

# Reflexiones sobre “Una oración por la paz”

*James Low*

*Zoom, 23 March 2022*

¿Cómo puede nuestra comprensión del dharma ayudarnos a permanecer abiertos y relajados en tiempos de guerra y conflicto?

Actualmente en Europa hay un gran y terrible conflicto con mucha muerte y destrucción. Hay conflictos en todos los continentes. Los conflictos surgen muy fácilmente para los seres humanos porque tenemos una alquimia negativa por la que convertimos la ira pasajera en odio duradero.

Cuando nos relacionamos con otras personas y éstas dicen o hacen algo que nos molesta, es probable que experimentemos cierta ira hacia ellas. Dado que la ira surge debido a causas y condiciones, es relativa y carece de existencia inherente propia. Hubo un movimiento entre dos personas y estas personas eran a su vez simples patrones de movimiento. Pero la fluidez de ese momento puede engrosarse añadiendo conceptos. Proyectamos sobre la otra persona una cualidad continua de desagrado: "Eres peligroso para mí; me pareces repugnante". Esta sensación de que el otro es una entidad duradera nos permite proyectar más y más cosas sobre él.

La otra persona no tiene existencia inherente y nosotros tampoco. Tanto el que odia como el odiado son ilusorios, por lo que nuestras proyecciones no llegan realmente a la otra persona. Se adhieren y se forman alrededor de nuestra propia construcción mental de quién es la otra persona. Dado que esto se desarrolla en nuestra propia mente, cuando adoptamos una actitud negativa hacia el "otro", esta proyección de lo negativo no encuentra impedimentos y aumenta hasta un cien por cien. Esto apoya esa deliciosa sensación de tener un conocimiento absoluto sobre el otro: "Eres un enemigo del pueblo. Has traicionado a tu país". Una vez que esta característica de la traición se le ha colocado a alguien, es muy difícil deshacerse de ella. La proyección insultante que hacemos sobre la otra persona, nos permite desangrar el sentido de humanidad viva del otro, de modo que se convierte en un significativo vacío que puede llenarse por completo con nuestra propia proyección taimada. Sin embargo, como estoy disfrutando de la certeza de mi conocimiento definitivo sobre quién eres tú y cuál es tu valor, no siento ningún impulso de entrar en la negociación ni de modificar el conocimiento sobre ti que he construido.

## Una oración por la paz

Del olvido de la fuente abierta  
Nace la idea de mí y de otro  
descansando en el falso suelo  
de la existencia inherente imaginada.

Imaginando que soy real, y  
viendo como meros recursos a los demás,  
selecciono y rechazo para  
desarrollar y mantener mi identidad.

Con mi sentido de quién yo soy  
considero a los otros amigos o enemigos.  
Este yo-ego busca el dominio sin trabas, y  
toda resistencia es insulto y prueba de culpabilidad.

Este patrón ilusorio y engañoso  
impuesto sobre la manifestación siempre fresca  
es la causa de la guerra y el conflicto,  
de la denigración y de la ausencia de empatía.

Todas las apariencias están vacías de inherente existencia.  
Atribuimos “bueno” y “malo” a arco iris y a nubes.  
Lo no-nacido inaprehensible es nuestra fuente,  
nuestro campo resplandeciente, y nuestra danza de apariencia.

Que la luz del amor de los Budas  
brille en los corazones de ambos,  
del que teme y del que aterriza  
disipando la reificación dualista que los atrapa.

Budas, disolvió la noche oscura de las entidades  
con el amanecer de la presencia no-dual.  
Y vivamos en el día radiante de presencia y vacuidad,  
Claridad y vacuidad, apariencia y vacuidad.

Que habitemos este infinito presente  
en paz, amor y colaboración.  
Que el resplandor en el corazón de todos los seres  
suavice las corazas del ego y deje brillar la luz del amor.

Febrero 2022

Quiero repasar brevemente esta oración que escribí el otro día. Es simplemente otra manera de afirmar nuestro punto de vista Dzogchen.

*Del olvido de la fuente abierta  
nace la idea de mí y de otro  
descansando sobre el falso suelo  
de la existencia inherente imaginada.*

Estamos familiarizados con las enseñanzas que explican cómo sucede esto. El surgimiento sin causa de la inconsciencia trae la ausencia de presencia y un olvido a partir del cual se manifiesta y se reifica el engaño de la dualidad. Nos encontramos creyendo que "yo soy yo y yo no soy tú". En la intensidad y totalidad de esta imaginación olvidamos que estamos imaginando. Simplemente parece cierto.

*Imaginando que yo soy real, y  
viendo como meros recursos a los demás,  
selecciono y rechazo para  
desarrollar y mantener mi identidad.*

Me imagino a mí mismo como algo real y basado en mi propia existencia inherente. Entonces veo a los demás como un mero recurso, como algo que puedo doblegar para mis propios fines. Selecciono y rechazo para mantener el sentido de mi identidad. Y así, mi yo autorreferencial se siente habilitado para definir el valor de todo lo que encuentra.

*Con mi sentido de quien yo soy  
considero a los otros amigos o enemigos.*

En función de mi propio sentido de mí y de lo que me gusta o no me gusta, establezco alianzas con quienes me parecen similares y alejo a quienes me parecen diferentes. Estos hábitos son poderosos y a menudo no se reconocen, por lo que debemos utilizar la meditación para liberarnos de nuestras presunciones y prestar atención a la realidad. El punto clave es ver que nuestras actividades de adoptar y rechazar están creando y proyectando las cualidades que percibimos como inherentes sobre aquello que estamos considerando. No lo vemos tal y como es. Estamos creando, sin saberlo, cómo es *para nosotros*. Todos los fenómenos surgen de causas. No existen por sí mismos, no están ahí sin más. Cuando sentimos que alguien es nuestro enemigo y lo odiamos, es como si viéramos en él alguna cualidad desagradable definitiva. Sin embargo, esta proyección surge debido a la calidad de la relación que tenemos con la otra persona tal y como la experimentamos. Si me agrada y se ajusta a mis planes, lo considero un amigo. Si no me agrada y no se ajusta a mis planes, la considero mi enemiga. Es la propia ausencia de existencia inherente lo que me permite definir al otro según el contenido actual de mi mente.

*Este yo-ego busca el dominio sin trabas, y  
toda resistencia es insulto y prueba de culpabilidad.*

Este yo aislado que habito busca dominar sin obstáculos. La fantasía de omnisciencia y omnipotencia se manifiesta en los detalles de la vida del mismo modo que estoy convencido de que sé cuál es la mejor manera de podar las rosas y ordenar los cacharros de mi armario. Sobre la base de esta certeza, la resistencia a mi voluntad la considero un insulto y una prueba de la incapacidad y la culpabilidad de los demás. La diferencia la tomo como un ataque a la validez de mi visión singular.

Esto revela la cualidad viciosa de la dualidad: Si no estás conmigo, si no estás de mi lado, entonces estás contra mí. Estas son las dos únicas posibilidades. Y si estás contra mí, te destruiré. Lo vemos en muchos países del mundo, donde sólo hay un tipo de persona buena: la que simpatiza con el dictador.

*Este patrón engañoso y engañado*

*impuesto sobre la manifestación siempre fresca  
es la causa raíz de la guerra y el conflicto,  
de la denigración y de la ausencia de empatía.*

Cuando otros sufren, somos indiferentes. Cuando una nación está bajo el poder de la sed de sangre de la guerra y yo soy absorbido por ella, entonces mi confianza en mi propia opinión (fusionada con la propaganda) y mi propio posicionamiento (de alineamiento con el líder) se apoya en mi negación a otorgarle algún valor al enemigo despreciado: "No me importas. No eres nada para mí. Las personas que me caen bien, lo son todo para mí. Pero vosotros, mis enemigos, no sois nada, así que no me importa vuestro dolor". De hecho, su dolor y su sufrimiento pueden hacerme sentir aún más poderoso. Los soldados con sus chalecos antibalas y sus grandes armas y grandes botas pueden sentirse muy seguros frente a los civiles que no tienen armas. Lo que es vital para nosotros como practicantes es mantener la claridad de que no se trata de dos tipos diferentes de personas: gente buena y gente mala, mi tipo de gente y ese otro tipo de gente.

Todas las apariencias son ilusorias. Surgen, se muestran, tienen un impacto en su presentación dinámica, pero están desprovistas de existencia inherente.

De manera que cuando surge el odio y nos ponemos a averiguar quién es bueno y quién es malo, es vital recordar que el Buda primordial, el Buda original, que es la presencia luminosa de la tierra, se llama "Siempre Bueno". Bueno en todas las direcciones, en todos los tiempos, abarcándolo todo. Todo es el despliegue de Kuntuzangpo, Siempre Bueno, en cualquier circunstancia. Sin embargo, la guerra, el odio y la agresión pueden arrastrarnos a estos torbellinos de pensamientos y sentimientos dualistas.

Entonces tenemos que recordar:

*Todas las apariencias están vacías de inherente existencia.  
Atribuimos "bueno" y "malo" a arco iris y a nubes.*

Vemos el arco iris y pensamos: "Oh, es precioso, es muy bueno". Pero se desvanece. Podemos pensar que una nube de tormenta es muy mala, pero un avión puede atravesarla. No tiene sustancia propia. Las apariencias no son la apariencia de *algo*, son la apariencia de ilusiones. Las ilusiones están y no están. Al no tener existencia independiente, no ofrecen ninguna base para las atribuciones y juicios que proyectamos sobre ellas.

*Lo no-nacido inaprehensible es nuestra fuente,  
nuestro campo resplandeciente, y nuestra danza de apariencia.*

Estos tres aspectos son los que vemos en todas las enseñanzas Dzogchen: la fuente abierta vacía; el incesante campo de manifestación sin esfuerzo de la claridad no-dual y la omnipresente capacidad de respuesta de las apariencias que todo lo impregna.

Los buenos momentos llegan y se van, los malos momentos llegan y se van. Cuando descansamos en la apertura, nos liberamos de la agencialidad del ego y de la culpa y la ansiedad que lo acompañan.

Podemos tener emociones intensas hacia alguien: "¡Tú haces que me enfade! ¡Tú con tu comportamiento estúpido, me sacas de quicio! Es tú culpa que yo me enfade. ¡Yo soy una buena persona, pero tú eres un creador de problemas!" Esta clase de interpretaciones surgen

de la dualidad y ya sabemos a dónde nos conducen. Con nuestra comprensión de la visión, empezamos a ver que son completamente falsas y un aspecto del engaño que surge con la ignorancia. Todo es el resplandor de la base. Por eso, cualquiera que sea nuestra situación, cualquier provocación que suframos por parte de otra gente, si queremos encontrar la libertad, debemos descansar en la apertura de la fuente y no entrar en los engañosos artificios de la escisión dual de sujeto y objeto.

*Que la luz del amor de los Budas  
brille en los corazones de ambos,  
del que teme y del que aterrera  
disipando la reificación dualista que los atrapa.*

La ira surge a partir de una acción: alguien nos ha hecho algo. Nuestra ira reactiva es una respuesta dinámica a las acciones de los demás. Como es condicional y surge de la actividad, se disolverá con el tiempo y el cambio de circunstancias. Cuando la ira se fusiona con conceptos que atribuyen al otro una maldad esencial, se espesa y se solidifica en odio. Se vuelve incondicional y se ofrece al enemigo sin importar como sea este. Imputa al otro una cualidad negativa fundamental del ser. Odiador y odiado quedan atrapados en una dualidad duradera.

La simpatía surge de la actividad: alguien ha hecho algo por nosotros. Nuestra simpatía reactiva es una respuesta dinámica a las acciones de los demás. Como es condicional y surge de la actividad, puede disolverse con el tiempo y el cambio de circunstancias. Cuando la simpatía se fusiona con conceptos que atribuyen al otro una bondad esencial, madura y se convierte en amor. Se convierte en incondicional y se ofrece a los seres queridos sean como sean. Se basa en la creencia básica en una cualidad positiva fundamental del ser en el otro. Amante y amado coemergen en un campo vibrante de conectividad.

Tanto si somos la persona que está siendo atacada y tememos perder nuestro país, nuestra libertad, la salud de nuestro cuerpo... como si somos el aterrador que es capaz de llenar de miedo a otras personas, ambos posicionamientos se mantienen en su lugar por nuestra creencia en su realidad. Cuando parece que es así, nos dejamos arrastrar por la reactividad. Por eso es vital relajarnos y liberarnos de esta intoxicación fusional. Permaneciendo en la apertura podemos ver cómo surgen y pasan incluso los impulsos y emociones más poderosos. No tienen realidad ni existencia inherente, pero llevan mensajes que se convierten en verdad para nosotros si nos fusionamos con ellos. Esta es la razón por la que hacemos la práctica del Guru Yoga una y otra vez. Es la manera simple y directa tanto de liberarnos de la fusión con los surgimientos como de permitir que lo que surja desaparezca sin dejar rastro.

Por supuesto, en estos tiempos peligrosos llenos de intensas provocaciones es muy difícil mantenerse abierto y relajado, ya que la forma del mundo que nos rodea y la forma de nuestra propia vida se ven alteradas por las circunstancias. Como sabemos, las fronteras de los países de Europa han cambiado muchas veces. La gente piensa: "Soy ucraniano, soy polaco, soy ruso", pero las fronteras de estos países han cambiado mucho en los últimos cien años. Cuando podemos ver que el nombre de un país, el nombre de una ciudad, nuestro propio nombre, se aplica a un proceso dinámico e interactivo más que a una entidad, entonces empezamos a liberarnos de la esclavitud de creer en existencias fijas fiables.

*Budas, disolved la noche oscura de las entidades  
con el amanecer de la presencia no-dual.*

Cuando creemos que los fenómenos son reales, cada aspecto del mundo adquiere una definición clara y cada apariencia parece ser algo único y específico. Sin embargo, este compromiso con la existencia de las cosas conlleva una oscuridad porque estas apariencias parecen impenetrables en su autodefinición. Sin embargo, esas entidades aparentemente existentes no son cosas separadas. Son experiencias, interpretaciones y construcciones que surgen de nuestra propia actividad mental. Todos los fenómenos son relativos entre sí y surgen en interacción. El término "fenómeno" indica algo que aparece, algo que se revela a través de la conciencia. La conciencia es la actividad mental de aprehender objetos, cosas sobre las que se puede pensar. Tanto el sujeto como el objeto son acontecimientos mentales. Si no se reconocen como tales, en el dharma se habla de "verdad relativa". La verdad relativa sólo es "verdadera" en la imaginación; de hecho, es un discurso de ficción, es una invención. Cuando despertamos a la no-dualidad de la presencia, nos damos cuenta de que todo es como un arco iris, como un espejismo. Está aquí, pero no tiene sustancia. Entonces queda claro que tanto el "sujeto" como el "objeto" son experiencias no-duales con la fuente.

*Y vivamos en el día radiante de presencia y vacuidad,  
claridad y vacuidad, apariencia y vacuidad.*

La conciencia de la vacuidad diluye la densa opacidad del yo y del otro. Si vemos que la otra persona surge debido a causas y circunstancias sin una esencia definitoria interna y personal, entonces ¿dónde está el enemigo realmente existente que no me gusta o me asusta? Me asusta una construcción. Esta construcción surge de mí porque creo que palabras como "enemigo" significan una esencia desagradable y amarga. En realidad, no hay ninguna esencia desagradable y amarga. Lo desagradable y amargo que percibo en ti, mi enemigo, es mi interpretación del impacto que tiene en mí el modo en que te mueves y cambias con las circunstancias. Tu "enemistad" es relativa a nuestra situación actual. No es intrínseca.

*Que habitemos este infinito presente  
en paz, amor y colaboración.  
Que el resplandor en el corazón de todos los seres  
suavice las corazas del ego y deje brillar la luz del amor.*

En este ahora atemporal, en este presente infinito que nunca cambia, que todos permanezcamos en paz, amor y colaboración. Que la agitación inquieta del ego llegue a la quietud libre del aferramiento hambriento y así disuelva todo rastro de ser una entidad. La luz de nuestro corazón brilla a través de nuestros sentidos vinculándonos con todo el movimiento del que formamos parte. Así pues, nuestra práctica consiste en liberarnos del engaño de la conceptualización solidificadora que conduce a la división entre amigo y enemigo.

¡Que permanezcamos en la disponibilidad abierta y siempre fresca!

*Traducido al español Isabel Defez a partir de la traducción de Juan G. García y la transcripción inglesa de Lea Pabst, revisada por James Low abril 2022*