

# EL PODER SANADOR DE LA VACUIDAD

*James Low*

*Basado en una charla pública realizada el 20 de Septiembre de 2013 en Tallin, Estonia*

*Transcrito por Vivian Bohl*

*Revisado y editado por Barbara Terris y James Low*

*Traducido al español por Paula Aranibar*

## *Contents*

Los Cinco Factores Agregados.....	4
Desarrollando calma y visión clara.....	5
El cambio de énfasis del Mahayana.....	8
Liberar las fijaciones libera la creatividad.....	13
El ego se siente solo.....	15
Sin ganchos donde colgar nuestras suposiciones.....	15
El manantial que nunca se seca.....	16

El budismo ofrece muchos caminos para el despertar. ¿Despertar de qué? Del engaño de que somos individuos separados, entidades finitas que viven en un mundo de entidades finitas. ¿Por qué molestarnos en hacer esto? Porque es la única manera de liberarnos del sufrimiento del nacimiento, la vejez, la enfermedad y la muerte. ¿Por qué? Porque nuestro nacimiento como personas aparentemente separadas surge del no estar presente con la base real de nuestro ser ¿Qué nos impide estar presentes de esta manera? Nos lo impide el estar, ahora y momento tras momento, ignorando cómo es realmente la vida y al mismo tiempo, imaginando las ilusorias visiones que creemos son nuestra vida. ¿Qué podemos hacer al respecto? Podemos aprender a ver cómo nos engañamos a nosotros mismos y empezar a dejar que la luz de la verdad ilumine nuestra situación real. Como despertar de un sueño y reconocer que estábamos soñando.

¿Cómo podemos comenzar? Examinando las creencias engañosas que actualmente utilizamos para dar sentido a lo que ocurre ¿Y después qué? Al dejar que las falsas creencias se disuelvan, tenemos espacio para dejar que la simple verdad de los fenómenos se revele. ¿Qué veremos entonces? A medida que el velo de los conceptos interpretativos se diluye, todo lo que experimentamos se vuelve fresco y brillante. Nuestros sentidos dejan de ser mediados y nuestra opaca conciencia se descascara para revelar una presencia prístina.

¿Qué es lo que presencia esta presencia? Que todas las cosas aparentemente existentes en las que confiamos no tienen existencia real. Están vacías de auto-existencia, de esencia personal. Su identidad propia es una ilusión, como un espejismo. Son el despliegue del resplandor de la vacuidad. La presencia y todo lo que ella revela está vacío de definición propia.

La vacuidad es el corazón del Sutra del Corazón, el radical texto que revela la infinita e inclusiva visión del Budismo Mahayana, y continúa la tradición espiritual de perturbar las suposiciones reconfortantes que nos impiden despertar a la verdad de nuestra vida. Esta tradición es fundamental para el desarrollo del Budismo y se manifiesta en la vida del Buda Gautama.

En su juventud Gautama Buda fue conocido como Siddharta. Por instrucciones de su padre fue protegido de todas las circunstancias duras de la vida y sólo le fue ofrecido placer, lo que le otorga una visión muy restringida de la vida. Al comienzo de su adultez sus creencias fueron puestas en tela de juicio por acontecimientos que cuestionaban la complaciente comodidad de su privilegiada vida. Aventurándose fuera de su placentero hogar, vio un enfermo, un anciano y un cadáver. Encontrar la vida tal cual era, en vez de la fantasía que se le había hecho creer, le enfrentó al hecho de que la seguridad que lo rodeaba no tenía cimientos sólidos. Incluso su precioso cuerpo, el lugar del placer, era vulnerable y susceptible a enfermedades, accidentes y descomposición.

A través de estas experiencias desafiantes, llegó a comprender que las cosas no son lo que parecen ser. Las situaciones surgen debido a causas y condiciones que a menudo no nos son obvias. Con el fin de simplificar nuestra experiencia damos por sentadas las situaciones, como si ellas existieran por sí mismas.

Siddharta había crecido en un ambiente donde todas sus necesidades eran atendidas sin que él tuviera que esforzarse en lo más mínimo. Había comodidad y suavidad en su vida, ya que todos a su alrededor se aseguraron de que nada le molestara. Por supuesto, no tener problemas es algo que todos anhelamos, pero como la vida misma es turbulenta e inquietante, la tranquilidad que Siddhartha experimentaba era una construcción artificial carente de autenticidad.

Habiendo despertado sorpresivamente de este agradable paisaje de ensueño, se encontró con un hombre santo errante y esto lo inspiró a salir del hogar en busca de la causa del sufrimiento. Le había quedado claro cuán fácilmente creemos en cosas que no son verdaderas, y como nos conformamos con un entendimiento parcial de cómo es la vida. Empezó a explorar la naturaleza del pegamento que mantiene unido nuestro ilusorio sentido del mundo y descubrió que el pegamento es la actividad conjunta de ignorar y aferrarnos: ignorando la inmediatez de la experiencia y la apertura de aquel que experimenta, nos aferramos a las ideas de uno mismo y de los otros.

Primero heredamos o creamos un concepto, luego identificamos un patrón de experiencia transitoria con ese concepto. Por este medio, el objeto y nuestra idea sobre el objeto se fusionan en la sensación de que ahí hay una cosa real por sí misma. Más aun, le otorgamos a esa entidad que hemos identificado/creado, valores correspondientes a

nuestros marcos de referencia culturales e individuales. Por ejemplo, podemos ver cómo este edificio está construido con una gran cantidad de cemento. Mientras el cemento mantenga las piedras en su lugar, vemos las formas de las habitaciones y de los pasillos, sin empalmes. Vemos formas que parecen ser ellas mismas tal como son. Aparecen como algo dado y nosotros las damos por sentado. Tomamos todo lo que encontramos, personas, animales, objetos, como existentes en sí mismos. Ignoramos causa y efecto, y toda evidencia del esfuerzo de construcción que ha dado lugar a las "cosas". La esencia de las "cosas" no es intrínseca, sino que se establece a través de un juego de conceptos e interpretación.

Creamos estructuras o patrones de interpretación y significado, y luego creemos en ellos hasta tal punto que sentimos que existen por sí mismos, en sí mismos. Por ejemplo, si vamos a una galería de arte y vemos una pintura que nos gusta, las formas y los colores parecen atraparnos. Nos sentimos atraídos por la imagen a medida que esta cobra vida para nosotros. Pero también podemos ver las pinceladas y las marcas de la espátula. La pintura se desplaza entre estos dos aspectos. Es lo que es, la cosa en sí, y, al mismo tiempo, presenta la historia de la actividad a través de la cual fue creada.

La artista ha construido la imagen poco a poco, tomando color tras color, puliendo, raspando, y luego construyendo de nuevo. Poco a poco llegó al punto en que, como artista, sintió que el trabajo estaba listo. Al mirar pinturas somos poseídos por su aparente *cosidad*<sup>1</sup> su facticidad, por la sensación inmediata de que son lo que son. Los mismos artistas suelen ser curiosos acerca de cómo el trabajo de otros fue hecho, porque saben que el arte es inseparable del artificio. De hecho, muchas veces el arte se basa en la habilidad de crear la ilusión de que el objeto artístico está libre de artificios, lo que es una forma superior de artificio.

Nuestra falta de curiosidad por las personas y las cosas es asombrosa. Por ejemplo, lo que más me interesa sobre mi reloj es el hecho de que funciona. No me interesa lo que tiene dentro porque yo solo quiero que este reloj sea un reloj que haga lo que yo espero que haga. Quiero que silenciosa y eficientemente me deje darlo por sentado. Si se echa a perder, se convertirá en una fuente de problemas para mí, ya que no sabía cómo repararlo. No quiero que mi falta de curiosidad y comprensión sea puesta en tela de juicio. Quiero mantenerme a salvo en el sueño de mis asunciones. Quiero que los objetos de mi mundo sean simplemente lo que yo quiero que sean y nada más.

Mi ignorancia de cómo funciona el reloj crea una dulce armonía con mi ingenua confianza en que puedo usarlo para que me diga la hora. Es decir, me duermo en la *relojez*<sup>2</sup> del reloj y no quiero encontrarme con problemas que me obliguen a despertar. Cuando veo los objetos de mi vida cotidiana no estoy ni preocupado ni inspirado por ellos porque confío en su simple facticidad, confianza que es generada por toda mi educación y mi experiencia de vida. Sé lo que las cosas son, para qué sirven, y eso es suficiente. "No soy estúpido, sé que un reloj es un reloj!"

---

<sup>1</sup> *Thing-ness* en el original

<sup>2</sup> *Watch-ness* en el original

Sin embargo, tal como Siddharta se dio cuenta, es esa misma confianza la que demuestra lo estúpido que soy, porque al ver el reloj de acuerdo a mis suposiciones, me encapsulo en una visión restringida que solo revela una pequeña parte del potencial del objeto. El mundo que habito pareciera estar hecho de cosas que conozco, y como confío en este conocimiento, no experimento la realidad de mi mundo y de mí mismo.

Hace cuatrocientos años la gente sabía cómo se hacían las cosas. Hoy en día cada uno de nosotros tiene muchos objetos, como los teléfonos móviles, que funcionan de maneras que no entendemos y cuyas funciones utilizamos quizá en un cinco por ciento. Esto apunta a la preocupación original del Buda: ¿cómo es que nos quedamos dormidos en nuestras suposiciones limitantes? ¿Por qué esta opaca sensibilidad nos resulta tan atractiva? Nos dormimos y luego nos preocupamos por nuestros sueños sobre entidades existentes por sí mismas. Nos parece que lo aparentemente dado en el mundo es confiable y no requiere de examinación.

### **Los cinco factores agregados**

La presentación inicial de las respuestas de Gautama Buda a esta investigación se conoce como "la primera vuelta de la rueda del Dharma". En ella, Buda demostró que lo aparentemente dado de las apariencias se basa en la interacción de sus partes constitutivas. Señaló que las personas no tienen una esencia definida que genere su aparente integridad y que, de hecho, su apariencia surge de la interacción dinámica de cinco factores, que llamó los cinco factores agregados.

Según su análisis, el primer aspecto o factor es la forma, o más bien, la forma/sensación, refiriéndose a nuestro registro de la forma y el color. Al darnos cuenta de una forma, surge una tonalidad emocional/afectiva positiva, negativa o neutral. Este es el segundo componente, a través del cual adoptamos una posición reactiva. Vemos una forma y sentimos instantáneamente que nos gusta, que no nos gusta o que nos es indiferente.

En tercer lugar, se produce una percepción/aprehensión, a través de la cual moldeamos lo que está ocurriendo de acuerdo con las polaridades que usamos como categorías organizadoras, por ejemplo, hombre/mujer, negro/blanco, etc. Nuestra aprehensión agrupa los fenómenos en patrones y ritmos, generando una sensación de conocimiento y previsibilidad. Esta aprehensión activa nuestra capacidad de formación o acción formativa, el cuarto aspecto, que ensambla una matriz interpretativa alimentada por lo que creemos estar viendo. Así, sobre la base de nuestra aprehensión de un 'objeto' específico, se nos vienen a la mente muchos pensamientos y sentimientos que vinculan el momento presente con experiencias previas, activando nuestro hábito de comparar y contrastar, y preparándonos para responder. Estas asociaciones consolidantes no son necesariamente intencionales; de hecho, muchas veces parecen llegarnos como una bandada de pájaros.

Por ejemplo, en esta mesa a mi lado hay una botella de plástico que contiene agua. La visión de ella es en sí misma refrescante porque me dice que no necesito tener sed mientras hablo. Ahora bien, si esta misma botella de agua hubiera estado en un coche durante un largo y caluroso viaje, al momento de querer beber pensaría: "Cuando hace calor, los productos químicos se filtran al agua a través del plástico volviéndola un poco toxica así que

talvez no debería beber de ella, pero por otro lado, tengo sed". Este pensamiento cauteloso, que surge de algo que escuché a alguien, en algún lugar, genera una nueva relación con la botella de agua. Lo que antes era una sensación de salud y frescura, se convirtió en ambivalencia e inseguridad. Este es el poder formativo de las asociaciones: el 'objeto' se configura en mi mente de una manera particular, en este momento particular, generando un impacto particular.

No hay un valor fijo en los objetos, el valor y el significado que tienen para mí, surgen junto a factores específicos que operan en mí y alrededor de mí, en este momento en particular. Esta formación es en gran parte preconsciente y no volicional. El significado se genera *en, a través y como* patrones. Los patrones tienen límites y son, simultáneamente, inclusivos y exclusivos: aprehensión de que si es plástico (malo), entonces no es vidrio (bueno). El significado proviene de la pertenencia a categorías, grupos, conjuntos, etc. Definir algo solamente en términos de sí mismo, sin usar lenguaje para vincularlo con otra cosa, es imposible. Este cuarto factor organizador es la interrelación formativa de todos los fenómenos, los cuales interactúan juntos y activamente permitiendo el surgimiento aparente de entidades particulares.

El quinto aspecto es la conciencia/comprensión, a través de la cual tomo un 'objeto' con mi mente y llego a una conclusión sobre él. Esto puede ocurrir con mayor o menor atención consciente. Saber algo es conocer una pieza definible y particular del mundo, y nos parece que esta cualidad de "ser una cosa" señala la presencia de una entidad individual. Nuestra comprensión establece la potencialidad del mundo para ser conocido y nuestra propia potencia como conocedores del mundo. Como nuestro sentido de ser depende de esto, cuando no logramos entender lo que está pasando tendemos a sentirnos ansiosos e incluso estúpidos.

De acuerdo con este temprano análisis budista, todos los fenómenos del mundo, tanto externos como internos, pueden entenderse como composiciones creadas por la interacción o yuxtaposición de estos cinco factores agregados o *skandhas*. Esta visión del mundo establece que el objetivo de la práctica meditativa es la disminución, en rapidez e intensidad, de esta formación de patrones, de forma de que lo aparente pueda ser visto por lo que es, un patrón transitorio y contingente carente de contenido en sí mismo. Despertar a esto conlleva menos involucramiento y perturbación. En este nivel de análisis, estos cinco factores agregados son considerados los elementos básicos o componentes irreductibles de una persona. La existencia de una persona se revela como una ilusión vacía, pero los cinco factores compositivos parecen ser existentes básicos. Para acercarnos a lo que realmente es, debemos pasar del análisis intelectual a la experiencia directa que surge en la meditación.

### **Desarrollando calma y visión clara**

Si apaciguas la velocidad de tu actividad mental a través de la meditación, comenzarás a deshacerte del involucramiento y la participación, que son el pegamento que mantiene unidas las formas agregadas de nuestro mundo. Para esto se utilizan dos principales formas de meditación: shamatha – calmando la mente enfocándonos en la respiración o algún simple objeto externo – y vipassana – viendo claramente, observando lo que realmente

ocurre en la simplicidad básica previa a la interpretación. El primer enfoque desarrolla la calma y el segundo desarrolla una visión clara que penetra los supuestos habituales.

A primera vista, la calmada atención enfocada parece algo que hacemos, una actividad en la que podríamos ser mejores si nos esforzáramos. Esta forma de ver nos llevara a movilizar nuestra voluntad desarrollando una intención clara que luego trataremos de mantener, luchando contra nuestra inevitable tendencia a la distracción. Sin embargo, esa lucha tan ardua no es el mejor camino a la calma. Mientras me identifique intencionalmente con un estado particular, el natural movimiento de mis otros estados o potencialidades tenderán a desplazar la construcción que estoy reclamando como yo mismo. Asegurando que no haya perturbaciones es posible establecer un nivel de superficial de calma, sin embargo, sin importar cuánto nos esforcemos por mantener esta calma, los eventos, tanto externos como internos, producirán reacción y movimiento. Más la capacidad para una profunda e inmutable calma ya está presente en nosotros -presente, pero cubierta por la agitación producida por sujeto y objeto generando respuestas y hábitos distractivos. Nuestra excitación se centra en buscar ventajas -encontrar más de lo que nos gusta- y evitar desventajas -deshacernos de lo que no nos gusta. Es nuestra propia actividad la que oscurece nuestra calma. Seducidos por nuestras propias interpretaciones, nos fusionamos con la atracción, la aversión o la indiferencia que experimentamos hacia todo lo que encontramos.

De ahí que el verdadero camino no consiste en tratar de hacer algo, sino más bien, en dejar de lado nuestros hábitos de innecesaria e inútil respuesta. Nuestro ego, por supuesto, usa la respuesta como medio para asegurar su papel principal en el drama de nuestras vidas. Nuestro ser egoico se siente atraído hacia la distracción como una forma de mantener la identidad por la que nos hemos esforzado tanto. La salida es simple, aunque no es fácil: ¡relájate!

Una vez establecida una atención calmada y enfocada, podemos comenzar a enfocarnos en ver claramente. Hacemos esto dirigiendo nuestra atención hacia la parte superior de nuestra cabeza para luego escanear nuestro cuerpo de la cabeza a los pies y volver—repetimos esto lentamente una y otra vez. Mientras hacemos esto puede que notemos una sensación, por ejemplo, en el hombro. Si esta sensación es desagradable nuestra respuesta normal será decir "Oh, mi hombro está dolorido", lo que podría considerarse como una percepción precisa, una simple descripción de lo que está ocurriendo, pero en realidad es una conclusión interpretativa que oculta, en vez de revelar, la simple realidad del fenómeno.

Pasamos por muchas etapas antes de llegar a pensar "*Tengo un dolor en el hombro*". ¿Qué es realmente lo que estamos registrando? Hay un evento de propiocepción, el surgimiento transitorio de una sensación interna. Es difícil describir cómo es. Puede que sea tirante, ardiente o adormecido. Es posible que ahora mismo sintamos alguna sensación en nuestro cuerpo y, atendiendo a su inmediatez, sepamos que hay algo, pero ese algo está en el borde mismo del lenguaje. Pero si envolvemos este momento inasible en una historia, entonces podemos hacer algo con él. Podemos pensar: "*Oh, mi espalda está un poco dolorida. Necesito hacer más ejercicio. Necesito ir a un osteópata*". Una vez que aplicamos el término "dolor" al fenómeno fugaz, lo sacamos del flujo la experiencia directa y lo revestimos con la sensación de que es un problema duradero. Hay "algo" ahí, pero este algo

que parece ser real es, de hecho, un concepto. Al confiar en esta idea abstracta, reunimos las diversas sensaciones que surgen y pasan a medida que escaneamos esa zona una y otra vez bajo el título de "dolor". Nos apropiamos indebidamente de estas sensaciones transitorias para alimentar una ilusoria "realidad" instalada por la creencia de que el concepto nos está diciendo la verdad acerca de lo que está ocurriendo.

Ahora tenemos algo concreto de qué hablar, ya que parece que estuviéramos hablando de cosas que son reales y accesibles al entendimiento de los demás, pero de hecho estamos hablando de nombres y conceptos porque lo que realmente ocurre es inexpresable a través del lenguaje. La capacidad de aplicar estos constructos conceptuales de manera que hagan sentido es la base de nuestro funcionamiento e identidad social. El mundo de la descripción parece ser compartido, real y transmisible, mientras que el mundo de la experiencia es inaprensible, extraño y evanescente. Si un amigo nos dice: "Oh, mi espalda está realmente dolorida", podemos unirnos a la conversación. Sabemos qué tipo de cosas uno puede decir al hablar de dolor – esta es una habilidad social, una forma de conectarse hablando de una idea, un concepto, el nombre de algo, como si estuviéramos aprehendiendo algo real - pero la realidad de la experiencia en sí sigue siendo inexpresable. Nuestros comentarios son socialmente adaptados, dando la sensación de valores y experiencias compartidas, y esta ilusión oculta lo real. Si estuviéramos hablando con amigos y uno dijera, "Oh, oww, aah", parecería no tener sentido. ¿Cómo responderíamos? ¿"Ouh, ouh"? Empezaríamos a perder la suposición compartida de que estamos viviendo en el mismo mundo, un mundo al que el lenguaje parece describir.

Lo que llamamos "nuestro mundo" está construido a partir de signos, palabras con significado que fomentan más elaboración e interpretación. Desde el punto de vista budista, no es que podamos o debamos evitar el uso de estos signos, pero sí tenemos que reconocer que son juegos de lenguaje, una interacción de signos intrínsecamente vacíos generando formaciones ilusorias que se refieren a nada más que a patrones en la red semiótica. Nuestro uso del lenguaje no describe entidades objetivas verdaderamente existentes, ya que tales "cosas" no existen. Más bien el lenguaje le habla al lenguaje en una conversación infinita, infinitamente generando nuevas combinaciones, nuevos significados, nuevos palacios de ilusión para ser habitados por un rato. La apariencia de las cosas es ilusoria y, al mismo tiempo, seductora.

La tarea es entonces ver la cualidad ilusoria de las apariencias – para ver que aunque impactantes, estas no tienen esencia ni contenido propio – y luego mantener esta claridad incluso cuando participamos en el mundo de las "cosas". Al ralentizar el ritmo de interacción de estos muchos factores constitutivos, comenzamos a ver cómo entidades que parecen reales surgen de momentos básicos de experiencia transformados en bloques de construcción. Esta ralentización, que logramos practicando calma e introspección, hace que sea más difícil estar con los demás de la forma habitual. Estaríamos tan concentrados examinando detalles que no seríamos capaces de hacer mucho en el mundo. Nos convertiríamos en personas socialmente inútiles.

El Buda animó a sus seguidores a convertirse en monjes y monjas, ya que lograr la iluminación a través de la calma y la claridad requería de un estilo de vida muy diferente al de aquellos involucrados en las actividades mundanas que alimentaban a estos mismos

monjes y monjas. ¿Limita esto el número de personas que pueden “iluminarse”? La falta de funciones sociales de las personas santas fue disfrazada por el significado simbólico que ellos fueron acumulando en el tiempo, intensificándose aún más el contraste entre los laicos y los monjes y monjas ordenados. Sin embargo, la naturaleza inclusiva de las enseñanzas del Buda señala su valor para todos los seres sintientes y no sólo para una élite de renunciates.

## **El cambio de énfasis del Mahayana**

La idea de naturaleza búdica fue elaborada en lo que se conoce como la “segunda vuelta de la rueda del dharma”. Esta vuelta señala que la capacidad para un pleno despertar está presente en todos los seres, por lo que el foco de la práctica cambia de la renuncia y el desarrollo a la unión de la sabiduría y la compasión. El Sutra del Corazón deconstruye la visión errónea del dualismo y hace explícita la sabiduría del despertar a la realidad no nacida<sup>3</sup> o vacía de todos los fenómenos, incluyéndonos a nosotros mismos. Indica cómo la separación entre alto y bajo, sagrado y profano, yo y los otros, y todas las demás oposiciones binarias conducen a una visión cosificante que alimenta la ilusión de que controlamos lo que sucede. Cuando nos damos cuenta de lo engañoso que es aferrarse a esta ilusión, nuestra capacidad intrínseca de sabiduría brilla. Esta sabiduría promueve el despertar de los seres sintientes a su propia realidad abierta y vacía que es, en sí misma, la más profunda compasión.

La visión de los cinco factores agregados, skandha, discutidos anteriormente, es un enfoque homeopático para el problema o la enfermedad que es nuestro uso habitual de categorías, conceptos y signos para lograr una sensación de orden y control sobre nosotros mismos y sobre lo que nos rodea. Los cinco factores agregados forman una meta-categoría dentro de la cual la amplia diversidad de nuestra experiencia puede ser contenida, ordenada y controlada. Aunque opera de la misma manera que los sistemas organizadores de nuestra cultura, tiene una intención diferente, busca ser un antídoto contra el sufrimiento, al tiempo que se basa en conceptos y signos. No obstante, es nuestra dependencia en estas herramientas mentales usadas para mediar la interacción entre sujeto y objeto, lo que nos mantiene perdidos en samsara.

En el enfoque de la primera vuelta la similitud estructural entre la enfermedad y el antídoto reafirma la realidad de lo que parecen ser los componentes básicos de la existencia, por lo que este camino hacia la liberación es largo y lento. Ver que los seres sintientes están compuestos por los cinco factores agregados requiere un enfoque analítico que exige tiempo, disciplina y desvinculación del flujo de la experiencia. Ganamos claridad pero es a costas de la conectividad, de la sintonía empática, de la participación propia a nuestra condición humana. En contraste, el enfoque Mahayana nos ofrece la profundidad y la amplitud necesaria para ver el despliegue ilusorio de los fenómenos y así liberarnos de la confianza que ponemos en ellos al mismo tiempo que somos capaces de participar en el

---

<sup>3</sup> Unborn en el original



mundo con amor y compasión. La renuncia (el enfoque más temprano) surge de una lectura de nuestra situación en términos de “lo uno o lo otro” mientras que la visión de la no dualidad (el enfoque Mahayana) nos lleva a un enfoque de “ambos”.

El enfoque mahayana– tanto en su forma general, Sutra, como en sus sub-categorías especializadas, chan, zen, tantra, mahamudra, dzogchen, etc. – no trata principalmente sobre antídotos. Señala que al ver que nuestra experiencia real está compuesta por no-entidades, vacías y no-nacidas, y que el experimentador también es una no entidad, vacía y no nacida, la reificación no tiene ninguna base sobre la que sustentarse. La naturaleza ilusoria de todos los fenómenos, incluyéndonos a nosotros mismos, se hace evidente. Como se expone claramente en el Sutra del Corazón, puesto que no hay ignorancia, tampoco hay obstáculos, porque somos liberados de la esperanza de ganar y del miedo a perder.

Sin embargo, es importante recordar que, aunque el texto expone la naturaleza de la ilusión y el simple requisito de la no-actividad, nuestras dudas y ansiedades habituales se aferran al deseo de una cuidadosa progresión paso a paso. Esta falta de confianza en la vacuidad nos lleva a esforzarnos en un camino en el que encontramos verdaderos obstáculos que superar.

El Sutra del Corazón une los enfoques aparentemente contradictorios de la primera y la segunda vuelta de la rueda del dharma. Al gentilmente enfatizar la vacuidad como base común de todas las entidades y de todas las visiones, disuelve los motivos del conflicto. En el texto, un discípulo cercano del Buda Shakyamuni, el venerable monje y arhat Shariputra, representa al primer giro de la rueda del dharma. El segundo giro Mahayana está representado por el bodhisattva Avalokiteshvara. En el texto ambos colaboran de una forma nueva, surgida de la energía de la meditación del Buda Shakyamuni, el garante de la verdad intrínseca. Shariputra plantea preguntas y Avalokiteshvara le responde revelando la claridad de la visión Mahayana de la vacuidad. El aclara que los cinco factores agregados y todos los demás conceptos utilizados por los seres sintientes para dar sentido a la experiencia no tienen existencia inherente y son vacíos de sustancia propia.

Las distinciones que nos parecen definitorias de la identidad de las entidades, no tienen sustancia– toda apariencia es inseparable de la vacuidad. Sin ser existente o no existente, la rica complejidad de la apariencia es vacía de y en sí misma. La vacuidad no es una sustancia metafísica o una quintaesencia; es el Otro que deconstruye la polaridad de yo y otro. LA vacuidad es la base de la no dualidad.

Desde este punto de vista, la ilusión de un yo no es algo que se pueda dismantelar de la forma en que se podría dismantelar este edificio, sacando el cemento y separando todas las piezas de piedra y madera. De ser así, los materiales de los que estaba hecho el edificio podrían ser reunidos en diferentes formas para hacer diferentes tipos de edificios. A no ser que se ponga fin tanto a la creencia en las entidades reales como al apego hacia el acto de construir, una forma desaparecerá pero otras volverán a surgir.

Considerados como esencias irreductibles, estos cinco factores agregados parecieran ser bloques de construcción que pueden ser interminablemente yuxtapuestos, formando los diferentes patrones que crean los muchos y variados seres y objetos de nuestra experiencia.

Si esto fuera así, estaría indicando que al separarlos y no permitir que se volvieran a juntar, no podrían generar formas ilusorias y estaríamos libres de peligro y sufrimiento. Este es el enfoque de la primera vuelta de la rueda del dharma. Sin embargo, incluso con su separación y no activación, sigue existiendo la noción de entidades, de sustancias, de esencias irreductibles y por lo tanto, la raíz del problema simplemente se volverá latente, ya que no habrá desaparecido para siempre. Ver que los seres no poseen naturaleza propia inherente no disuelve la objetivación de los fenómenos.

Para que ello suceda se requiere de algo más radical, y esto es lo que Avalokiteshvara nos entrega al decir "La forma es vacío, el vacío es forma". Con esta visión, al ver una forma no necesitamos hacer nada con ella, no necesita ser transformada en otro tipo de forma para ser menos peligrosa o más integradora. Lo que necesitamos es simplemente ver la forma tal como es: una experiencia transitoria vacía de naturaleza propia, como una nube en el cielo. Si hacemos esto, en lugar de proyectar nuestras fantasías sobre ella, la ignorancia, el apego, el oscurecimiento y los rasgos kármicos mostrarán su transparencia sin necesidad de esfuerzo, ya que estos también carecen de una verdadera existencia sustancial. Al vivir esta visión como una experiencia directa y no como una mera creencia, no necesitamos analizar el objeto porque el objeto no es una cosa separada, sino parte de la claridad auto-reveladora no dual de la vacuidad. El sujeto y el objeto son inseparables de y no duales con la vacuidad.

Por ejemplo, en este mismo momento tengo un pequeño árbol a mi lado. Es obvio para todos nosotros que se trata de un árbol. ¿Qué es lo que vemos? Vemos un árbol. ¡No! ¡Interpretamos un árbol! Construimos lo que hay ahí a través de nuestra familiar y habitual actividad mental. Cuando tomamos la *arbolitud*<sup>4</sup> del árbol como algo que está presente dentro del árbol, desconocemos que el "árbol" es el producto final de una serie de interpretaciones que se unen muy rápidamente. Podemos analizar la forma en que nosotros mismos damos lugar a la seductora ilusión de las entidades con existencia propia y observar el proceso en el cual se sustenta. Cuando somos capaces de ver nuestros propios constructos como ilusiones, se vuelve evidente que somos nosotros mismos quienes generamos todo lo que oscurece la verdad. Cesar de componer permite que todo lo que encontramos, incluyéndonos a nosotros mismos, revele su vacuidad primordial. Dado que los acontecimientos reales son fugaces, nuestro análisis tiende a ser retrospectivo y abstracto, ya que consideramos nuestras ideas sobre los fenómenos en vez de los fenómenos mismos.

Para este análisis comenzamos con la conclusión "esto es un árbol" y tratamos de examinar sobre qué base llegamos a esta conclusión. En primer lugar, observé forma y color. Después tuve una reacción de posicionamiento frente a aquello: agradable, desagradable o neutral. Esto me acerca o me aleja de lo que estoy viendo ya que la cualidad que experimento como inherente al objeto evoca en mí la sensación de que 'me gusta' o de que 'no me gusta'. La sensación de que estoy conectado con una entidad hacia la cual estoy teniendo una reacción emocional, evoca más emociones distorsionantes (*kleshas*) tales como deseo, ira, celos, envidia y orgullo.

---

<sup>4</sup> Tree-ness en el original

Tal investigación revela que no soy un observador neutral de un mundo que existe por sí mismo 'ahí fuera'. Estoy implicado y profundamente involucrado en la generación de mi experiencia de mi mundo, que de hecho es el único mundo al cual tengo acceso. Ahora, si estoy involucrado de tal manera en la generación de los objetos de mi experiencia, entonces claramente el objeto no es auto-existente ni tampoco yo lo soy, ya que los 'contenidos' de mi identidad son también dinámicos, contingentes y situacionales. Cuando miro un objeto es muy difícil separarlo de mi "me gusta" o "no me gusta". No hay un objeto puro ahí fuera ni aquí dentro – esta es la extraña realidad de la co-emergencia. El objeto y yo nacemos juntos; surgimos juntos en este momento y ni el sujeto ni el objeto tienen por sí mismos ninguna esencia propia que los definan y los conviertan en lo que son. Nuestra interpretación es inseparable de nuestra percepción, por lo que analizar el momento vivido sea muy, muy difícil.

La experiencia surge debido a causas y condiciones; la subjetividad o la objetividad independientes son una ilusión. La objetividad es como un tópico literario, una imagen o un tema, es un estilo o estado de ánimo, como la tragedia o la comedia romántica, nada más que eso. Cada vez que enfocamos nuestra atención, esta ya está impregnada de factores actitudinales que generan ciertas cualidades de experiencia.

Por ejemplo, si vemos una fotografía de un laboratorio científico, vemos una situación muy limpia, ordenada y precisa. El personal usa batas protectoras y todos son muy serios. Están creando el teatro de la ciencia. Muchos recursos son destinados a la elaboración de estas estructuras y a los dramáticos y narrativos estados de ánimo que estas generan. Ya no creemos que los filósofos puedan mostrarnos el mundo tal como es ni ofrecer mucha sabiduría al respecto. Hace mucho tiempo que renunciamos a que los teólogos pudieran establecer la existencia de Dios. Sin embargo, todavía creemos que la ciencia nos ofrecerá un conocimiento que será objetivamente verdadero y personalmente significativo. Nos parece que es una profunda investigación sobre lo que es real.

El objetivo principal del Sutra del Corazón es mostrar que la búsqueda de algún objeto o "hecho" que posea verdadera existencia propia es ilusoria. Desde el punto de vista Mahayana no hay una contradicción fundamental entre las apariencias -que parecen tener contenido- y su realidad de vacío, de ausencia de una naturaleza propia inherente. Aquí 'nada' no es un simple vacío, ya que la vacuidad se muestra a sí misma en todas las apariencias que experimentamos. Aunque experimentadas las apariencias como reales, no podemos encontrar nada dentro de ellas que existan para o en sí mismo. La apariencia y el vacío son no duales, no son ni iguales ni diferentes.

Si te digo, "Las hojas en este árbol son azules." ¿Estarías de acuerdo? ¡No! Las hojas son verdes. ¿Cómo sabemos que son verdes? Porque no son azules, no son rojas ni son amarillas. Si el único color que existiera fuera el verde, si todo en el universo fuera verde, ¿tendría algún significado la palabra "verde"? No. El verdor del verde se manifiesta a través de su diferencia con el amarillo, el rojo, etc. Aún más, algunos colores son complementarios y otros contrastan, de ahí que el verde específico de cada hoja se vea diferente al colocarlo contra superficies de diferentes colores.

Cuando vemos este verde, este verde específico parece ser algo inherente a estas hojas. Es obvio para nosotros que las hojas son verdes con su propio verdor; las hojas están manifestando verdor. Sin embargo, este verdor no es una propiedad inherente a la hoja. Este verdor se revela en relación con todo lo que no es este verde. No hay un verdor específico intrínseco o inherente en el verde de la hoja; la cualidad específica del verde varía con la intensidad y con la cualidad de la luz reflejada sobre ella. El verde está en la luz reflejada por la hoja. El verde que vemos es la relación entre el potencial de la luz y la cualidad de la superficie de la hoja. La hoja no tiene una esencia de verdor, a pesar de que el verdor parece ser inherente a la hoja. Algunas de las hojas tienen mucha luz brillando sobre ellas, algunas tienen poca y algunas están a la sombra. Las hojas en estos diferentes lugares aparecen de manera diferente. Ah, pero usted no tiene que preocuparse por eso, porque sabemos que de hecho todas las hojas son verdes, sin importar como se vean.

Gracias al poder de nuestros conceptos interrelacionados estamos seguros de saber que cada hoja es verde, simplemente verde. Esto puede sonar cierto, pero no es una verdad que se base en los fenómenos mismos. Más bien, esta aparente verdad se basa en la creencia, en la confianza en un concepto abstracto, una idea, una noción de "verde" como un signo confiable con un cometido fiable. Lo que vemos no es solo lo que nuestros conceptos indican ni es simplemente el objeto en sí. La apariencia es una experiencia multifactorial, irreductiblemente compleja, pero inmediata. Sujeto y objeto surgen juntos, influyéndose mutuamente, creando mutuamente la ilusión de su inherente diferencia y separación para que yo pueda confiar en que mi subjetividad me dice la verdad sobre las hojas. Cuando sé que todas las hojas son verdes, aprehendo el verdor que ellas comparten incluso cuando puedo ver que cada hoja no aparece con el mismo tono de verde.

Al enfocarnos en lo que tenemos delante de nosotros lo que aparece -que es real- es privilegiado sobre el 'jefe' habitual: el concepto, la interpretación. Esta forma de mirar y ver disuelve la elaboración decretada por nuestra actividad mental habitual, ayudándonos a ver que no vemos. Lo que creemos ver es una proyección, una interpretación, una suposición. Tanto el sujeto como el objeto están esencialmente vacíos; la sensación de que poseen contenido, que tienen una realidad inherente, es un miasma producido por nuestra propia actividad mental engañosa. Nuestros ojos nos muestran muchos tonos diferentes de verde. Sin embargo, nuestra interpretación dice: "Bueno, todos son verdes, sólo depende de la luz", como si el verdor fuera una verdadera esencia claramente establecida y la diferencia en la iluminación fuese simplemente contingente, un mero factor ambiental secundario.

Con el término shunyata, vacuidad, Buda se refiere a la ausencia de una esencia definitoria en cualquier fenómeno, ya sea que aparezca como sujeto u objeto. Shunyata significa vacío, vacío de sustancia, vacío de cualquier esencia o naturaleza inherente, auto-confirmante, auto-existente o auto-validante. Si decimos que el verde está presente por igual en cada una de las hojas y que el hecho de que se vean diferentes no nos dice nada importante, esta es una lectura esencialista. Es decir, damos por descontado que los fenómenos son como se muestran a sí mismos, que 'son' de hecho lo que parecen ser. Sin embargo, la estación, la hora del día, el hecho de que las ventanas están bastante sucias y que la luz se está filtrando a través de esta suciedad, todos estos factores, no son extrínsecos a la verdad intrínseca del verdor de cada una de las hojas. Las hojas y la planta

no son "cosas" separadas de nosotros. Son, en este momento, aspectos de nuestro continuo vivo y vivido—el flujo de experiencia no dual que es nuestra vida manifestándose.

Sin embargo, es normal que creamos que todos estos factores son secundarios y que el verdor del verde está esencialmente incrustado en la hoja. Esta creencia tiene la ventaja de darnos una sensación de seguridad sobre nuestro mundo y con esto, un sentido de previsibilidad. De esta forma, tenemos confianza en que tenemos un grado de control y dominio sobre el patrón de nuestra experiencia. Si vives en esta ciudad, conoces tu camino, sabes cómo se organizan las calles y qué autobús tomar para ir de aquí para allá. Cuando sabes qué autobús tomar, cuando llega el autobús con el número correcto en la parte delantera, te subes a él. Puede incluso que sea el mismo bus que tomaste ayer. Por supuesto, se verá un poco diferente, tal vez tiene otro conductor o los otros pasajeros son otros. Si por casualidad son las mismas personas, quizá están usando ropa diferente, tienen diferentes estados de ánimo, diferentes expresiones faciales, diferentes posturas, etc. Esto es con lo que nos encontramos. Pero desde una lectura esencialista de la situación puedes decir, "Ah, estoy nuevamente en el autobús de siempre, no necesito pensar en él, voy a leer mi libro. De esta forma, nuestras suposiciones nos arrullan con una suave canción de cuna ayudándonos a soñar nuestro camino a través de la vida.

### **Liberar las fijaciones libera la creatividad**

El Sutra del Corazón abrió el camino para el desarrollo tanto de la visión madhyamika del estado fundacional de la vacuidad como de la visión yogacharya del incesante flujo de creatividad. Su mutuo dinamismo alimentó el enfoque del Tantra, el cual se centra en permitir una apertura completa al campo transformado de la experiencia. La palabra 'tantra' indica continuidad, la continuidad del flujo de experiencia libre de reificación, fragmentación y juicio.

Por ejemplo, estamos sentados aquí. Si giras la cabeza y miras de lado a lado a través de la habitación, se revelan diferentes momentos de experiencia. El mundo se muestra de forma inmediata y fluida, y a la vez, abierto a la inspección de sus detalles. Cada una de nuestras vidas está tejida por el cruce de estos dos aspectos. Existe el aspecto de la investigación, de examinar lo que ocurre y tratar de identificar cómo se puede ubicar en las categorías que nos hacen sentido, las apariencias son vistas como cualidades que pueden ser identificadas, nombradas y evaluadas de acuerdo a múltiples criterios y luego ensambladas y editadas en términos del modelo de mundo en el que creemos. Este aspecto es familiar para nosotros y es apreciado dado que le otorga sentido de agencia a nuestro yo egoico. El otro aspecto nos es menos familiar, ya que requiere que estemos directamente presentes con la totalidad de lo que nos entrega el campo de nuestra experiencia a medida que se despliega momento a momento.

Si sigo este último camino a cabalidad, estaré participando, ¿pero cómo me enterare de lo que está ocurriendo? ¿Cómo podre referirme a mi experiencia y sobre qué base podré hablar sobre ella? A través de estas preguntas no encontraremos la simplicidad de la no dualidad. Todo está aquí y sin embargo cada "algo" es nada en sí mismo. La verdad viva de esta verdad se revela a través de la meditación no conceptual.

La interdependencia y validación mutua entre palabras y conceptos es paralela a la interdependencia y validación mutua entre los fenómenos que encontramos, incluyéndonos a nosotros mismos. Cada palabra necesita de otras que le den sentido. Cada momento particular necesita de otros momentos que le den sentido. Sin embargo, estos dos significados son construcciones, verdades relativas que operan dentro del juego de comparar y contrastar. El comentario que hacemos sobre 'lo que está pasando', el pensar y hablar 'sobre' las cosas, es parte de la del despliegue de la experiencia de vida. No es una visión neutral que viene de la nada, no es extrínseca a lo que está ocurriendo, sino que es parte de nuestro estar en el mundo con los demás. Hablar es participativo, no es objetivo; forma gestos de participación, no verdadero conocimiento de las 'cosas'. El uso del lenguaje para establecer verdades confiables, verdades que sobreviven fuera de su contexto es, desde este punto de vista, un ejercicio engañoso que consumirá fácilmente horas y años de nuestras vidas, que ya son demasiado breves. Así que tal vez los juicios y los comentarios estén sobrevalorados

De acuerdo a la visión Mahayana, la iluminación consiste en conocer la nada de la forma en que se manifiesta, en vez de centrarse solo en la interpretación de los detalles de lo que está sucediendo y tener una opinión sobre ellos. Así nos movemos desde aprehender cognitivamente, desde entender las cosas a través de conceptos, hacia la inmediatez de la revelación de la claridad y creatividad de la mente misma. La inmediatez es infinita e inclusiva; despliega no-dualidad sin esfuerzo, mientras que la aprehensión cognitiva utiliza la elaboración conceptual para generar conocimiento sobre entidades, cada una de ellas finita y exclusiva.

El tantra hace extensivo uso de música, los cantos y otras formas de sonido; de mudras (movimientos de manos), posturas y otras formaciones corporales; de colores, mandalas, tormas (ofrendas) y diversos estímulos visuales, además de muchas y diversas visualizaciones que utilizan al máximo nuestra imaginación creativa. Todas estas herramientas y prácticas expresan la presencia simultánea de la claridad de la apertura inexpresable y la especificidad de cada preciso y significativo detalle. Así, tantra es la experiencia encarnada de la no dualidad expuesta tan claramente en el Sutra del Corazón. El espacio de la creatividad es revelado a través de la deconstrucción del estatus central atribuido a la persona individual o yo egoico. La experiencia directa de este espacio abierto descentraliza la función organizadora de 'yo, mío, mismo'.

Por ejemplo, imagina que vas a comprar algo tan simple como una camisa. En la tienda puede que haya cien diferentes tipos de camisas. Inmediatamente puedes decir que cincuenta de ellas son horribles ¿quién podría usar semejante cosa? Yo no! ¿Cuál es el principio organizador de tan instantáneo discernimiento? Yo, mis valores., mi historia. Lo mismo en el supermercado: la tienda tiene mil diferentes tipos de comidas y tú solo tienes un pequeño canasto. ¿Cuántas cosas que jamás comprarías puedes ver? ¿Quién las compra? Personas llamadas "no yo". El mundo está lleno de personas que no son yo que compran cosas que yo no compro. Esto es fundamental. Cada uno de nosotros es el centro del mundo, nuestro mundo. El hecho de que otras personas viven como "no yo" y parecieran estar contentas con eso indica que hay múltiples mundos – cada uno con un ser sintiente en el centro. No podemos saber cómo es ser ellos, pero el lenguaje nos provee de un simulacro: nuestra versión de cómo es ser nosotros y su versión de cómo es ser ellos. Si nos relajamos

en nuestra especificidad única encontramos que está basada en la sabiduría de la vacuidad, la radiante claridad de la mente, la cual no es una cosa.

### **El ego se siente solo**

La infinita soledad de la presencia infinita no es soledad, pero el ego auto referencial fácilmente se siente solo. No le gusta estar aislado porque instintivamente siente que el aislamiento es su muerte. El ego es parte de la matriz de originación dependiente – lo ilusorio de las entidades, la interconexión de todos los fenómenos- en cambio la presencia, la claridad intrínseca de la mente, es no nacida e independiente.

El ego es una ilusión engañosa. Es la afirmación de la mentira de que "existo en mí mismo" y debido a esto es el seno de nuestro sufrimiento. Nuestro ego no puede escapar de la sensación de que 'todo depende de mí' – y por lo tanto se siente solo, inseguro y agobiado. Si tomo malas decisiones mi vida se hace difícil. Veo a otras personas que parecen tener vidas felices y las odio, las envidio. ¡No es justo! ¿Por qué mi madre no enseñó cómo vivir? Es muy útil ver, profundamente, que esta es la forma en la que nos manifestamos. Si ves que toda tu experiencia del mundo es mediada a través de un conjunto de suposiciones, evaluaciones y estructuras interpretativas recopiladas a través de tu historia, veras que tu sentido de ti mismo es un patrón contingente y no tu verdadera naturaleza. Al ver esto, paradójicamente, te liberaras de la ilusión encapsulante de ser lo que piensas que eres. Nos despertamos al tomar conciencia de la naturaleza ilusoria de nuestros sueños, pero en tanto creamos que nuestro sueño es todo lo que somos, nos resistiremos a despertar.

El ego se engancha a sí mismo para existir. Es esencialmente vacío y no tiene otra esencia más que la vacuidad. No hay nada intrínseco a nuestro ego que nos haga ser quienes somos. El ego es una tendencia, una inclinación alejada de la verdad de lo que es. Su base verdadera es la vacuidad, pero su terreno relativo es la dualidad, la noción engañosa y engañadora de que sujeto y objeto están verdaderamente separados e inherentemente definidos de forma interna. La sensación de ser alguien específico, de ser 'yo' -que es el sello distintivo del ego-, genera paralelamente la idea de que allá afuera hay "ciertas cosas" potencialmente ventajosas o desventajosas para mí. Al engancharse a estas "ciertas cosas", tomarlas como realmente existentes y verlas como necesarias o prescindibles, el ego utiliza al otro para elaborar sus propios posicionamientos interactivos, con los que compone la sensación de ser un yo individual y único. Luego, puede engancharse a recuerdos, esperanzas y opiniones de su repertorio de patrones para constituirse momento a momento en la aparente verdad y obviedad de ser solo eso. Tomar lo transitorio como permanente es el sello distintivo del dominio del ego.

### **Sin ganchos donde colgar nuestras suposiciones**

Sin embargo, la luz proporcionada al ver directamente que 'todo está vacío' nos muestra que los objetos que vemos no tienen ningún gancho intrínseco del que podamos colgar nuestras suposiciones y que además, nosotros mismos tampoco tenemos ganchos. Todos los ganchos son proyecciones de la imaginación; son ilusiones, como un arco iris o un espejismo. Nos contamos cosas sobre nosotros mismos y este contar, este flujo de conceptos, algunos

de los cuales parecen ser "sujetos" y otros "objeto" es interminable, como un juego del enganche mutuo entre signos vacíos.

Los signos parecen tener significado, parecen estar indicando que todo este pensar y este hablar es **sobre** algo, pero en realidad estos signos no se refieren a nada real. Los signos se refieren a signos, creando palacios en el aire. Es nuestra propia creencia en ellos lo que genera la ilusión de las entidades sustanciales a las que parecen referirse. Al igual que los lados complementarios de velcro, sujeto y objeto se enganchan entre sí, pero este gancho no atrapa nada duradero o sostenible. Todas las apariencias están vacías en sí mismas y son inseparables de la vacuidad. Este es el despliegue vacío de los signos vacíos. Si buscamos algo en que confiar, nos veremos decepcionados ya que allí no han nada substancial.

### **El manantial que nunca se seca**

Sin embargo, si estamos con la vacuidad, si nos permitimos ser ella- que es lo que somos y quienes somos – esta se mostrará como una cornucopia, como un manantial que nunca se seca, y el fluir de su despliegue vacío y compasivo será incesante. Esta es la inseparabilidad de la sabiduría y la compasión. La sabiduría de ver que no hay una base sustancial, ninguna sustancia existente por sí misma en los fenómenos. Esto significa que no sabemos mucho sobre nada, no importa cuántas historias podamos contar.

"Saber algo sobre algo" es una ilusión, ya que supone que había algo allí antes de empezar a saberlo. Puesto que no hay nada que saber – nada que sea real en sí mismo – "saber algo sobre algo" es en realidad el proceso de crear lo que creemos que hemos llegado a conocer. Ver esto es un alivio, porque muestra la vacuidad o la naturaleza ilusoria de nuestros juicios y prejuicios, esas certezas que llevan a la exclusión del potencial abierto de cada situación. Tal exclusión vuelve nuestras mentes estrechas y nos hace intolerantes, preocupados con certeza y con una seriedad delirante. "Bueno, ya sabes cómo es Juan...". El punto de partida de tan delicioso chisme es que estamos de acuerdo en que hay una persona llamada Juan, que puede ser conocido *en y como* la *Juanitud* de Juan. ¿Cómo podemos confiar en que sabemos quién es Juan? Solo ignorando el hecho de que lo que llamamos 'Juan' es un potencial. Juan es el nombre dado a una particular manifestación en un lugar determinado. Juan se manifiesta según las circunstancias, y por lo tanto, nadie puede 'conocer' la totalidad de Juan, ya que este potencial infinito está más allá de totalización.

Lo mismo se aplica a aquello a lo cual se refieren nuestros nombres –una manifestación particular en un lugar determinado, imposible de conocer pero en constante revelación, en lugar de una entidad que se puede definir y predecir. No obstante, a menudo podemos sentir la presión que los demás hacen para que seamos predecibles, ya que si no somos confiables -en términos de coincidir con la imagen que ellos tienen de nosotros – sus mundos se sacuden. Si metes a la gente en cajas puedes saber a qué atenerte con ellos. La forma extrema de esto es la estructura de los regímenes totalitarios, donde el Estado



presume saber exactamente quién y qué valor tiene cada uno de sus ciudadanos. Definiciones totales llevan a conclusiones finales: 'Porque eres esto y nada más que esto, no te necesitamos y por eso debes morir'.

Despertar a la vacuidad significa ver la falta de validez de las construcciones que apilamos sobre las apariencias transitorias que constituyen nuestro mundo. Esto no significa que al ver la naturaleza ilusoria y vacía de estas construcciones allí no habrá nada en absoluto. Lo que está presente en el espacio liberado del montón de conceptos reificados y reificantes es la vitalidad del campo de experiencia manifestándose incesantemente. Cuando el espacio del corazón se abre y su claridad intrínseca ilumina nuestra mirada, somos capaces de ver todo y recibirlo todo. Cuando esto sucede vivimos en la no dualidad porque no hay separación. Esta es la frescura y la desnudez de la conciencia no mediada, libre de conceptos, símbolos y de toda forma de significado añadido. Al ser completa en sí mismo, no tiene necesidad de aditivos artificiales o intentos confusos de 'mejorarla'. Al ser inseparables del todo, somos sanados.

El Sutra del Corazón nos anima a deconstruir, aflojar o desligarnos de los supuestos que nos impiden estar abiertos a lo que es. Esto abre la revelación directa del camino medio entre la nada y la sustancia real. No estamos pegados a las cosas, creyendo que son verdaderamente reales, ni estamos tratando de desarrollar un espacio protector, aislándonos y evitando. Más bien, al permanecer relajados, abiertos y presentes, encontraremos nuestra presencia manifiesta moldeándose a sí misma de manera útil y armoniosa dentro del campo emergente no dual.

Esta improvisación espontánea no surge del ego y por lo tanto es intrínsecamente libre de sesgo autorreferencial. En la medida en que 'yo' (ego) me hago un lado, yo (presencia) muestra sin esfuerzo lo que es apropiado. Esta sensación de ajuste se basa en la infinidad del campo y por eso puede manifestar cualquiera de las cuatro actividades: pacificar, enriquecer, magnetizar y destruir. Cuando el ego acepta su lugar como parte del flujo de la experiencia, encontramos que nuestra presencia intuitiva responde a los muchos niveles y contornos de la topología del campo. Entonces todo movimiento es claramente parte del campo, al servicio de la integridad del campo, pudiendo ser conectivo o disruptivo de acuerdo con la dirección del patrón emergente. Cuando relajamos la fijación en y dentro de nuestra propia historia, nos abrimos a un potencial mucho más allá de la capacidad de nuestras diversas configuraciones egoicas.

El Sutra del Corazón es una herramienta muy útil para desbloquear la fijación que nos mantiene en nuestro lugar familiar. La identificación rígida de nosotros mismos u otras personas u objetos a nuestro alrededor se afloja, permitiéndonos experimentar nuestro acceso al potencial abierto como una riqueza de recursos que aparecen en beneficio de todos. En lugar de mantener nuestras manos y mentes llenas, cargando los recuerdos y los planes, que tomamos como la base de nuestra identidad, vivimos con las manos y los corazones abiertos.

Al soltar nuestras particularidades no tendremos nada en particular más, paradójicamente todo se volverá disponible para nosotros. Cuanto menos nos definamos, más podremos acceder a los muchos, muchos recursos que están aquí esperándonos.

Gracias por invitarme. Espero que hayan encontrado esto interesante, aun cuando tal vez no era lo que esperaban.