y hacemos un balance de nuestras vidas, veremos que la existencia humana es limitada tanto en términos de tiempo como de espacio. La vida no se extiende por más de unas pocas décadas, y el cuerpo generalmente

¹ Una importante escuela Theravada

² Los cinco agregados son forma, sentimiento, percepción, formaciones mentales y conciencia.

³ El cuerpo de la verdad.

no crece más de cinco o seis pies de altura. Nirvana nos libera de tales limitaciones y nos permite romper con nuestro caparazón de engaño. En el nirvana, la vida impregna todo el espacio, *"atraviesa los tres reinos y se extiende por las diez direcciones"*. En el nirvana, la vida late a través de los tiempos, *"se extiende desde la antigüedad hasta el presente sin cambios, vive a través de miles de kalpas y es para siempre nueva"*. En tal estado, *"la mente abarca la totalidad del universo, atravesando reinos tan numerosos como granos de arena"*. Cuando vemos que el "yo" y el mundo material resuenan en armonía y cuando entendemos al "yo" y al "otro" como uno, entonces no hay estímulo para los celos y no hay lugar para el odio o la discriminación. En pocas palabras, al redescubrir nuestra naturaleza original, vivimos en el nirvana y una vez más somos capaces de ver a través de la dualidad de sujeto versus objeto y la limitación de tiempo y espacio.

Aunque el lenguaje y el cerebro humano son limitados y difícilmente conducen a la comprensión del nirvana, debemos tratar de comprenderlo. En las siguientes páginas, comenzaremos con una visión general del nirvana, luego hablaremos sobre los fundamentos del nirvana, cómo se puede realizar y finalmente cómo es el reino del nirvana.

I. UNA DESCRIPCIÓN GENERAL DE NIRVANA

La palabra nirvana y el "cese del sufrimiento" de las Cuatro Nobles Verdades son una y la misma. El cese del sufrimiento no significa aniquilación; significa liberarse del sufrimiento provocado por la creencia engañosa en la dualidad y la discriminación. También se refiere al estado resultante de felicidad, armonía y comodidad con el mundo que nos rodea.

1. Definición de Nirvana

Hay dos formas de definir el nirvana: por negación y por afirmación. También podemos desarrollar un sentido del nirvana observando cómo se explica en los sutras.

- A. Definición de nirvana por negación: el Tratado de Fenómenos y Agregados de Abhidharma define el nirvana enumerando cuarenta y tres ejemplos de expresiones en negativo. Habla del nirvana como ser, "sin forma, sin límite, sin salida, sin principio, sin apego, sin fin, sin surgir, sin aferrarse ... El Tratado de las Cuatro Nobles Verdades define el nirvana utilizando sesenta y seis formas de negación "como" sin decadencia, sin pérdida, sin igual, sin obstáculos, sin necesidad, incomparable, inconmensurable, sin aflicción ...

- B. Definiendo el nirvana por afirmación: el Tratado de fenómenos y agregados de Abhidharma también describe el nirvana por medio de cincuenta afirmaciones, tales como, "la realidad absoluta, la otra orilla, maravilloso, sereno, permanente, seguro, último, raro..." El Tratado de las Cuatro Nobles Verdades utiliza cuarenta y seis afirmaciones para caracterizar el nirvana, tales como, "liberación, trascender todo, sin paralelo, más perfecto, puro, último, la verdad, la talidad ...

- C. *Otras representaciones del nirvana*: en los sutras, se han utilizado los siguientes enfoques para explicar el nirvana:
 - 1. El *Sutra del Gran Nirvana* equipara el nirvana con la naturaleza de Buda.
 - 2. El *Sutra del Adorno Floral* llama nirvana a la naturaleza inherente de todos los dharmas.
 - 3. El *Sutra del Loto* equipara el nirvana con la Budeidad.
 - 4. El *Sutra de la Perfección de la Sabiduría* explica el nirvana como la sabiduría que conoce lo que el razonamiento no puede conocer, la sabiduría que ve la naturaleza de todas las cosas.

5. El *Sutra Suramgama* explica el nirvana como “*el fin de todo razonamiento y el alivio de todas las perturbaciones*”.
6. El *Sutra Vimalakirti* llama nirvana “*el camino de la no dualidad de los diez fundamentos*”.
7. El *Sutra del Rugido del León de la Reina Srimala* describe el nirvana como el Tathagatagarbha (el lugar de nacimiento de todos los fenómenos) o la naturaleza pura y original.
8. La escuela de budismo Chan llama a nirvana “*rostro original*”.

Si bien todas estas descripciones pueden ser diferentes, el significado sigue siendo el mismo. Lo que todos están diciendo en esencia es que el nirvana es "nuestra naturaleza pura y original y nuestro verdadero ser original". El Buda, a través de sus enseñanzas, nos muestra el camino para liberarnos de los engaños y alcanzar el nirvana redescubriendo nuestra verdadera naturaleza.

2. Entendiendo el Nirvana

En términos más concretos, los Agamas nos dan cuatro formas de medir nuestro progreso hacia la realización del nirvana.

- A. Nirvana es limpiando la mente de la codicia.
- B. Nirvana está limpiando la mente del odio.
- C. Nirvana es limpiando la mente de la ignorancia, del engaño y de los puntos de vista erróneos.
- D. Nirvana está limpiando la mente de la aflicción.

Tómese un minuto y califíquese para cada uno de estos criterios. Sea honesto contigo mismo. ¿Cómo le fue?. Si no alcanza ni siquiera sus propios estándares, tal vez debería redoblar sus esfuerzos donde quiera que haya margen de mejora.

El *Tratado de Abhidharma Mahavibhasa* ofrece una explicación similar del nirvana. Describe el nirvana como “*la erradicación de todo dolor, la*

extinción de los tres fuegos, la ruptura del apego a las tres nociones y la disociación de todos los reinos del renacimiento". Los tres fuegos son la codicia, el odio y el engaño. Las tres nociones son la noción de vida y muerte, la noción de nirvana y la noción de no discriminación. Como seres no iluminados, todos tendemos a dotar a estos constructores de un sentido de sustancialidad, que nos aleja del nirvana. Tener la noción de nirvana nos aleja del nirvana, incluso el apego a la no discriminación es discriminación en sí mismo.

Cuando el Venerable Xuanzang regresó a China desde la India, tradujo el término nirvana como "*completo y sereno*". Completo significa abarcar todo lo que existe, y sereno se refiere al estado de no ser agitado ni perturbado.

A menudo escuchamos a la gente hablar sobre la impermanencia de la vida, pero es dentro de esta misma impermanencia de la vida que encontramos la naturaleza inmutable del nirvana. También escuchamos a los Budistas hablar sobre el sufrimiento en este mundo y del nirvana como la máxima felicidad. Cuando decimos que todo sufrimiento tiene sus raíces en el concepto de sí mismo, nos referimos a la connotación habitual del yo como una unidad de identidad permanente y separada que existe independientemente de los demás. Cuando hablamos del nirvana como la máxima felicidad, seguimos hablando de un yo que siente esta felicidad. El yo en el contexto del nirvana es el verdadero yo y es diferente de la connotación cotidiana del yo de la que hablamos anteriormente. Este yo se basa en la unidad y en total armonía con todas las causas y condiciones.

3. Características de Nirvana

Además de definir y comprender el significado del nirvana, también podemos desarrollar una mejor apreciación de este estado del ser a través de algunas de las analogías que se han utilizado para caracterizar el nirvana.

- A. Comparación del nirvana con una flor de loto: en la literatura Budista, hay muchas referencias a las flores de loto, especialmente en lo que se refiere a la pureza y el altruismo. El loto comienza a crecer en el lodo y el fango en el fondo de un estanque; pasa a través del agua y florece en el aire limpio, no contaminado por el barro. El nirvana surge de las pruebas y tribulaciones de la vida, pero permanece intacto de ellas.
- B. Comparación del nirvana con el agua: como el agua, que extingue los fuegos físicos, el nirvana extingue los fuegos del engaño. Solo como el agua apaga nuestra sed física, la realización del nirvana elimina la sed del deseo.
- C. Comparación del nirvana con un antídoto: el nirvana es un santuario para los enfermos, como un antídoto, el nirvana neutraliza el veneno del engaño.
- D. Comparación del nirvana con un océano: el océano acepta toda el agua independientemente de su fuente. El océano no conoce la discriminación. Nirvana es un estado de ecuanimidad, sin preferencia ni aversión. Así como nunca podremos medir completamente la cantidad de agua en los océanos, nunca podríamos describir completamente el reino del nirvana.
- E. Comparación del nirvana con la comida: la comida nos mantiene vivos y saludables. Aquellos que han alcanzado el nirvana están libres de los ciclos de nacimiento y muerte. En el nirvana, uno está más allá de las limitaciones de la vida humana. Así como la comida nos libera del hambre, la realización del nirvana nos libera del sufrimiento de la aflicción.
- F. Comparación del nirvana con el espacio: cuando hablamos de espacio, no se habla de surgir, subsistir, cambiar o desaparecer. Lo mismo ocurre con el nirvana. Una vez que se realiza el nirvana, uno

nunca puede apartarse de él. El reino del nirvana no tiene límites. No se encuentra en ningún lugar, pero está en todas partes. No depende de nada, pero es el fundamento de todas las cosas. En el nirvana, uno habita en medio de todos los fenómenos y está en armonía con el universo.

G. Comparación del nirvana con una gema invaluable: como una gema invaluable, el nirvana es radiante y atrae a todos.

H. Comparación del nirvana con la cima de una montaña: la firmeza del nirvana se puede comparar con la cima de una montaña alta, que se extiende hacia el cielo, imperturbable por los elementos del clima. Nirvana se erige alto, más allá del alcance de todas las aflicciones.

4. Varios tipos de Nirvana

La Escuela de Budismo Yogacara habla de cuatro tipos de nirvana: nirvana puro de naturaleza inherente, nirvana con remanente, nirvana sin remanente y nirvana no permanente.

El nirvana puro de la naturaleza inherente es ver el Dharmakaya, la verdadera naturaleza de todos los fenómenos. Si bien el engaño puede impedirnos temporalmente ver el Dharmakaya, su integridad nunca es comprometida. Dharmakaya tiene innumerables aspectos maravillosos y abarca todas las cosas. No es lo mismo que todos los dharmas, pero no es diferente. Dharmakaya es nuestra naturaleza pura y original. Si miramos dentro de nosotros mismos, todos podemos ver el Dharmakaya.

El nirvana con remanente se alcanza cuando uno todavía está vivo. En este caso, la palabra remanente se refiere a los efectos del karma. El término "con remanente" significa que mientras no se crea karma nuevo, los efectos del karma pasado no se han extinguido por completo. Debido a la presencia del cuerpo físico, uno todavía siente los diversos efectos del

hambre, la temperatura, la enfermedad y el envejecimiento. En el nirvana con remanente, uno todavía tiene que comer cuando tiene hambre o descansa cuando está cansado. Aunque el cuerpo continúa experimentando enfermedades, vejez y muerte; la mente ya no está esclavizada por estos procesos independientemente de las circunstancias, todavía se puede seguir con la vida de una manera tranquila y reservada. Esto es lo que se entiende por nirvana con remanente. Incluso hoy en día, existen algunos ejemplos vivos de personas que han alcanzado este tipo de nirvana. Mahakasyapa, uno de los grandes discípulos del Buda, es un ejemplo de ello. Desde la época del Buda hace unos dos mil quinientos años hasta el presente, se dice que Mahakasyapa todavía está vivo hoy en este mundo. Según uno de los sutras que profetizaban la llegada de Maitreya, el Buda había instruido a Mahakasyapa para que permaneciera en este mundo y fuera el custodio de su túnica y cuenco de limosnas hasta que el Bodhisattva Maitreya se convirtiera en el próximo Buda de este mundo, dentro de unos 67 mil millones de años. Pindola, el Arhat de cejas largas, es otro ejemplo de alguien que ha alcanzado el nirvana con remanente. El Buda también le pidió que se quedara en este mundo para enseñar el Dharma a los seres sintientes después de su propia muerte. En mis lecturas, me he encontrado con tres referencias a él haciendo una aparición para ayudar a la gente de este mundo.

El estado de nirvana sin remanente, o parinirvana, se alcanza cuando todos los efectos del karma se resuelven por completo y el cuerpo físico es solo una cosa del pasado. Sin la creación de nuevo karma, no hay unión de los cinco agregados y no se produce un nuevo nacimiento. En este estado, la nuestra verdadera naturaleza se "disuelve" en todos los fenómenos y se vuelve uno con el universo. Así como el azúcar se disuelve en agua sin dejar rastro, su presencia, aunque no visible, es indiscutible. Esta total armonía se resume en el dicho: *"El tiempo desde la antigüedad hasta el presente no está separado del pensamiento actual. La tierra sin límites que nos separa a ti y a mí no es más que la punta de una pluma"*.

En los Agamas, hay una historia sobre un asceta brahmán con ojos celestiales. Podía mirar a alguien y ver sus vidas pasadas. Cuando miró un

montón de huesos humanos, pudo suponer con precisión quién era la persona y cuándo murió. Un día, el Buda señaló un montón de huesos humanos y le preguntó si sabía a quién pertenecían. Miró intensamente los huesos, pero no tenía ni idea de su identidad. Luego, el Buda le explicó al asceta brahmán: *“Esa persona ha entrado en el nirvana. Su ser ahora está más allá del tiempo y el espacio. Está libre de vida y muerte. Ahora es uno con el fenómeno y el noúmeno. Ahora abarca las diez direcciones e invade todos los reinos del dharma. Por eso no puedes identificarlo”*. A partir de esto, podemos ver que alguien que ha alcanzado el nirvana sin remanente está totalmente libre de las cargas de un cuerpo físico.

El nirvana no permanente también se conoce como mahanirvana o anuttara samyak-sambodhi (iluminación suprema y perfecta). De aquellos que han alcanzado mahanirvana, los sutras dicen: *“Por sabiduría, uno ya no está apegado a la vida y la muerte. Por bondad y compasión, uno ya no está apegado al nirvana”*. Ven a través del vacío del ciclo del renacimiento y reaparecen continuamente en este mundo para guiar a los seres sintientes a través del mar del sufrimiento. Lo tienen todo, pero no llaman a nada suyo. Siempre están ayudando activamente a los seres sintientes, pero siempre están en paz. No están apegados a ningún camino y pueden emplear hábilmente todos los medios.

De la discusión de estos diversos tipos de nirvana, podemos ver que uno no tiene que esperar hasta el final de su vida para entrar al nirvana. Cuando el príncipe Siddhartha se convirtió en un Buda completamente iluminado bajo el árbol bodhi, entró en el reino del nirvana con el resto. Cuando el Buda falleció a la edad de ochenta años entre dos árboles sala, entró en el nirvana sin remanente. Durante los cuarenta años o más en que el Buda viajó por todas partes para enseñar el Dharma a todos aquellos con un oído dispuesto, vivió una vida libre de apegos. Este tipo de vida que tiene un propósito, pero sin una fijación a un propósito es libre y cómoda. Este es el reino del nirvana no permanente.

II. ¿NIRVANA ESTÁ CONECTADO CON LA TIERRA?

Generalmente decimos que vivimos en este mundo o que vivimos en esta o aquella casa, pero ¿podemos realmente decir dónde uno habita en el nirvana? Según los sutras, se dice que aquellos que han entrado en el parinirvana se vuelven uno con la vacuidad. Algunos de ustedes pueden encontrar esto aterrador y pensar que el vacío significa extinción o aniquilación.

No debes tener miedo porque el vacío aquí no significa aniquilación. El vacío impregna todo el espacio y está siempre presente en todas las cosas. En el nirvana, uno está en el vacío, sin hogar, pero en casa en todas partes.

El emperador Tang Shunzong le preguntó una vez al maestro Chan Foguang Ruman el paradero del Buda después de haber entrado en parinirvana. El emperador preguntó:

“¿De dónde vino el Buda?

Después del nirvana, ¿adónde fue el Buda?

Dado que decimos que el Buda siempre habita en este mundo, ¿dónde está el Buda ahora? ”

El Maestro Chan respondió:

“De la verdad vino el Buda.

Después del nirvana, el Buda fue a la verdad.

El Dharmakaya llena todo el espacio, permaneciendo siempre donde está libre de la mente.

Pensamientos que regresan al no pensamiento, Permanecer regresando al no permanecer, [El Buda] llega por el bien de los seres sintientes, Se va por el bien de los seres sintientes. Claro y puro como el océano; profundo y siempre presente.

El sabio debe contemplar [así], y no tener más dudas”.

El emperador, aun dudando, preguntó más:

“El Buda, nacido en un palacio, Pasado al nirvana final entre dos árboles, enseñó en este mundo durante cuarenta y nueve años, Sin embargo, dijo que no hablaba de ningún Dharma.

Montañas, ríos y vastos océanos, el cielo, la tierra, el sol y la luna, habrá un momento en que cesarán.

¿Quién se dice que está sin surgir y cesar?

Todavía tengo dudas; Sabio, por favor explique”

Al tratar de usar la lógica y el razonamiento mundanos para comprender el nirvana, el emperador no logró comprender cómo el Dharmakaya puede estar siempre presente.

El Maestro Chan volvió a explicar:

“La naturaleza de Buda es la verdad.

Los engañados hacen discriminaciones.

*El Dharmakaya es como el espacio;
no ha surgido ni cesado.*

*Cuando se dan las condiciones adecuadas,
el Buda aparece en este mundo;*

*cuando no hay una condición adecuada,
el Buda entra en el nirvana.*

*Enseñando a los seres sintientes en todas partes,
[Buda] es como la luna en el agua.*

Ni eterno ni aniquilado,

Ni surge ni cesa,

aunque nació, nunca nace;

aunque entró en el nirvana, nunca pasa al nirvana,

viendo claramente lo que no surge,

naturalmente, no hay ningún Dharma del que hablar”.

Como el espacio, el Dharmakaya del Buda es totalmente completo, sin surgir ni cesar. Como hombre en este mundo, estaba atado por los procesos del nacimiento, la vejez, la enfermedad y la muerte, pero el Dharmakaya del Buda no surge ni cesa. El Buda histórico surgió de la talidad para enseñarnos el Dharma y el camino de la liberación del ciclo del renacimiento. Cuando se cumplieron las causas y las condiciones, el Buda volvió a la verdad de la que procedía. El Dharmakaya viene y se va, no se añade ni se quita nada. Sin apego, la verdadera naturaleza del Tathagata es eterna para siempre. Nirvana es un reino libre de apegos. Si uno tiene algún apego, no puede realizar el reino del nirvana.

En la historia Budista china, hay una historia de un maestro Chan muy cultivado llamado Jin Bifeng. Según la historia, casi retrocedió en su auto cultivo debido a un solo apego. Podía dejar ir todos sus deseos excepto su amor por su cuenco de jade de limosna. Cada vez que entraba en samadhi⁴, tenía que asegurarse de que su cuenco de limosnas había sido cuidadosamente guardado antes de poder descansar su mente. Un día, cuando su vida estaba llegando a su fin, el rey Yama envió a varios de sus mensajeros para reclamar la vida del maestro. Como el maestro Chan podía prever su muerte, entró en samadhi profundo. Los mensajeros del inframundo no podían hacer nada más que esperar él para salir de su meditación.

Después de esperar unos días, se les ocurrió un plan. Sabiendo que el maestro Chan apreciaba mucho su cuenco de limosnas, lo cojieron y comenzaron a golpearlo con todas sus fuerzas. Cuando el maestro Chan escuchó el ruido, inmediatamente salió de su samadhi para tratar de evitar que su cuenco se rompiera. Cuando los mensajeros de Yama vieron su oportunidad, aplaudieron y dijeron: "*Bien, ahora tienes que venir con nosotros*". Cuando el maestro Chan se dio cuenta de que su determinación estaba a punto de ser puesta a prueba, tomó el cuenco de jade y lo arrojó al suelo, rompiéndolo en pedazos. Luego volvió a entrar en samadhi, dejando atrás este verso mientras lo hacía:

⁴ *Concentración meditativa profunda*

*“Para que uno reclame la vida de Jin Bifeng,
primero, las cadenas deben poder
unir la inmensidad del espacio.
Si el espacio puede ser encadenado,
entonces puedes venir a reclamarme
Jin Bifeng”.*

En ese mismo momento, entró en el nirvana. A partir de esto, podemos ver que, para entrar en el nirvana, uno debe dejar ir cada pizca de apego e ilusión. Cuando no estamos atrapados en los fenómenos mundanos, entonces estamos en paz en todas las circunstancias.

Si bien decimos que debemos soltar todo apego para entrar en el nirvana, esto no significa que tengamos que volvernos descuidados o indiferentes o que tengamos que cortar todas las relaciones con los demás, ya que el nirvana no se puede alcanzar fuera de la vida cotidiana. El *Sutra del Diamante* dice que uno "*debe dar lugar a una mente que no permanezca en nada*". ¿Cómo llevamos una vida mundana sin apego? Permítanme discutir esta cuestión con los siguientes cuatro puntos.

1. A gusto en cada encuentro El Sexto Patriarca de la Escuela Chan, Hui Neng, ejemplifica este tipo de vida. Después de recibir la túnica y el cuenco de la limosna como símbolo del paso del linaje del Quinto Patriarca, se ocultó de aquellos que querían desafiar su legitimidad.

Durante quince años, vivió entre un grupo de cazadores. Cada día iba con los cazadores a cazar. Cada vez que veía a los animales atrapados en las trampas colocadas por los cazadores, intentaba en secreto liberar a los animales atrapados. Siempre que tenía la oportunidad, hablaba con los cazadores sobre la importancia de la compasión. Cuando regresaban de una cacería para cocinar su presa, él se internaba en el bosque para encontrar hojas y plantas comestibles para adornar su comida en común.

A menudo se burlaban de él por evitar la carne y comer solo las verduras. Quince años puede parecer mucho tiempo, pero a Huineng no le molestó

en absoluto la espera, porque ya se había dado cuenta del nirvana y vivía en paz y libertad. Aunque no pudo formalmente enseñar el Dharma, aprovechó cada oportunidad para enseñar de cualquier forma que pudiera. Aunque no observó los preceptos tan estrictamente como le hubiera gustado, encontró paz al observar los preceptos de cualquier manera que pudo.

2. En paz en todas las circunstancias En el Sutra del Diamante, podemos ver cómo el Buda, después de alcanzar el nirvana con rematante, vivió una vida pacífica y serena. El sutra comienza: *“A la hora de comer, el Honrado por el Mundo se puso la túnica, recogió su cuenco y fue a la ciudad de sravasti a pedir comida. Después de haber ido de casa en casa, regresó a la arboleda. Cuando terminó de comer, guardó la bata y el cuenco de las limosnas, se lavó los pies, enderezó la estera y se sentó”*. En la superficie, estas son las trivialidades de la vida, pero si miramos más profundamente, podemos ver cómo el Buda está en paz con todos los aspectos de la vida. El plenamente iluminado no denigra las exigencias de la vida. Aunque alcanzó el nirvana, todavía necesitaba comer y dormir, y lo hizo sin apego.

3. Encontrar la tranquilidad en la naturaleza de Buda. El nirvana es un estado en el que uno ve a través de la vacuidad de todos los fenómenos. Como tal, aquellos que han entrado en el nirvana no serán perturbados por las pruebas y tribulaciones de la vida, porque pueden verlas como impermanentes y de naturaleza vacía. Miran la vida con ecuanimidad, sin apegarse ni desarrollar aversión por ningún aspecto de ella. En el nirvana, encuentran tranquilidad en la naturaleza de Buda. *“Cuando la mente es pura, la tierra es pura”*.

Hacen una tierra pura incluso en medio del mar del sufrimiento. En el Sutra *Vimalakirti*, *Vimalakirti “vivió la vida de un laico, pero no estaba apegado a los tres reinos; vivía con una esposa, pero siempre practicaba la vida pura”*. La vida que vivió fue de hecho una vida sin apegos.

4. Enseñe el Dharma cuando surja la ocasión Después de que el Buda alcanzó la iluminación, no entró simplemente en un nirvana dichoso sin

remanente, sino que entró en el nirvana con remanente y eligió permanecer en el sufrimiento del samsara, viajando por toda la India para enseñar el Dharma. En el nirvana, uno no piensa únicamente en la propia liberación del sufrimiento, sino que trabaja incansablemente para ayudar a otros a liberarse. Muchos de los que han entrado en el nirvana reaparecen en este mundo para enseñar el Dharma a otros. El Bodhisattva Avalokitesvara es un excelente ejemplo de alguien que actúa desinteresadamente. El Bodhisattva Ksitigarbha dijo una vez: *"Mientras los infiernos no estén vacíos, no me convertiré en un Buda"*.

Muchas personas tienen nociones preconcebidas de que una vida de cultivación significa una vida de soledad y meditación, manteniendo un muro de indiferencia entre el practicante y los demás. Tal noción es totalmente incompatible con los muchos ejemplos que el Buda mostró en la forma en que llevó su vida. Vivir una vida en el nirvana significa estar a gusto con todos los encuentros, en paz con todas las circunstancias, encontrar tranquilidad en la naturaleza de Buda y enseñar el Dharma cuando surja la ocasión.

III. EL CAMINO AL NIRVANA

Antes de comprometernos a trabajar para alcanzar el nirvana, ¿cómo podemos saber que existe el nirvana? De hecho, esta es una pregunta muy difícil de responder. Es como preguntar: *"¿Cuánta agua hay en el océano y cuántas criaturas marinas habitan en él?"* Tales preguntas están más allá del alcance de la razón cotidiana. De manera similar, el lenguaje humano no es capaz de describir completamente la maravilla del nirvana, porque el nirvana trasciende todos los fenómenos mundanos.

Aunque no podemos describir con precisión el nirvana, podemos, a través de las enseñanzas del Buda, gradualmente darnos cuenta de ello por nosotros mismos. De hecho, se dice en los sutras: *"Si uno desea experimentar el reino del Buda, la mente debe ser pura como el espacio"*.

Si bien no podemos "experimentar" el nirvana a través de nuestros órganos sensoriales, no podemos negar categóricamente su existencia.

Aunque el ojo humano no ve organismos microscópicos como gérmenes y bacterias, aceptamos lo que los científicos dicen sobre ellos.

Los científicos son expertos en estas áreas y nos sometemos a su juicio en estos asuntos. Del mismo modo, aunque nosotros mismos no hemos experimentado el nirvana, podemos aprender de aquellos que sí lo han hecho que sí existe.

El nirvana no se encuentra en ningún lugar ni en ningún momento. En este sentido, el nirvana es como el fuego. El fuego no es algo que exista en sí mismo. Se crea cuando se frotan dos piedras o cuando encendemos una cerilla. Cuando el prajna y la compasión brillen a través del engaño, el nirvana se presentará y veremos de primera mano que el nirvana existe.

¿Cómo podemos entrar en el nirvana? Permítanme ofrecer tres sugerencias.

1. Se dice en los sutras que, si practicamos diligentemente de acuerdo con los preceptos, todos podemos alcanzar el nirvana algún día. Los preceptos son como nuestros ojos. Con nuestros ojos, podemos ver sin importar dónde estemos; con la guía de los preceptos, podemos experimentar el nirvana independientemente de las circunstancias en las que nos encontremos.
2. El Buda enseña que, para alcanzar la iluminación, debemos contemplar continuamente los tres sellos del Dharma: todos los fenómenos condicionados son impermanentes, todos los fenómenos carecen de un yo independiente⁵, y el nirvana es la tranquilidad perfecta. Cuando comprendamos verdaderamente la vacuidad de todos los fenómenos, veremos las cosas como son sin apego ni aversión por ellas.

⁵ *Un yo sustancial significa un yo que es permanente y puede existir independiente de los demás.*

Cuando nos liberamos de todo apego, se calma cualquier agitación que podamos sentir. Si podemos aceptar lo que la vida trae con ecuanimidad, entonces habremos alcanzado el estado tranquilo y sereno del nirvana.

3. Para experimentar el nirvana, debemos basar nuestro cuerpo y mente en el triple entrenamiento: moralidad, concentración meditativa y sabiduría. Debemos usar los cuatro medios para conquistar a las personas: dar, palabras amables, el altruismo y la empatía, como medios hábiles para enseñar el Dharma. Además, debemos integrar las seis perfecciones en todos los aspectos de nuestra vida diaria para que podamos permanecer vigilantes de nuestras mentes y continuamente abrir nuestros ojos a nuestros propios engaños.

Cuando escuchamos cómo otros han entrado en el nirvana, podemos sentir que no estamos a la altura. Esta actitud derrotista es también una forma de fijación y es una visión errónea. El Buda nos enseña que con un esfuerzo diligente, todos podemos iluminarnos. De hecho, necesitamos saber que entrar en el nirvana no tiene nada que ver con la edad que tengamos, lo inteligentes que seamos o cuánto tiempo hemos practicado.

Aprendemos de los sutras que las personas de cualquier edad pueden entrar en el nirvana. Subhadra, el último converso del Buda, tenía ciento veinte años cuando alcanzó el nirvana. En el otro extremo del espectro, Sramanera Kunti, un discípulo de Sariputra, tenía solo siete años cuando alcanzó el nirvana.

Si podemos entrar en el nirvana o no, depende de nuestra madurez espiritual y no de nuestra edad cronológica.

De los sutras aprendemos que la realización del nirvana es independiente de lo inteligentes que seamos, pero depende de si podemos o no descubrir nuestra naturaleza búdica innata. Este proceso de descubrimiento no requiere un cierto nivel de educación o capacidad

intelectual. Entre los discípulos del Buda, tanto el sabio Sariputra como el lento Ksudrapanthaka alcanzaron el nirvana.

Cuando prometemos emprender el camino hacia la Budeidad, debemos tener la confianza de que el nirvana está, en última instancia, a nuestro alcance. Mientras estemos totalmente comprometidos con la práctica del Dharma, algún día veremos a través de nuestros engaños y alcanzaremos la Budeidad.

Darse cuenta del nirvana también es independiente de cuánto tiempo hayamos practicado. La sinceridad de la práctica es un factor mucho más importante. Entre los cinco hombres a los que el Buda expuso el Dharma poco después de alcanzar la iluminación, Kaundinya alcanzó el nirvana después de unos días. Ksudrapanthaka, que tardó en aprender, alcanzó el nirvana después de veinte días de esfuerzo diligente. Upali alcanzó el nirvana mientras afeitaba el cabello del Buda. En cuanto a Ananda, tenía la responsabilidad de atender al Buda, y esto le impidió alcanzar la iluminación hasta que el Buda ya había entrado en el parinirvana.

De los muchos ejemplos de aquellos que han alcanzado el nirvana, podemos ver que la realización del nirvana es independiente de factores o circunstancias externas.

El *Sutra del Adorno Floral* enfatiza que el nirvana se alcanza mediante la eliminación de los engaños internos y no mediante la culminación de factores externos.

IV. EL REINO DEL NIRVANA

Nirvana es la liberación total del sufrimiento. Aquellos que han alcanzado el nirvana experimentan una alegría incomparable que fluye desde adentro. Incluso la forma en que los iluminados se comportan refleja la serenidad interna. Simplemente por estar en su presencia, otros también pueden compartir esta felicidad ilimitada. De los sutras, aprendemos que cuando Maudgalyayana vio al recientemente iluminado Sariputra, quedó

impresionado por su radiancia y porte. Preguntó: *"Sariputra, te ves excepcionalmente puro, como un loto recién florecido, digno como el cálido sol y pacífico como una suave brisa. ¿Has encontrado la manera de salir del ciclo del renacimiento?"* Sariputra sonrió suavemente y asintió con la cabeza.

Muchos años después, cuando Sariputra entró en el parinirvana, su alumno Kunti estaba desconsolado. Con lágrimas fluyendo y mojando su nariz, tomó el montón de huesos de su maestro y fue a ver al Buda. El Buda lo consoló diciendo: *"Ahora que tu maestro ha entrado en el parinirvana, ¿crees que su virtud de concentración meditativa y su profunda sabiduría también han desaparecido con su fallecimiento?"*

Kunti respondió: *"No"*.

"Así es. Si bien tu maestro ahora es libre de todos los sufrimientos, su virtud vive para siempre, no hay motivo para llorar."

Cuando Kunti escuchó esto, inmediatamente entendió lo que el Buda le estaba enseñando. Vio el vivir y el morir bajo una luz totalmente diferente. Lo importante no es el cuerpo físico, porque el cuerpo representa la acumulación de karma, y como tal vive y muere. Lo importante es el ser de la iluminación, sin causa y atemporal, iluminando la oscuridad que envuelve a los seres sintientes engañados.

Los sutras también hablan del intrépido estado de nirvana. Había una vez un bhiksuni que fue mordido por una serpiente venenosa mientras meditaba en una cueva. Cuando sus discípulos vieron lo que sucedió, su primera reacción fue buscar ayuda médica. El bhiksuni les dijo con calma. *"No es necesario buscar ayuda. El veneno ahora se ha extendido por todo mi cuerpo. ¿Podrías ir y pedirle a Sariputra que venga aquí para que pueda hablar con él antes de morir?"*.

Cuando llegó Sariputra, se sorprendió mucho al encontrar al bhiksuni tan bien como siempre. Dijo: *"Pareces estar lleno de salud, para nada como alguien que está a punto de morir. ¿Estás seguro de que te mordió una serpiente venenosa?"*

Respondió el bhiksuni. *"He estado contemplado el vacío y he encontrado la paz en el nirvana. Las serpientes solo pueden dañar mi cuerpo, pero no puede perturbar la serenidad del nirvana"*.

Los Avadanas hablan del nirvana como la máxima felicidad. Aquellos que no pueden comprender el significado del nirvana, piensan que la dicha del nirvana proviene de la supresión de todos los deseos. Este es un grave malentendido, como lo ilustra la conversación entre el rey Milinda y el monje Nagasena. El rey preguntó: *"El Buda nos enseña que, para realizar el nirvana, debemos dejar de lado los placeres sensoriales. Esto es muy difícil de hacer y me causa un gran dolor. ¿Cuál es el punto de alcanzar el nirvana si quita toda la alegría de vivir?"*

Respondió Nagasena. *"Es incorrecto equiparar el nirvana con el dolor de la abstinencia. Cuando el Buda nos enseña a abstenernos de la complacencia, esto es solo un medio para un fin. Cuando uno quiere aprender una habilidad, primero tiene que practicar dolorosamente los conceptos básicos de esa habilidad antes de que uno pueda sobresalir en ella"*.

Nirvana es la liberación total del sufrimiento. Cuando dejamos ir todo apego y aversión, vivimos en armonía con todo lo que está condicionado y al hacerlo calmamos la agitación que viene con el deseo. El reino del nirvana no surge, no permanece, sin apego al yo fenoménico y sin mancha.

En el nirvana, no hay surgimiento y, en consecuencia, no hay cesación ni impermanencia. No solo no hay surgimiento de fenómenos mundanos, tampoco hay surgimiento con respecto a la noción de nirvana en sí. Es el reino de la verdad absoluta del Camino Medio, sin la dualidad del yo versus el medio ambiente o la pureza versus el engaño. La siguiente historia ilustra cómo a menudo hacemos algo de la nada. Una vez había un comerciante que llevaba un carrito de mercancías al mercado. En el camino, su carro cayó en una zanja y no pudo sacar el carro por mucho que lo intentara. Un transeúnte se ofreció a ayudar, y entre los dos lograron volver a poner el carro en la carretera.

El transeúnte le preguntó al comerciante: *"Ahora que te he ayudado a sacar el carro de la zanja, ¿cómo me lo vas a agradecer?"*

El comerciante respondió: *"No hay nada que pueda darte para mostrarle mi gratitud"*.

"Bien, dame esa nada", dijo el transeúnte. El comerciante estaba en un dilema y dijo: *"¿Cómo puedo darte nada?"*

"Estoy seguro de que puedes encontrar esta "nada" para darme". De la palabra "nada", la noción de "algo surge en el transeúnte".

Como el reino del nirvana no surge, de ello se deduce que también es impermanente, incluso sobre la noción de nirvana. En el nirvana, uno no mora en nada, porque el ser de uno está ahora en la totalidad del universo, en todos los reinos del dharma, en la naturaleza de Buda, en la inmensidad del espacio, así como en la pureza del corazón y la mente.

En el nirvana, no hay apego al yo fenomenal. Para realizar el nirvana, primero hay que ver que este ser al que llamamos yo no es más que la acumulación de karma y, como tal, es impermanente y no existe independientemente de los demás. Una vez que nos libramos de esta fijación que tenemos con nosotros mismos, entonces podemos experimentar la gran liberación del altruismo. Desde el altruismo, podemos encontrar nuestro verdadero yo. Este verdadero yo es nuestra naturaleza eterna de Buda. De los sutras aprendemos de un cierto intercambio entre el Buda y un escéptico que quería poner a prueba al Buda. El escéptico preguntó: *"Honrado por el mundo, me gusta todo lo que has dicho hasta ahora, excepto la parte sobre el desinterés. Es un concepto demasiado aterrador para que lo acepte"*. El Buda respondió: *"Pero dentro del desinterés, encontrarás un verdadero yo"*. El verdadero yo al que el Buda se refería, por supuesto, es nuestra naturaleza búdica. Cuando nos damos cuenta de nuestra propia naturaleza búdica, nos despojamos del engaño de ver el cuerpo físico como algo permanente y que existe de manera independiente. Cuando vemos la naturaleza búdica como nuestro

verdadero yo, somos como una pieza de oro que recupera su brillo después de la purificación.

Nirvana no tiene tacha y es maravilloso y perfecto. La serenidad y la alegría que se experimentan en el nirvana no son algo que pueda describirse con palabras. Dicho esto, también es algo que todos podemos experimentar, y está disponible para nosotros en todo momento. Una vez hubo un bhiksu que estaba meditando cuando pasó un practicante de una tradición diferente. Le preguntó al bhiksu. "*¿Estás sentado aquí cultivando la felicidad en tu próxima vida?*" El bhiksu respondió: "*No, estoy cultivando la felicidad para esta vida, aquí y ahora*". A partir de esto, podemos ver que el nirvana no es algo que solo pueda experimentarse después de la muerte. El instante en que extinguimos el fuego del engaño, es el que instantáneamente experimentamos en el nirvana.

EL GHATA DE LA TRANSFERENCIA DEL MÉRITO

*Que la generosidad, compasión,
alegría y ecuanimidad
impregnen todo el universo;*

*Que valoremos las bendiciones, creemos lazos,
que beneficien al cielo y a la tierra.*

*Practiquemos Ch'an con pureza,
sigamos los preceptos,
aceptemos todo serenamente;*

*Hagamos los grandes votos
con humildad y gratitud.*



Venerable Maestro Hsing Yun

NIRVANA

Budismo en cada paso

B6