

Extracto *Del Sello Real del Mahamudra, Volumen Uno*, por el Tercer Khamtrul Rinpoche Ngawang Kunga Tenzin, traducido por Gerardo Abboud, ©2014 por Gerardo Abboud. Reimpreso por acuerdo con Shambhala Publications, Inc., Boulder, CO.
www.shambhala.com

Disponible para comprarlo [aquí](#).

En particular, Yeshe Tsogyal preguntó a Padmasambhava, “¿Cuál es la medida del mérito y las cualidades de un yogui que medita sin modificar?” El Maestro respondió, “El mérito de un instante de meditación no puede medirse”. Como Shri Singha dijo:

El inmenso mérito de ofrecer
nuestro propio cuerpo a todos los seres,
Tan numerosos como los granos de arena en el Ganges,
Ni siquiera se acerca a ello una fracción de segundo de meditación.
Salvar la vida de los seres,
Tan numerosos como granos de arena en el Ganges,
No se compara con una cienmilésima parte de la meditación unipuntual. Llenar el
sistema de mil millones de mundos
Con estupas preciosas generaría mérito;
Pero ni siquiera esto se acercaría a una fracción de meditación.
La virtuosa raíz de dar a todos los seres
Muchos montones de joyas
No se acerca al mérito de una fracción de samadhi.
El mérito de la meditación es inconmensurable.

Yeshe Tsogyal también preguntó al Maestro, “Suponiendo que hay un yogui que practica dicha meditación, pero en el que la realización aún no ha surgido. Si muere mientras está meditando, ¿cómo renacerá?” El Maestro respondió, “Aquel que estaba meditando genuinamente con renuncia renacerá como humano, y en esa vida obtendrá un estado desde el que no volverá a caer en el samsara. Si hubiera surgido una experiencia meditativa y muriera sin vacilar de ella, renacerá teniendo la naturaleza de un dios, y a través de ese nacimiento, despertará a la budeidad. Aquel que ha alcanzado una experiencia y realización extremadamente estables, conquista el samadhi en el bardo de la existencia y se convierte en un buda.”

Debemos desarrollar el sentido de la alegría. En comparación con la mayoría de los seres de los tres reinos que habitan en las oscuras regiones samsáricas, aquellos que han sido siquiera meramente tocados por los rayos de luz del sagrado Dharma son extremadamente escasos. Tomándonos a nosotros mismos como ejemplo, hasta ahora hemos renacido en el samsara en innumerables formas; sin embargo, hemos vivido todas estas vidas engañados por ruinosas malas acciones, dedicándonos exclusivamente a fútiles acciones negativas mundanas. Olvídate de entrar por la puerta del sagrado Dharma; de hecho, ¡ha sido difícil incluso escuchar el sonido del término "sagrado Dharma"!

Sin embargo, en este momento estamos libres de los tormentos de los reinos miserables, y no hemos nacido en una tierra primitiva carente de oportunidades para conectar con el Dharma. En general, tal encuentro con el sagrado Dharma es de la mayor fortuna. Hoy en día, la mayoría de la gente alaba a los poderosos y ricos del mundo, diciendo que son admirables, pero nuestro caso es diferente. Su fortuna es algo extremadamente vil e

inútil. Su riqueza es una riqueza de ensueño, y su poder es un poder de ensueño. Mientras sueña, uno puede ser el señor de todos los reyes en el mundo pero, de hecho, no es así para nada—en un instante el sueño de desvanecerá sin dejar rastro. De la misma forma, como queda ilustrado por este ejemplo, la buena fortuna de esta vida no puede permanecer para siempre; como es impermanente por naturaleza, carece de significado.

El Dharma es nuestro protector en esta vida, el refugio que nos guiará en nuestra próxima vida y la riqueza que siempre nos beneficiará en nuestras vidas venideras. Para nosotros, haber encontrado el sagrado Dharma es más afortunado que si hubiéramos alcanzado el estado de emperador del mundo, que no sería más que un beneficio temporal sólo para esta vida. Comparándonos con las seis clases de seres del samsara, desdichados y sin oportunidades de descubrir el Dharma, nuestro destino es excepcionalmente mejor. Sobre todo, nos hemos encontrado con un significado verdadero tan profundo, la savia del sagrado Dharma, cuya audición basta y cuya meditación libera. ¡Esta es una fortuna mayor que la más alta fortuna! ¡Es un destino extremadamente bueno!

Comparémonos con todos los seres de los tres reinos del samsara, que están condenados sin el Dharma. Aunque no podamos practicar este camino del verdadero significado, el simple hecho de haber escuchado el sonido de estas enseñanzas, haber entrado en el camino y, de alguna manera, estar recorriendo a medias el camino del Buda es muy significativo. Este camino de profundo significado verdadero es el vehículo definitivo, el camino común recorrido por todos los budas, y el principal atajo secreto hacia la iluminación perfecta. Por lo tanto, entre todos los caminos hacia la iluminación, éste es el camino que todo lo abarca y que madura rápidamente la iluminación perfecta dentro de ti.

Además, descansar la mente equilibradamente practicando este samadhi es el corazón y la raíz de todas las enseñanzas y tiene inmensos beneficios. Descansar en equilibrio en presencia de la consciencia del autoconocimiento durante una sesión, o incluso durante la duración de un chasquido de dedos, tiene un mérito ilimitado e inconmensurable. Es más beneficioso que hacer ofrendas a los budas de los tres tiempos durante muchos eones. Tiene más mérito que hacer ofrendas a todos los seres de los tres mundos durante muchos eones. Es más productivo que recitar oraciones durante varios años. Tiene más fuerza que realizar prácticas como la visualización durante mucho tiempo. Por lo tanto, es una gran suerte para nosotros tener ahora esta oportunidad de meditar.

Reflexionemos sobre la siguiente analogía: si una persona pobre encontrara un gran tesoro, se llevaría una grata sorpresa y, a partir de entonces, se aliviaría del sufrimiento de la pobreza. Del mismo modo, después de haber estado angustiados en el pasado por muchos tipos de sufrimientos en el samsara, ahora nos hemos encontrado con este profundo Dharma sagrado que puede eliminar las miserias del samsara. A partir de ahora, el samsara llegará a su fin, lo que nos proporcionará una alegría inconmensurable y una felicidad sin parangón.

En la actualidad, parece que ni entendemos el Dharma ni conocemos las prácticas preliminares o principales. No sabemos cómo mirar la mente. Incluso si conseguimos mirar, no la reconocemos. Ponemos la mente en reposo, pero no se queda quieta; sigue arremolinándose. Intentamos tener claridad, pero no la hay; en su lugar hay una oscura

opacidad. Intentamos ser conscientes, pero no lo somos y no nos damos cuenta de adónde ha ido la mente. Como resultado, no entendemos el Dharma ni sabemos cómo aplicarlo; la meditación no tiene lugar y la mente no se reconoce. Es posible que te sientas algo triste, deprimido, frustrado o desanimado, y que pienses: "¿Qué es lo mejor para mí ahora?". Pero no hay necesidad de sentirse así. Hasta ahora, como no has tenido el hábito de meditar, no estás muy acostumbrado a ello; así que, ¿cómo esperas que, desde el principio, te resulte fácil o que pueda suceder sin más? Aunque los resultados no lleguen enseguida, no hay por qué frustrarse. Lo mejor es que tu mente mantenga la compostura. Pero incluso si ese no es el caso, sentarse teniendo la sensación de que la mente está en compostura no sería en vano o sin sentido. Tener este mismo sentimiento hacia el verdadero significado es mejor que cualquier otra acción virtuosa física o verbal. Puesto que el beneficio y el mérito de meditar en samadhi durante una sesión, o incluso durante sólo un momento, están más allá de toda medida, nuestras tres puertas son domadas desde sus profundidades.

Puede que ahora mismo la meditación no haya surgido en ti, y puede que no sepas cómo sostener la naturaleza de la mente; sin embargo, el mero hecho de contemplar la mente sigue siendo muy significativo. Otras prácticas del Dharma son acciones virtuosas condicionadas enfocadas hacia el exterior. En este caso, te estás enfocando interiormente hacia tu mente, la creadora del samsara y del nirvana. El mero hecho de tener la intención de hacer esto es muy significativo; es un punto clave profundo con un gran propósito. Se dice que el mérito de dar aunque sólo sea uno o dos pasos con la intención de ir a practicar la concentración o samadhi es ilimitado. Observar la mente tiene la capacidad de limpiar instantáneamente todas las malas acciones, oscurecimientos y propensiones. A través de esta observación recibes las bendiciones de todos los budas, tu ser se beneficia, completas todas las acumulaciones completando una, haces que todos los caminos converjan en uno, y alcanzas plenamente todos los resultados. Por lo tanto, incluso limitarse a mirar esta mente y conocer la importancia de hacerlo es mejor y más útil que cualquier otra práctica. Puede que no sepas nada más, pero pensar "debo mirar la mente" también es muy significativo.

Piensa que para nosotros habernos encontrado con un Dharma tan profundo y tener la oportunidad de meditar es una gran fortuna inigualable e incomparable. Reflexionando así, genera una alegre determinación de corazón. En este momento, incluso antes de empezar a observar la mente, siéntete alegre y elevado. Más tarde, puedes pasar por cosas como no saber cómo mirar la mente o no encontrar nada que mirar, pero debes consolarte en lugar de deprimirte. Puede parecer que no confías en ti mismo para reposar la mente en compostura; sin embargo, considerando que es un gran objetivo, no te vuelvas flojo ni pierdas el deseo de mantener la práctica. Pensando que es suficiente cultivar la determinación de sostener la naturaleza de la mente, siéntete confiado. Alegre y con la inclinación de sostener precisamente esta mente absoluta, no te impacientes.