

Desprenderse de los cuatro apegos

Desprenderse de los Cuatro Apegos | Maestros tibetanos > Jetsün Drakpa Gyaltsen



Jetsün Drakpa Gyaltsen
Courtesy of Himalayan Art Resources

Desprenderse de los cuatro apegos, de Jetsün Drakpa Gyaltsen

Homenaje

Oh maestro, con tu bondad,
oh deidad yidam, con tu compasión,
desde lo más profundo de mi corazón, en vosotros me refugio:
¡concededme vuestras bendiciones, os lo ruego!

La promesa de escribir

Es necesario poner fin a los comportamientos contrarios al Dharma.
Por tanto, para poder practicar el Dharma correctamente,
he aquí la instrucción para «Desprenderse de los Cuatro Apegos»,
que ahora ofreceré a tus oídos:

«Si tienes apego a esta vida, no eres un verdadero practicante espiritual;
si tienes apego al samsara, no tienes renuncia;
si tienes apego a tu interés propio, no tienes Bodhichitta;
si hay aferramiento, no tienes la Visión.»

1. Abandonar el apego a esta vida

El primer paso es *abandonar el apego a esta vida*:
La disciplina, el estudio, la reflexión y la meditación
practicadas pensando solamente en esta vida,
¡abandónalas, puesto que no son el Dharma!

Para empezar, practicar la *disciplina* es poseer
la causa para alcanzar los reinos superiores,
la escalera que conduce a la liberación
y el remedio que elimina el sufrimiento.
Sin disciplina, nada se puede lograr;
pero si la observas por apego a esta vida,
tendrás la causa raíz de las ocho preocupaciones mundanas:
criticarás a los que tienen mala conducta,
tendrás envidia de los que llevan una verdadera disciplina,
tu disciplina se convertirá en mera hipocresía
y sembrará las semillas para renacer en los reinos inferiores.
¡Abandona, pues, esta disciplina falsa y artificial!

Una persona que se dedica al *estudio y la reflexión*
goza de la riqueza de adquirir toda clase de conocimientos,
sostiene una antorcha que disipa la ignorancia,
conoce el camino por el cual guiar a los seres vivientes
y posee la semilla del Dharmakaya.
El estudio y la contemplación son, por tanto, indispensables.
Pero quienes los practican por apego a esta vida
obtienen, en cambio, la riqueza del orgullo y la arrogancia,
el desdén por los que no tienen tal conocimiento y contemplación
y envidian a los que logran el estudio y la reflexión genuinos.
Buscando siempre más discípulos y riquezas,
se han adueñado de la causa raíz para renacer en los reinos inferiores.
¡Abandona, pues, el estudio y la reflexión motivados por las ocho
preocupaciones mundanas!

Aquellos que se entrenan en la *meditación*
poseen el remedio que cura las emociones negativas,
el fundamento para lograr el camino a la liberación,
la riqueza de la comprensión profunda del estado natural

y la semilla para alcanzar la budeidad.
La meditación es, por tanto, indispensable.
Pero los que meditan pensando solo en esta vida encuentran ajetreo y diversión incluso en la soledad, su práctica de recitación se convierte en cháchara sin sentido, desdeñan a quiénes verdaderamente estudian y reflexionan, tienen envidia de los demás meditadores y su propia práctica es pura distracción.
¡Abandona, pues, la meditación basada en las ocho preocupaciones mundanas!

2. Abandonar el apego al samsara

Para alcanzar el nirvana, el estado más allá de todo sufrimiento, abandona el apego a los tres reinos del samsara; y para *abandonar el apego a los tres reinos*, reflexiona sobre los defectos de la existencia samsárica: Primero está el *sufrimiento del sufrimiento*, que es el sufrimiento de los tres reinos inferiores. Contéplalo profundamente y se te pondrá la piel de gallina; si cae sobre ti, será más de lo que puedas soportar. Pero al no practicar la virtud de la contención, sigues arando los campos de los reinos inferiores: ¡que terrible será, allí donde te encuentres!

Contempla el *sufrimiento del cambio* y como puedes caer de los reinos superiores a los inferiores; como Indra, el rey de los dioses, puede renacer como un simple mortal, el Sol y la Luna se pueden ensombrecer y el emperador del mundo entero puede renacer como un humilde sirviente. Puedes confiar en estos ejemplos, porque se encuentran en las escrituras, pero son difíciles de comprender para los seres comunes. Mira pues, con tus propios ojos, los cambios que se producen en los seres humanos: los ricos se convierten en mendigos, los poderosos se vuelven débiles, de muchas personas solo sobrevive una... y así sucesivamente, hasta límites inimaginables.

Contempla ahora el *sufrimiento de lo condicionado*: observa como nunca se acaban las cosas por hacer; los muchos sufren y los pocos también padecen, sufren los ricos y los hambrientos también.

Dedicamos toda nuestra vida a prepararnos,
y en medio de los preparativos se nos lleva la muerte.
Y ni siquiera en la muerte dejamos de prepararnos:
¡una vez más nos preparamos para la siguiente vida!
¡Qué perversidad es aferrarse una y otra vez
a este cúmulo de miserias que es el samsara!
Cuando nos liberamos de estos aferramientos, hallamos el nirvana,
y en el nirvana logramos la felicidad duradera.
¡Canto mi realización, libre de apego a esta vida y al samsara!

3. Abandonar el apego a nuestro interés propio

Pero liberarme solo a mí no traerá ningún beneficio,
porque los seres sensibles de los tres reinos son todos mis padres y
madres.
¡Que horrible es abandonar a mis padres en este terrible sufrimiento,
anhelando y buscando únicamente mi propia felicidad!
Así pues, ¡que todo el sufrimiento de los tres reinos madure sobre mí,
que mis méritos beneficien a todos los seres sensibles
y por las bendiciones de estos méritos,
que todos los seres alcancen la budeidad!

4. Abandonar el apego a la existencia propia

Aun así, por mucho que progrese en el Dharma,
mientras exista el aferramiento a un «yo», no hay libertad.
Para explicarlo con más detalle:
Si te aferras a la existencia, no hay liberación;
si te aferras a la no existencia, no hay renacimiento en los reinos
superiores;
y si te aferras a los dos, eres simplemente ignorante.
¡Haz, por tanto, todo lo que puedas por permanecer en la no dualidad!
Todas las cosas y los sucesos son del dominio de la mente;
así pues, no busques al creador de los cuatro elementos
ni en la simple casualidad, ni en un dios todopoderoso:
¡haz todo lo que puedas por descansar en la naturaleza más íntima de la
mente!
La naturaleza de las apariencias es como una ilusión mágica,
y la forma en que surgen es por medio de la interdependencia:
así es la realidad de las cosas, que no puede ser expresada con
palabras.
¡Haz, por tanto, todo lo que puedas por descansar en un estado más allá
de toda expresión!

Por el mérito de la virtud
de explicar el «Desprenderse de los Cuatro Apegos»,
¡que las siete clases de seres vivientes
sean conducidas al estado de la perfecta budeidad!

*Esta instrucción sobre Desprenderse de los Cuatro Apegos fue escrita en
el glorioso monasterio Sakya por el yogui Drakpa Gyaltzen.*

| Traducido al inglés por Adam Pearcey, 2011.

| Traducción al español por Roger Espel Llima, 2012.