

El método directo e inequívoco de purificarse de y protegerse a sí mismo contra las causas de problemas como el Cáncer, SIDA, depresión, relaciones difíciles, terremotos, problemas económicos, etc., y de traer felicidad a todos los seres.

La práctica y beneficios de los ocho preceptos Mahayana

Comentarios por Trijang Dorje Chang y Gueshe Lamrimpa

Reunidos y traducidos por
Lama Thubten Zopa Rimpoché

Nota: la toma de preceptos sólo puede hacerse por primera vez con un maestro cualificado. Seguir los 8 preceptos causa buen karma, pero romperlos causa mal karma.

Prólogo

Aquellos que deseen lograr sus propios objetivos y el de los demás deben encontrar la felicidad. Pero si no abandonáis el dañar a los demás nunca podréis encontrar la felicidad: el dañar a los demás es dañarse a sí mismo.

Cualquier cosa que hacéis, lo hacéis con el fin de ser felices, pero en realidad [tales] acciones negativas crean la causa para que sufráis; de este modo os dañáis a vosotros mismos y a los demás y no hay ningún beneficio, fuere el que fuere. Los ocho abandonos explicados aquí (matar, etc.), malos deseos hacia los demás y las diez no-virtudes, que dañan a los demás ya sea directa o indirectamente, son todas ellas acciones negativas y no traen absolutamente ninguna felicidad, solo sufrimiento.

Existen tres maneras para que los seres realicen la forma en que existen los fenómenos. Algunos fenómenos pueden ser realizados a través de la percepción verdadera, algunos a través de una cognición inferencial válida (por ej.: realizar la presencia de fuego al ver humo), y otros a través de la dependencia en citas válidas en las que uno tiene fe.

Con respecto al karma, las acciones positivas causan felicidad y las acciones negativas sufrimiento. Por ejemplo, en esta vida habéis recibido el cuerpo de un ser migratorio feliz gracias a haber practicado moralidad en el pasado. Ya que no tenéis ni omnisciencia ni clarividencia, la única manera de realizar el karma es depender de las citas del Omnisciente, de la misma manera en que creéis en hechos históricos en dependencia al conocimiento y las explicaciones de historiadores actuales y del pasado.

Si dañáis a los demás podéis sentir os culpables en esta vida. Incluso si no os sentís culpables, el dañar a los demás causa el que tengáis muchos enemigos y no trae ni felicidad ni relajación a vuestra mente; en realidad os hace inseguros y miedosos. Esto puede verse examinando las experiencias de personas que han hecho estas acciones negativas. El cáncer y el SIDA, por ejemplo, son resultados de karma negativo. Observando el resultado de las acciones no-virtuosas podéis desarrollar una comprensión definitiva de cuan loable es el abandonarlas. Este es el cimiento de toda felicidad.

Los demás no quieren que los dañéis; todo lo que ellos quieren es beneficio y felicidad, de la misma manera que vosotros no deseáis ningún daño de ellos, solo beneficio. Sois completamente responsables de la obtención de felicidad para todos los seres sintientes. Haciendo un voto y abandonando el dañarles a través del matar, etc., los demás seres innumerables detienen el ser dañados

por vosotros y en su lugar reciben paz. De esta manera os convertís en completamente responsables de la felicidad de todos los seres sintientes.

Por lo tanto, practicar el Método Mahayana con ocho ramas de Purificar y Regenerar es el supremo método de evitar dañar y obtener felicidad y beneficio para todos los seres sintientes. Es fácil de hacer y posee innumerable beneficio. Con esta practica fundamental de moralidad - abstenerse de dañar a los demás - podéis ayudar a afectar la paz mundial.

No importa cuantos encuentros se lleven a cabo en nombre de la paz mundial, no habrás ningún beneficio hasta que la gente empieza a abstenerse de dañar a los demás. Mantener los preceptos Mahayana por un día, incluso por una hora, y proteger de este modo vuestra mente de los perturbadores pensamientos negativos se convierte en una contribución a la paz - no solo para los seres humanos de este mundo sino también para todos los seres sintientes. Así que mientras tengáis este precioso renacimiento humano, es muy esencial hacer vuestra vida tan significativa como sea posible y no engañaros a vosotros mismos.

He orado para que aquellos que lean incluso esta enseñanza, más aun aquellos que la practiquen, nunca nazcan en los reinos inferiores, y para que especialmente generen la bodhicitta y logren rápidamente la iluminación.

ORACIÓN DEL TRADUCTOR

Para beneficio de todas las madres seres sintientes pueda yo realizar este libro. Puedan aquellos que lo lean generar el deseo de tomar los Ocho Preceptos Mahayana y, hasta que alcancen la iluminación, puedan ellos estar siempre libres de renacer en los reinos inferiores y nunca sean separados de cualificados maestros Mahayana.

Que a través de que los seres sintientes vean este libro y por la practica de los Ocho Preceptos Mahayana, puedan todas las enfermedades epidémicas, cáncer, SIDA, y todas las demás enfermedades ser curadas; puedan todas las disputas, guerras y hambrunas detenerse inmediatamente; puedan las lluvias caer en el momento adecuado y puedan todas las cosechas ser abundantes; puedan los seres sintientes experimentar todos los disfrutes y una abundancia de todo lo que sea bueno; pueda haber paz en el mundo; y pueda todo el mundo encontrar la felicidad.

Lama Thubten Zopa Rinpoche
Dharamsala 1990

Los beneficios de proteger los Ocho Preceptos Mahayana:
Regenerar los votos rotos y purificar el karma negativo

Los defectos de degenerar los preceptos

Se dice en la enseñanza del Vinaya, *Transmisión Vinaya*, que incluso si uno transgrede la gran palabra del Señor solo unas cuantas veces, uno todavía experimenta malos efectos. Ser no-virtuoso y transgredir las enseñanzas de Buddha conduce a renacer en los reinos animales - como el Naga Elladan.

En tiempos pasados, cuando Buddha Shakyamuni, el Destructor, el Cualificado, el Que ha ido más allá, estaba dando un discurso, Elladan, Rey de los Nagas, cuyo nombre significa "tener ramas del ella", se transformó a sí mismo en un rey girador de la rueda (del dharma) para escuchar. Sabiendo quien estaba sentado frente a él, el Buddha dijo, "Tú dañaste las enseñanzas del Buddha Kasyapa [el Buddha anterior]; ¿vas a dañar ahora también mis enseñanzas?. Por favor escucha las enseñanzas en tu forma verdadera".

Al día siguiente, una inmensa serpiente con un cuerpo enorme parecido a un árbol *elladub* llegó al discurso. Cuando el viento sopló a través de las ramas del árbol causo un intenso dolor dentro del cerebro de la serpiente. La serpiente era tan inmensa que cuando su cabeza había alcanzado a Buddha su cola todavía estaba abandonando el pueblo de Dorjun. Los demás discípulos estaban aterrorizados y empezaron a correr, pero Buddha dijo, "No tenéis por que tener miedo. Esta serpiente es la misma persona que apareció aquí ayer en la forma de un rey girador de la rueda (del dharma)". Preguntaron a Buddha que es lo que había causado el que el rey naga hubiera nacido con tal cuerpo monstruoso. Buddha explicó que una vez, durante el tiempo del Buddha Kasyapa, el rey naga había sido un monje plenamente ordenado quien mientras circunvalaba un árbol *elladub* golpeo su cabeza contra una rama y se enfadó. Esta perturbación debilito su precepto [de abstenerse de la destrucción innecesaria de plantas] y podo las ramas del árbol. Esta fue la acción que causo su renacimiento actual.

Reflexionando sobre los defectos de romper incluso este pequeño precepto, nosotros debemos proteger nuestros votos apropiadamente.

LOS BENEFICIOS REALES DE PROTEGER LOS PRECEPTOS

Los beneficios específicos de proteger las ocho ramas de la Ordenación Regeneradora y Purificadora

Los beneficios de abandonar el quitar la vida: en esta vida y en todas las vidas futuras la propia vida será larga, magnífica y libre de enfermedades.

Los beneficios de abandonar el coger los que no se nos da: en esta vida y en todas las vidas futuras uno tendrá disfrutes perfectos (riqueza) y los demás no le dañarán.

Los beneficios de abandonar el acto sexual: en esta vida y en todas las vidas futuras uno tendrá un buen cuerpo con una complexión hermosa y órganos de los sentidos completos.

Los beneficios de abandonar las mentiras: en esta vida y en todas las vidas futuras uno no será engañado y los demás harán caso de lo que uno diga.

Los beneficios de abandonar los intoxicantes (incluyendo el alcohol, los cigarrillos y demás drogas alteradoras de la mente - toda substancia que afloje la reserva voluntaria): en esta vida y en todas las vidas futuras uno tendrá una consciencia estable, sentidos claros y perfecta sabiduría.

Los beneficios de abandonar camas y tronos altos y grandes: en esta vida y en todas las vidas futuras uno recibirá alabanza y respeto de los demás, y tendrá un lecho apropiado (suave, cálido, cualquier cosa necesaria) y vehículos y animales para viajar.

Los beneficios de abandonar la comida en los momentos inapropiados: en esta vida y en todas las vidas futuras uno tendrá perfectas y abundantes cosechas y obtendrá comida y bebida sin esfuerzo.

Los beneficios de abandonar perfumes, ornamentos, etc.: en esta vida y en todas las vidas futuras el propio cuerpo tendrá un olor, color y forma placenteros y muchas marcas auspiciosas.

Los beneficios de abandonar el cantar y el bailar son que en esta vida y en todas las vidas futuras uno tendrá un cuerpo y una mente dominados, y la propia palabra producirá continuamente el sonido del Dharma.

Los beneficios generales de proteger las ocho ramas de la Ordenación Regeneradora y Purificadora

El gran beneficio en dependencia del tiempo. En el *Sutra de la concentración victoriosa*, Buddha dice que si con una mente calmada uno hace ofrecimientos de parasoles, estandartes de la victoria, luz y ornamentos de

joyas a cien billones de buddhas durante eones iguales al número de granos de arena del río Ganges, se adquiere una gran cantidad de mérito. Sin embargo, si durante estos tiempos degenerados, cuando el Santo Dharma, la enseñanza de Aquel que fue hacia el gozo, casi ha cesado, una persona mantiene un solo precepto durante un día y una noche, el mérito adquirido es de mucho mas grande que aquel de hacer muchos ofrecimientos a un incontable numero de buddhas durante tal largo periodo de tiempo.

Por lo tanto, si la Ordenación de Regenerar y Purificar es protegida solamente una vez en nuestra vida, la cantidad de mérito acumulado es igual a la inmensidad del cielo y, mientras uno acumula este mérito, uno logra gradualmente la perfecta felicidad. Comprendiendo esto, uno puede ver cuan afortunado uno es teniendo la oportunidad de tomar la ordenación y cuan significativo es durante estos tiempos difíciles y degenerados. Es como encontrar billones de joyas que conceden los deseos.

Incluso a pesar de que uno no pueda poseer un átomo de una preciosa joya o tenga un único dólar, preservando esta ordenación uno puede lograr tanto la felicidad temporal como la última. La persona que posea suficientes joyas que cumplen los deseos para llenar el cielo pero no preserva ni siquiera una rama de moralidad no puede lograr el renacimiento como humano o dios, no puede practicar el Dharma para lograr cualquiera de los tres grandes propósitos (el más alto renacimiento, la liberación, o la iluminación) y no puede disfrutar de ambientes y disfrutes perfectos.

Grandes beneficios en dependencia del lugar. Si uno practica la virtud pura en los reinos puros durante eones, el mérito acumulado no es tan grande como el acumulado por practicar la virtud en el reino impuro durante la duración de un chasquido de dedos.

Beneficios debidos a la naturaleza de los preceptos. En los sutras Buddha explicó que si la más viciosa de las serpientes, el gran naga negro, no puede dañar a aquellos que viven en perfecta moralidad, entonces no existe ninguna razón de que los demás puedan dañarle.

El monje plenamente ordenado (*gelong*) que vive dentro de la moralidad brilla (con pureza). vivir en moralidad trae paz y felicidad. Así como una persona sin ojos no puede ver formas, una persona sin moralidad no puede lograr la liberación.

Pueden describirse los infinitos beneficios de la moralidad. (La mejor manera de protegerse uno mismo del daño exterior es proteger la ordenación interior).

El beneficio de crear la causa de encontrar las enseñanzas de Buddha Maitreya. Buddha Maitreya prometió que cualquiera que escuche con devoción las enseñanzas de Guru Sakyamuni Buddha y proteja la Ordenación de Regeneración y Protección nacerá entre su séquito como discípulo.

Por lo tanto, si uno quiere llevar a su fin la propia existencia cíclica en el futuro encontrando las enseñanzas de Buddha Maitreya, entonces ahora, mientras uno tiene este precioso cuerpo humano, con sus ocho libertades y diez dotaciones, y ha encontrado las enseñanzas de Buddha y de los maestros Mahayana, es extremadamente loable tomar la ordenación de los Ocho Preceptos Mahayana y proteger bien esos votos.

El beneficio de recibir protección de los dioses. Muchos sutras explican que si uno protege apropiadamente los preceptos, los dioses que le tienen cariño a la virtud le protegerán a uno día y noche.

El beneficio del gran poder. El mérito acumulado por aquel que protege los preceptos es muy poderoso. Una persona viviendo los preceptos que ofrece a la Triple Joya una gota de mantequilla que es capaz de cubrir únicamente la punta de una aguja crea mucho más mérito que alguien que no vive los preceptos que ofrece a la Triple Joya un océano de mantequilla. El mérito acumulado a lo largo de muchos eones por alguien que no vive la Ordenación de Regeneración y Purificación no puede ser comparado al mérito acumulado en tan solo un corto periodo de tiempo por alguien viviendo la ordenación.

El beneficio de obtener, sin duda, cualquier cosa que uno desee. Durante esta época degenerada, aquel que toma los Ocho Preceptos y los guarda puramente recibirá definitivamente cualquier cosa por la que ore.

El beneficio de recibir el buen cuerpo de un humano o un dios. Si uno protege los Ocho Preceptos Mahayana solo una vez, uno logrará los cuerpos especiales de dioses o humanos. Las historias que prueban los beneficios de tales renacimientos son demasiado numerosas para mencionarlas aquí.

El beneficio de ser un objeto para la acumulación de mérito por los demás. Aquel que toma ordenación se convierte en un objeto para la acumulación de mérito por los demás a través de convertirse en un objeto (apropiado) para los ofrecimientos, postraciones, etc. Una serpiente se quemó una vez en un fuego y un monje alivió las quemaduras con agua fría. Como resultado, la serpiente renació posteriormente como humano. El número más alto de preceptos sostenidos por los monjes y monjas son la causa para que los demás creen un mérito más grande y más poderoso al hacer ofrecimientos, etc.

El beneficio de la simplicidad. Los Ocho Preceptos Mahayana tienen la ventaja de ser fáciles de tomar. Se dice en el *Bodhisattvacaryavatara (Una guía al modo de vida del Bodhisattva)* que si mientras soporta las penurias de la recitación durante un largo periodo de tiempo, incluso muchos eones, uno es distraído por otros objetos mientras recita, las recitaciones no traerán ningún beneficio. Para cultivar la virtud a través de la recitación debe haber gran concentración y ningún vagar mental desde el principio pasando por la mitad hasta llegar al final. Sin una concentración apropiada, todas las dificultades nacidas durante la recitación se convierten en insignificantes.

Por otro lado, con los Ocho Preceptos Mahayana uno necesita prestar atención durante solo los pocos minutos que lleva el completar la ceremonia de ordenación; después incluso si la propia mente se distrae, los beneficios de tomar los preceptos no son disminuidos. También, hay menos preceptos que en otras ordenaciones y tienen que ser mantenidos solamente durante un día - un periodo muy corto. Para mí mismo y otros como yo no existe otra practica más fácil que esta. Cuando se hace, tiene gran significado.

El beneficio de la plena iluminación - liberación y omnisciencia. El proteger los Ocho Preceptos Mahayana (también conocidos como los Ocho Votos del día de Ayuno) se convierte en la causa última para lograr la iluminación. En el *Sutra pedido por el Deva*, Buddha Sakyamuni dice: "Goshika, protegiendo los Ocho Preceptos Mahayana en el octavo y quinceavo días [del mes] y durante el mes de las Grandes Acciones Milagrosas de Buddha, uno logra ni más ni menos que la Budeidad.

No hay ninguna duda de que uno recibirá el cuerpo de un dios así como también incomparable iluminación tomando y manteniendo los votos. Además, las cualidades del Cuerpo de la Forma Santa de Buddha, los treinta y dos signos santos y las ochenta ejemplificaciones, son logradas gracias a haber protegido las ocho ramas en el pasado. Buddha Sakyamuni, quien completó el adiestramiento mental en la compasión por todo ser sintiente, no mentiría y puede confiarse en él plenamente - si no por su mente omnisciente, debido entonces a su gran compasión por todo el mundo. Ya que no tenemos la clarividencia para ver el karma y todos sus efectos debemos depender de las explicaciones dadas por Guru Sakyamuni Buddha, el plenamente iluminado, quien posee gran compasión, una mente omnisciente y perfecto poder. Si no podemos confiar en las palabras de tal ser compasivo, plenamente iluminado, ¿en quien podemos confiar entonces para que nos ayude a completar el desarrollo interno de nuestras mentes?.

En el *Sutra Pedido por Kundu Sanring*, se le preguntó al amable y compasivo Buddha, "¿Qué karma anterior acumulaste tú, el Destructor, el Cualificado, Aquel que ha ido mas allá, con el fin de lograr el Cuerpo Santo Vajra, el Cuerpo de Buddha que posee todas las cualidades incluida la inconcebible *ushnisha*?".

El Destructor, el Cualificado, Aquel que ha ido mas allá respondió, "Esto es el resultado de haber practicado en vidas pasadas la moralidad de abandonar el matar a través de pacificar las aflicciones mentales que me causaría el acortar la vida de los demás".

"¿Por qué tienen las manos de Buddha ruedas doradas de mil radios y largos dedos con redes de luz?".

"Este es el beneficio de haber practicado en vidas pasadas la moralidad de abandonar el tomar aquello que no es ofrecido".

"¿Por qué tiene Buddha los sentidos completos y un cuerpo plenamente desarrollado?".

"Este es el resultado de haber practicado en vidas pasadas la moralidad de abandonar la conducta sexual errónea, la cual es causada por aflicciones mentales".

"¿Por qué tiene Buddha una lengua que cubre la totalidad del mandala y una Palabra Santa tan dulce y encantadora, como el dulce sonido de Brahma?".

"Este es el resultado de haber practicado en vidas pasadas la moralidad de abandonar el alcohol, el cual convierte a los intoxicados en descuidados".

"¿Por qué tiene Buddha cuarenta dientes completos, iguales y blancos, y por qué experimenta él los mas altos y mejores sabores en la comida?".

"Este es el resultado de haber practicado en vidas pasadas la moralidad de abandonar el comer en momentos inapropiados, motivado por aflicciones mentales.

"¿Por qué esta el cuerpo de Buddha impregnado por el fragante aroma de la moralidad?".

"Este es el resultado de haber practicado en vidas pasadas la moralidad de abandonar los perfumes y colores (maquillaje), agotado de aflicciones mentales".

"¿Por qué está el Cuerpo Santo de Buddha adornado con signos santos?".

"Este es el resultado de haber practicado en vidas pasadas la moralidad de abandonar cantar, bailar y llevar ornamentos por aflicción mental".

"¿Por qué Buddha disfruta de los tres asientos del Dharma (loto y discos solar y lunar)?".

"Este es el resultado de haber practicado en vidas pasadas la moralidad de abandonar el uso de grandes y altos tronos y camas a través de la aflicción mental".

"¿Por qué Buddha posee completos y claros sentidos y por qué nunca es saciado el disfrute de uno al ver el Santo Cuerpo de Buddha?".

"Este es el resultado de haber practicado en vidas pasadas la moralidad de abandonar el decir mentiras por aflicción mental".

"¿Por qué posee una inconcebiblemente alta *ushnisha*?".

"Esto es el resultado de haber tocado el suelo en vidas pasadas con las cinco partes del cuerpo (los cuatro miembros y la cabeza) en postración y haber hecho ofrecimientos al Buddha, Dharma y Sangha, al Guru, al Líder de los Discípulos (el Preceptor) y al Abad".

Podrían mencionarse infinitos beneficios, pero solamente unos pocos son descritos aquí, la mayoría de los cuales son mencionados específicamente en los beneficios de los votos Pratimoksha. Los ocho preceptos de un día de la Ordenación Mahayana de la Regeneración y la Purificación son similares a los votos Pratimoksha, así que uno puede estar seguro de que los beneficios son también similares.