

La paz interior

SE Tai Situ Rinpoche

11 octubre 2020

<https://www.youtube.com/watch?v=7soEthS-2bk>

[Recitación en tibetano]

Hola a todos. Su Eminencia, Su Venerable Rinpoche, Venerables Lamas, Guelongmas, Monjes y Monjas, queridos hermanos y hermanas en el Dharma.

Encantado de verlos a todos bien y luciendo muy relajados y felices en este momento tan difícil de la pandemia, el mundo entero se ve afectado por ella. Parece que se encuentran bien, eso es maravilloso.

El tema de hoy es "La paz interior". Cuando nuestro tema se titula "La paz interior", entonces el otro lado de la paz interior es la paz exterior. Muchas veces de alguna manera nos confundimos un poco sobre la paz interior y la paz exterior. La paz exterior es algo que todo el mundo experimenta, y la paz interior es lo que experimenta un individuo. La paz interior individual será escuchada, vista y sentida por otros, por supuesto, pero será muy diferente entre la persona que alcanzó la paz interior y aquellos otros que están experimentando la paz interior de otra persona, o su efecto.

Así que ahora veamos esto. Por supuesto, en un [cortado] filosófico y religioso, es algo que todo el mundo sabe, creo. Como el Nirvana, la Budeidad, etc., o la Tierra Pura, el Reino Puro, etc., estas cosas describen tanto la paz exterior como la paz interior. Si este mundo se convierte en Tierra Pura, eso es paz exterior. Para alguien como yo, en mi tipo de mentalidad y pensamiento, que es, creo, a través de mi experiencia en la vida hasta ahora, transformar este mundo entero en una Tierra Pura, no puedo verlo imposible, porque no puedo creer en imposible, no creo en imposible. Dicho esto, entonces debería haber algún uso para esta palabra "imposible", que está en el diccionario, en todos los diccionarios, en Oxford, en todas partes. Así que tenemos que usarla en alguna parte, y ese debería ser uno de los usos de la palabra "imposible", porque transformar todo este mundo del Polo Norte al Polo Sur, de Este a Oeste, en todas partes, transformar todo en una Tierra Pura, totalmente, para todos eso es simplemente una oración maravillosa, y aparte de eso, es muy difícil para mí ser muy serio al respecto de una manera técnica y ligado a un límite de tiempo. Por supuesto que sigo rezando, por supuesto. Pero la paz individual, eso es absolutamente absolutamente no solo posible sino que es un destino, la paz individual. La paz individual, por definición, es cuando te sientes tan contento y te sientes tan confiado, que pase lo que pase, no te afectará de manera negativa. Todo te afectará de manera positiva. Si hay un incendio, serás el combustible; si hay agua, serás el pez; si hay viento, serás el pájaro; si hay una montaña, serás las rocas dentro de la montaña; así sucesivamente. Si hay espacio, serás el sol, la luna y las estrellas. Entonces no hay nada que te pueda afectar negativamente, y eso es absolutamente posible para cada uno de nosotros, y estoy seguro que para cada uno de nosotros, hasta hoy, hubo momentos o incluso momentos largos, momentos largos hacen minutos, horas, días, semanas y meses, cuando hemos experimentado esto. ¿Sí? Y algunas personas experimentan esto los 365 días del año, las 24 horas, pero son verdaderos yoguis. La mayoría de nosotros, incluyéndome a mí, tratamos de serlo, y a veces nos las

arreglamos para hacerlo, a veces retrocedemos como escalando una montaña de arena. Subes diez escalones, retrocedes nueve, a veces nueve y tres cuartos. Realmente lograste algo. Y luego continúas, y continúas, y continúas, y piensas que no llegaste mucho más lejos porque estás mirando hacia la cima de la colina, pero cuando miras hacia atrás, en realidad ya subiste unos cuantos cientos de pies. Así. A veces da un poco de miedo, porque llegaste muy lejos y el destino está un poco lejos, pero cuando miras hacia atrás da un poco de miedo, así que eso puede suceder, por supuesto. Esa es la paz individual de la que estoy hablando, la paz individual.

Luego, la paz exterior. Paz interior - paz exterior, tenemos que diferenciar entre estos dos. La paz interior es muy importante para mí, para ti, individualmente, muy importante. Debemos lograr algún aspecto de paz interior. Al menos, en el nivel de la experiencia, cuando decimos "paz interior", deberíamos poder saber lo que queremos decir. Luego, cuando decimos "paz exterior", todos sabemos lo que queremos decir, porque vimos lo que **no** es paz. Cuando eso termine, habrá paz, de modo que esa parte se nos da bastante bien y decimos todo tipo de cosas sobre la paz exterior. Yo soy uno de ellos, que empezó hace mucho tiempo y todavía trata de hacer cosas porque se ve lo que no es. Por lo tanto, también puedes adivinar y percibir lo que podría ser. Entonces, de esa manera, la paz exterior.

[14:55] Tanto la paz interior como la paz exterior son en realidad de lo que se trata la vida, y de lo que se trata todo, creo. Y como practicante del Budismo Vajrayana, de lo que se trata el Budadharma, sin duda, y de lo que es la enseñanza Vajrayana del Buda con seguridad, absolutamente, tanto para la paz externa como para la paz interna. Agregaré a eso diciendo que es más como lograr la paz interior primero, y de esa manera luego la paz exterior a la que uno contribuirá. A medida que buscas la paz interior, la paz exterior también se desarrolla, al mismo tiempo. Así que de esa manera. Tengo un ejemplo sencillo para ello. Podrías decir "Soy uno de los 7.800 millones de seres humanos en esta Tierra, ¿qué diferencia puedo hacer si he logrado algún sentido de satisfacción, algo de confianza? ¿Cómo puede afectar esto?" Te doy un ejemplo, muy sencillo. Puede ser una enorme piscina de agua, digamos un lago, del tamaño de un lago, y tú eres una gota de color azul, o color verde, o color rojo, de cualquier color, pero esos colores son bonitos, ya sabes, púrpura. Son bonitos colores. Puedes ser cualquiera de esos colores, pero una gota. Quizá un poquito más, una copa de color. Y cuando lo viertes, entonces toda la piscina, o el lago, o el estanque, se vuelve un poco verde, un poco azul, un poco púrpura, un poco amarillo, un poco rojo, seguro. Si no, entonces si viertes mil millones de tazas, vasos de color, no hará ninguna diferencia. Entonces, si uno no hace la diferencia, mil millones no hacen la diferencia. Uno es la milmillonésima parte de uno, y uno está marcando la diferencia, por lo tanto, mil millones marcarán la diferencia, por supuesto. Pero la magnitud del efecto depende de qué tan profunda sea tu paz interior. Por ejemplo, un gran Arhat como Ananda, como Rahula, como todos esos miles y miles de Arhats, discípulos de Buda Shakyamuni, son afectados por la Iluminación de Buda Shakyamuni, que en la práctica Theravada se describe como Tathagata, Arhat, [sánscrito], entonces Arhat. De esa manera, todos estos grandes Arhats son el efecto del Buda Shakyamuni, y en las enseñanzas Theravada, el efecto más elevado. Y como resultado de su efecto, vemos ahora mismo a todos nosotros, de todas partes del mundo, nueve idiomas aprendiendo las enseñanzas de Buda, aunque sea por un corto tiempo, eso es lo que estamos haciendo. Y todos ustedes a tiempo completo, son

parte en el rompecabezas del centro de Dharma, la comunidad de Dharma de allí. De esa manera, su efecto es muy obvio. De esa manera, el efecto individual para toda la humanidad es muy evidente.

Entonces, podemos decir "¿Cómo puede el efecto individual del ser humano tener un efecto sobre los seis reinos completos de los seres sintientes? ¿De los dioses en el cielo a los seres en el infierno, o los animales, o todos los tamaños y formas de animales? Entonces, ¿cómo puede esto tener un efecto sobre todos?" Por supuesto, porque todos y cada uno de nosotros venimos de todos los reinos. No digo que lo recuerde, entonces sería un charlatán, porque no me gusta ser tantas cosas de las cuales una de las cosas que realmente no me gusta ser es un charlatán, ¿sabes? Debido a que soy un maestro religioso, maestro de Dharma, la posibilidad más cercana para mí de convertirme en algo es en un charlatán. Si veo el pasado, veo el futuro, puedo ver tu pasado y tu futuro, entonces estarías emocionado y puedo hacer mucho impacto temporal relativo, bueno o malo, no sé, en todas sus vidas, así que es una posibilidad muy fácil, una posibilidad ya hecha, pero no me gusta serlo porque en mi comprensión de la historia del Dharma, el Dharma sagrado, no hay mucho daño que haya ocurrido en la historia del Dharma, por eso todavía tenemos el linaje precioso, todavía tenemos tantas cosas maravillosas, pero todo el daño que pasó, todo el deterioro que se produjo no viene de los seguidores, no viene de los discípulos, viene de los charlatanes, que se sentaban aquí y hablaban con superioridad, ahí la desintegración y todas las deficiencias y la contaminación del linaje puro, todo viene de aquí arriba. No es solo que no quiera serlo, sino que no me atrevo a serlo. El Dharma es tan precioso y cualquiera que lo contamine y lo destruya es terrible. Para mí, no quiero tener nada que ver con eso en absoluto, conscientemente, a sabiendas. De esa manera, no me refiero a que recuerdo, no me refiero a que recuerdo tu vida pasada, no me refiero a nada de eso, pero habiendo dicho eso, ahora puedo hablar, ¿sabes? Dicho esto, cada uno de nosotros ha sido todo tipo de formas de seres sintientes. Desde los dioses en los cielos hasta los asuras, titanes, suena bien, ¿verdad? De los animales, algunos de ellos suenan bien. Hemos sido dinosaurios, sobre todo Tyrannosaurus Rex, así, bastante poderosos e impresionantes. Y luego leones, tigres, elefantes, ciervos y todo tipo de seres así, los asocio con admiración. Pero no solo eso, no podemos ser exigentes, porque gusanos de tierra, arañas, ácaros del polvo, osos de agua, etc., etc. ¡Por el amor de Dios, si los osos de agua ni siquiera se mueren! Los osos de agua son enviados a la estación espacial, luego los traen de regreso, les ponen agua, vuelven a la vida y comienzan a tambalearse. No mueren. Entonces, todo tipo de formas hemos sido, no solo una vez sino innumerables veces. Y luego, nada agradable, fantasma hambriento, nada agradable, en el infierno, hemos estado innumerables veces. De esa manera, hemos sido todo innumerables veces. Hay tantas cosas que decir, pero esta vez no tengo tiempo para ser gracioso, porque tenemos muy poco tiempo. De lo contrario, me encantaría ser gracioso, porque me hace feliz cuando puedo decir algo gracioso, y puedo ver una pequeña sonrisa en sus caras, y no pueden evitar mostrar sus dientes, incluso si tratan de esconderlos, todavía se asoman. Eso me hace feliz, pero lamentablemente esta vez no tenemos tiempo para ese lujo. Debo recordar que estoy en un Zoom, estoy en un Zoom. Bueno. Entonces, hemos sido todo, hemos sido todo.

El efecto de la paz interior de Buda Shakyamuni tuvo un efecto sobre los seres de todos los reinos, y todos venimos de todos los reinos, todos tenemos un efecto sobre los seres sintientes de otros reinos, ahora mismo. Diré, aquellos de ustedes que son maravillosos practicantes del

Dharma, cualquier animal que se cruce en su camino como mascota doméstica, no me gusta decir "mascota", parece que uno los está explotando en lugar de una muñeca de trapo, no es así. Se vuelven parte de la familia, son un miembro de la familia, pequeños con mucho pelo, cuatro patas y una cola, qué lindos. Tienen mucha suerte, porque por su vínculo como animal, se supone que son menos que los humanos, a veces no estoy muy seguro, porque algunos de los animales parecen muy, muy sinceros y veraces, y también leales y muy agradecidos de un gesto amable de cualquier persona, y también muy sensibles, pueden sentir, pueden sentir lo que está pasando en tu vida. Si tienes alguna enfermedad, también la pueden sentir, interesante. Nosotros tenemos que gastar mucho dinero y tiempo y tantas agujas y esas cosas, y también tenemos que estar expuestos a tantas ondas, son dañinas. No sé, tienen que serlo, porque cuando voy al hospital y me hacen radiografías, los médicos y enfermeras usan algo así como una armadura medieval, ¿sabes? Luego hacen clic en mí, luego desaparecen en algún lugar, y hacen clic en mí, y luego regresan vestidos normalmente. Entonces, algo tiene que ser bastante malo, pero tenemos que hacer todo eso para saber. Pero los perros, los gatos, los animales domésticos saben, pueden olerlo, pueden sentirlo, por lo que no son 100% menos que nosotros. Todos tienen la naturaleza de Buda y son muy afortunados de ser parte de tu vida. No me refiero a que debas ir a buscar de inmediato un animal doméstico miembro de la familia, no me refiero a eso, es una gran responsabilidad, pero si ya los tienes, son afortunados.

[30:40] El efecto de la paz interior de alguien, la realización, eso es enorme. Cuando hablamos de paz, inmediatamente lo que te viene a la mente es la paz mundial. En mi mente, paz mundial, cuando decimos eso, estamos recordando, estamos teniendo memorias de algunas fuentes, no recordamos el pasado, eso es lo que pensamos, pero tal vez lo hagamos pero no lo sabemos. Pero de cualquier manera, recordamos algo de algunas fuentes, la Primera Guerra Mundial, la Segunda Guerra Mundial y los conflictos en curso en todo el mundo. Superar todo eso y un mundo sin ningún conflicto, eso es lo que pensamos como paz mundial. Pero luego, cuando realmente miras las enseñanzas del Señor Buda, solo ve a la primera enseñanza, las Cuatro Nobles Verdades, la verdad de la paz, que es la cesación. ¿Cese de qué? Cese de la causa y las condiciones que nos hacen tener un conflicto interno, que se refleja externamente como un conflicto externo. Algunos de nosotros tenemos cierto tipo de karma de que podemos proyectar nuestro conflicto interno e imponerlo a otros, y luego hacer una guerra y cosas así, hacer una guerra, declarar una guerra y cosas así. Sí, hay gente de nuestra especie, la humanidad, muchísima, que tiene esa capacidad. Algunas personas pueden decir "desafortunadamente", pero yo diré "afortunadamente", porque afortunadamente, yo y la mayoría de ustedes, tal vez algunas personas tienen esa capacidad, no lo sé, pero la mayoría de ustedes, no tenemos karma para esa capacidad. Entonces, si alguna vez te sientes tan enfurecido, lo máximo que puedes hacer es ir a la cocina y romper todas las tazas y los platos, eso es lo máximo que puedes hacer. Más que eso, los vecinos llamarán a la policía y estarás tras las rejas. Olvídate de causar algún tipo de impacto negativo, ni siquiera podrás hacer tus cosas cotidianas. Estarás restringido. Si no te portas bien, es posible que te pongan una camisa de fuerza para que ni siquiera puedas mover la mano, tendrán que alimentarte como a un bebé con cucharas, porque no querrán que las agarres y los golpees y los lastimes, así. De esa manera, no tenemos ningún privilegio, en mi caso, un privilegio no deseado, para causar desarmonía a gran escala.

[34:40] Cuando hablamos de paz exterior, paz interior y paz mundial, y paz universal, armonía universal, armonía interior, todas estas cosas, estamos hablando de lo mismo. Lo que nos hace no estar en armonía es nuestro egoísmo, nuestra codicia, nuestro odio, nuestros celos, nuestro orgullo egoico, todo viene de nada maravilloso, todo viene de la ignorancia. Para estar celoso, primero tenemos que ser ignorantes. Tenemos que ser tan ignorantes que cuando a algunos de nuestros amigos les va bien, nos ponemos celosos. ¿Sabes? Entonces, ¿qué tipo de ignorancia se necesita para estar celoso? Solo puedes estar celoso de alguien que conoces, alguien cercano a ti, un familiar o amigo, tus parientes, nos ponemos celosos. Con los desconocidos no te pones celoso. Así.

Entonces, la agresión, todas estas cosas son así. Y la codicia, por ejemplo, la codicia. Es muy, muy engañosa, nuestra ignorancia.

Nuestra ignorancia puede volverse tan, tan confusa. Y luego, ¿qué pasará? Quieres tener algo que destruya cien vidas. Luego eso no es suficiente, mil vidas. Luego eso no es suficiente, diez mil vidas. Luego eso no es suficiente, un millón de vidas. Luego eso no es suficiente... ya sabes, si puedes, quieres acabar con la vida de todos aquellos a quienes consideras tus enemigos, y quieres acabar con todos, con solo presionar un botón, si puedes. ¿No crees que es terrible? ¿Crees que eso es sabio? No lo creo, porque cada persona que elimines así, tendrá sus amigos, sus familiares y sus parientes. No solo eso, todos tus amigos también se preocuparán por ti. Luego, después de un tiempo, es posible que tú mismo estés preocupado por tu propia mano, porque esa mano ha presionado muchos botones, por lo que esa mano da miedo, ¿sabes? Es posible que tengas pesadillas con tu mano. Tu mano podría volverse como las serpientes en la cabeza de la *Madonna* e intentar morderte, y cosas así. Eso puede pasar.

De esa manera, cuando la ignorancia se manifiesta sin sabiduría, sin atención y sin conciencia, entonces puede convertirse en todo tipo de cosas. De esa manera, la causa y las condiciones que hacen lo que no es la paz exterior es ese ego, esa ignorancia, ese egoísmo. Así que la paz exterior, la paz interior, la paz mundial, la armonía, todo depende de eso.

Todo se debe a la ignorancia, al yo, al ego. Cuando miramos esto, si miramos una palabra muy sagrada de nuestras sagradas enseñanzas, entonces la naturaleza de la mente y la naturaleza de la conciencia, y la naturaleza del cuerpo y la naturaleza de todos los fenómenos, son todos iguales, la misma naturaleza, la misma esencia. No hay dos esencias, una es la esencia de la mente, una es la esencia de la conciencia, una es la esencia del cuerpo, una es la esencia del exterior a nuestro cuerpo, no. Todo es igual. Teniendo en cuenta eso, puedo reflexionar sobre tres cosas. La primera es la esencia. La esencia de todo es vacío. Permítanme primero mencionar las tres. La esencia de todo es vacío, la esencia en tibetano es *ngowo*, o la esencia o naturaleza, *ngowo*, en sánscrito es *sobhawa*. Suena a francés, *sobhawa*. Eso es vacuidad.

Entonces, ahora el carácter o *rangdzin* en tibetano, carácter en inglés, carácter es claridad. El carácter es claro, en lugar de no claro. El carácter es como la sabiduría, claro. No es como la ignorancia, no claro. Entonces, claridad. Luego, *nampa*. *Nampa* en sánscrito es *prakar*. La forma en que aparece, *nampa*. *Nampa* en tibetano es *mangagpa*. *Mangagpa* significa cesación y no cesación. ¿Qué es la no cesación? Que siempre está presente. *Nampa* es estar siempre presente. En sánscrito, *anurad*. *Nampa* es *anuradh*. De esta manera, *ngowo*, *rangdzin*, *nampa*, entonces tres, de la mente, del cuerpo, de la conciencia, de todos los fenómenos externos, tres. *ngowo*, *rangdzin*, *nampa*. Vacío, luego naturaleza, características, la forma en que aparece o

manifestación. Entonces, tres. Estos tres abarcan todo. Cuando decimos "Estoy practicando el Dharma, el Dharma sagrado, con esta túnica", y también con este tipo de apariencia, entonces inmediatamente, "Él es un tibetano", "Es un monje budista", "Es un Bhikkhu", todo tipo de cosas, y luego tienes una especie de percepción 100% religiosa, y luego una percepción 100% asiática y 100% budista, de alguna manera te hace pensar en esto como un algo, un algo. Pero, en esencia, no lo es. Los *ngowo*, *rangdzin*, *nampa* de asiáticos, europeos, africanos, americanos o terrícolas, marcianos o ET, ¿sabes? Extraterrestres, todos son exactamente idénticos. No solo eso, los glaciares del Polo Norte y el Polo Sur, el Polo Norte no tiene tantos glaciares, solo hielo. Groenlandia y la Antártida tienen muchos glaciares. Y los glaciares del Himalaya, los Andes, el Cáucaso y los Alpes europeos, todo es igual. La superficie de la Tierra, el agua, el bosque, todo. Y el núcleo de la Tierra, sea lo que sea, algunos dicen que hay un gran imán, algunos dicen que hay un gran magma, un centro muy caliente, lo que sea. Creo que algo caliente está bastante claro, porque si sintiéramos calor al estar más cerca del sol, entonces en la cima del Monte Everest haría mucho, mucho calor, y no lo hace. Además, en ese caso, alguien que viviera en una cuenca sentiría mucho, mucho frío, lejos del sol por varios kilómetros, pero no es así, hace más calor allí. Por lo tanto, hay algo de verdad ahí. Al mismo tiempo, eso tampoco me convence realmente al 100%, porque en el hemisferio norte y el hemisferio sur, incluso el nivel del mar se pone muy, muy frío, y el mar está helado, por lo que no funciona al 100%. Al mismo tiempo, estando un poco influenciado desde la niñez por la geografía, el punto más alto de la Tierra no es el Monte Everest, el punto más alto de la Tierra es en realidad el medio del océano, porque la Tierra tiene una barriga y la parte más gorda de la barriga de la Tierra es el medio del océano. Debería haber varias decenas de miles 2-3 veces más alto que el Monte Everest. Eso está en medio del océano. Así que es un poco confuso, no importa lo que haya ahí, todo lo que esté ahí, *ngowo*, *rangdzin*, *nampa*, los mismos. El mismo *ngowo*, el mismo *rangdzin*, el mismo *nampa*. Todo.

[48:40] Ahora, saltaré desde aquí. Realmente daré un salto de canguro, un salto muy grande. El elefante no puede saltar tan alto, cuando se trata de saltar, el canguro es el maestro. En cuanto al tamaño, el tamaño físico, la pulga común es la campeona, porque la pulga común puede saltar muy alto en comparación con la altura de su cuerpo, esa sería la número uno, y el número dos sería el canguro. Entonces ahí, doy un gran salto.

Desde este nivel de *ngowo*, *rangdzin*, *nampa* al *ngowo*, *rangdzin*, *nampa* del Buda más elevado. Entonces, ¿qué es el *ngowo* de Buda? ¿Qué es el *rangdzin* de Buda? ¿Qué es el *nampa* de Buda? El *ngowo*, *rangdzin*, *nampa* de Buda. Es lo mismo, pero aquí tenemos que hacer un pequeño ajuste específico en el idioma. Cualquiera, todo Buda en el pasado, todo Buda en el presente y todo Buda en el futuro, todos nosotros, todos ustedes y yo, todos nosotros, futuros Budas, todos podemos ser Buda debido al *ngowo*, *rangdzin* y *nampa*. Y seremos Buda, tarde o temprano. Algunos de nosotros tomamos más tiempo, algunos de nosotros tomamos menos tiempo, pero el tiempo es relativo. El científico Einstein lo dijo y lo escribió, el tiempo es relativo. Es relativo, creo, pero para nosotros, el tiempo parece ser algo importante. A veces tenemos tiempo más que suficiente, por eso nos aburrirnos; a veces no tenemos suficiente tiempo, nos estresamos; a veces tenemos tanto tiempo para nosotros mismos que nos sentimos solos; a veces no tenemos tiempo para nosotros mismos, entonces nos sentimos asfixiados, nos sentimos estresados. El tiempo es así, el tiempo es relativo, sí. El Buda

Shakyamuni del pasado, presente y futuro. Quiero decir, Buda Shakyamuni del presente, Buda Dipankara del pasado, Buda Maitreya del futuro, y todos los demás, cada uno de los seres sintientes es Buda. Debe haber personas cuyo nombre sea Joan, entonces Buda Joan, luego alguien allí cuyo nombre sea María, Buda María, así que cualquiera es candidato para futuro Buda, con seguridad. El *ngowo*, *rangdzin*, *nampa* de todo el mundo es idéntico. Cuando alguien alcanza la Budeidad, entonces su [*ngowo*] se convierte en la encarnación de Prajnaparamita, Sabiduría Primordial, que es la esencia de la vacuidad. Cuando decimos vacío, mucha gente tiene un bagaje antiguo del idioma, vacío significa billetera vacía: “¡Dios mío, mi billetera está vacía, estoy en problemas!”. Taza vacía, tengo sed pero no hay agua, mi taza está vacía. Así, no ese tipo de vacío.

Todo está siempre abierto, ¿sabes? Por lo tanto, todo es posible. Nada está totalmente ocupado, totalmente condenado, todo puede y será transformado, de buena o mala forma. Todo es posible, esa es la definición de vacío. Tantas enseñanzas del Señor Buda, volúmenes y volúmenes, pero iré a cuatro líneas en particular de Nagarjuna. En su texto “Uma Tsawa Sherab”, dice [tibetano], estas cuatro líneas son muy, muy simples: "No hay nada que no sea interdependiente, por lo tanto, no hay nada que no sea interdependiente". Muy simple. Estoy yendo a lo básico, ¿de acuerdo? Acabo de mencionar que la humanidad es 7.8 mil millones. ¿Cómo surgieron 7.800 millones? Manifestación interdependiente de madre y padre. ¿Puedes discutir con eso? No lo creo. ¿Puedes estar en desacuerdo con eso? No lo creo. Madre y padre interdependientes, de los cuales salen 7.8 mil millones de seres humanos. Y ese salto canguro no tomó eones, hace menos de 300 años la Tierra tenía solo mil millones de personas. En realidad, hace unos 200 años, la Tierra tenía solo mil millones de personas. Ahora, 7.8. Así que no tomó eones, solo dos siglos, solo unos pocos siglos. De esta manera, sabes qué es el vacío, ahora lo sabes. La vacuidad no significa que no haya nada, la vacuidad significa que no hay nada más que la manifestación interdependiente de todo lo demás o menos que la manifestación interdependiente de todo lo demás. Eso es vacuidad. Eso nos da un muy buen paso siguiente, muy bueno, porque yo, como budista, no puedo ocultar mi identidad budista, así que como budista no quiero esconderme, pero incluso si quisiera, no puedo esconderme. ¿Qué se supone que haga? Yo, como budista, siguiendo las enseñanzas del Señor Buda, se supone que debo creer que cada ser sintiente es un Buda. ¿Cómo hago eso? No parecen un Buda, y muchas veces no se comportan como un Buda, y ni siquiera suenan como un Buda muchas veces, aunque no he visto a Buda, no he escuchado a Buda, pero tengo mi propia imaginación proveniente del linaje. Entonces, no lo son. Esto nos da una metáfora esclarecedora clave. Digamos alguna otra religión cuya enseñanza sea totalmente opuesta a las enseñanzas del Señor Buda, no sé qué es, pero estoy seguro de que la hay, porque no hay nada imposible, no creo en la imposibilidad, todo es posible. En cualquier lugar, si no está en esta Tierra, en algún otro universo, es posible, cualquier cosa. Entonces, ¿cómo puedo respetar eso y apreciarlo? A partir de esto, podemos apreciar eso y podemos respetar eso, porque es parte del rompecabezas de la Sabiduría Primordial. La Sabiduría Primordial se manifiesta como sabiduría. La sabiduría se manifiesta como conocimiento. El conocimiento se manifiesta como experiencia. La experiencia se manifiesta como guía. Entonces, si haces algo simple como una ensalada César, un plato muy simple, ensalada César. Me gusta mucho. Ensalada César, está bien. No puedes simplemente decir "Abracadabra, ensalada César", no sucederá. ¿Sabes? Tienes que tener todos los ingredientes de la ensalada César, tienes que preparar una ensalada César, tienes que tener los

aderezos para una ensalada César, hay diferentes aderezos para la ensalada César. Entonces se verá como una ensalada César, sabrá como una ensalada César y olerá como una ensalada César. Y funciona como una ensalada César. Así, interdependiente. Bueno. Ahora digámoslo así: ensalada César, o ensalada rusa, o alguna otra ensalada, como ensalada de pepino. ¿Cuál es la diferencia? Son diferentes simplemente en la forma en que están hechas, pero todas son ensaladas. La ensalada César y la ensalada de pepino son dos cosas totalmente diferentes, no saben igual, no tienen el mismo aspecto, no huelen igual, pero son ensaladas, provenientes del mismo esfuerzo humano, del mismo conocimiento humano y de la misma experiencia humana. Nuestros perros son muy simpáticos y muy queridos por nosotros, pero si les pedimos que hagan una ensalada César, no saben cómo hacerla. Estoy casi seguro de que no saben cómo hacerla. Sí, si ponemos todos los ingredientes ahí, y luego los manipulamos para que salten, darán saltos y harán que parezca una ensalada César, pero luego tenemos que juntar todo y ponerlo en un plato limpio. De esa manera, ellos no saben, pero nosotros sabemos por experiencia, por conocimiento, por sabiduría, pero eso viene de la Sabiduría Primordial. ¿Se necesita Sabiduría Primordial para hacer una ensalada César? Definitivamente no, pero sin la Sabiduría Primordial, no habría sabiduría; sin la Sabiduría Primordial, no habría conocimiento; sin la Sabiduría Primordial, no habría experiencia; sin la Sabiduría Primordial, no habría maneras. Entonces, algo simple, hacer un plato de ensalada César, o un bol de ensalada César, normalmente se sirve en un bol, o una cirugía cerebral muy, muy sofisticada, altamente especializada, entre éstos, la diferencia es enorme. ¿Qué sale mal si te equivocas con la ensalada César? Y qué saldrá mal si se hace mal una cirugía cerebral. ¿Puedes comparar? Por supuesto que no. Pero ambos provienen de la misma experiencia, técnica, conocimiento, sabiduría. La fuente y la esencia de todo eso es la Sabiduría Primordial. De esa manera, damos un gran salto entre una tarea simple de un ser humano y el mayor logro, la Budeidad. Ambos provienen de la misma fuente, *ngowo*. *Ngowo* es vacío, *sunyata*. El vacío es sabiduría, la fuente de la sabiduría es la Sabiduría Primordial. De esa manera, podemos entenderlo. Sabemos de lo que estamos hablando cuando podemos hacer una conexión con todo esto. De lo contrario, si le hablas de la vacuidad a alguien, no tiene sentido. Casi suena como algo terrible, enseñanzas sobre la vacuidad, no estás enseñando la plenitud. Suena como una enseñanza muy desafortunada. Tu billetera está vacía, tu cuenta está vacía, terrible. Entonces quieres recibir las enseñanzas del Dharma y luego tu cuenta bancaria estará llena y rebosante, ¿verdad? Tu billetera estará llena, estará lista para reventar, una enseñanza afortunada. No ese tipo de vacío. Vacío, Sunyata, Prajnaparamita, muy, muy sagrado, pero mucha gente no entiende cuando dices "sagrado". Piensan que sagrado significa que está fuera de nuestro alcance. Algo sagrado, no tienes nada que ver con eso, porque no te consideras sagrado. La gente se aleja de lo sagrado, la santidad, todo esto, se aleja. ¿Por qué? Porque piensan que no son sagrados, piensan que no son santos, piensan que no son preciosos, por lo que no se conectan con estas cosas. Somos santos, todos y cada uno de nosotros somos iguales a Buda. Si Buda es santo, nosotros somos santos. Y cada cosa, incluso un trozo de roca, o un trozo de madera flotante, o cualquier cosa, o un puñado de tierra, es sagrado y santo. Es parte del rompecabezas de todo. Y todo es parte del rompecabezas de la Sabiduría Primordial y su manifestación. De esa manera, el vacío, *ngowo*, es muy básico e importante para todos nosotros.

En nuestro mundo, hay muy pocas religiones, muy poca diferencia, cristiana, islam, hinduismo, budismo, judaísmo, animismo, hay pocas religiones y son muy similares. Sí, algunos usan

sombrero blanco, algunos usan un sombrero colorido, algunos no usan sombrero pero tienen mucho cabello, pero todo es más o menos lo mismo. Algunos usan vestidos largos, a todo el mundo le gusta usar vestidos largos, eso está muy de moda para todos los practicantes religiosos, vestidos largos. De cualquier manera, algunos se cubren la boca, algunos se cubren la cabeza, algunos se cubren los ojos, así que es absolutamente similar, por lo que realmente no podemos hacer mucha diferencia. Pero una cosa en la que puedo hacer un poco de diferencia es entre todos los que creen en algo y los que no creen en nada, como los agnósticos, los ateos, los no creyentes, se llaman a sí mismos, no creen en nada. Luego los de la otra parte creen en algo, Buda o Dios o alguna entidad en el espacio, o el poder de los elementos, o algo en lo que creen. Entonces, creyentes y no creyentes. Pero si vas realmente solo un poquito, no un salto de canguro, sino el paso de un caracol, solo un poquito, simplemente cruzas el umbral, entonces, crees en algo o no crees en nada, pero "crees". Uno, cree en algo; uno, no cree en nada. ¿Crear está ahí, sí? De esa manera, sigue siendo "Yo creo". Y creo en no creer en nada. Eso también es creer. No creo en nada, eso también es creer. Creo en algo allá arriba, eso también es creer. Creo en algo aquí dentro, eso también es creer. Cuando se trata de creer, es lo mismo. ¿Pero por qué? Porque la Sabiduría Primordial es la esencia de todos y cada uno, por lo tanto, cuando la experimentan, creen en ella. Pero alguien lo experimenta desde el exterior, como una sensación, tiene la sensación de que algo viene del exterior. Tengo bastantes amigos que dicen que escuchan voces, en realidad lo escuchan de su propia cabeza, pero escuchan voces. Creen que vienen de afuera, por eso creen en algo externo. Luego, algunos creen en el interior, la esencia interior. No tengo que tener nada que venga de afuera, tengo todo adentro. Lo único que tiene que venir de afuera es mi comida, mi agua y mi ropa, eso tiene que venir de afuera, y mi refugio, eso tiene que venir de afuera. Estos no son muy importantes, pero son bastante esenciales porque sin ellos, moriría. No son un gran problema, pero me moriría. Por lo tanto, estas cosas son fundamentales. Pero lo más importante es mi paz interior, y mi vida interior, y eso es desde adentro, eso es adentro. Entonces, la Sabiduría Primordial es la fuente de todo esto, creer, no creer, afuera, adentro, todo.

[1:12:20] Y ahora, quiero sacar una conclusión, pero quiero sacar una conclusión al describir ciertas enseñanzas de Naropa. Tilopa, lo siento. Ciertas enseñanzas de Tilopa. Cuando Tilopa se encontraba con alguien que no creía en el potencial interno, pero era un él, entonces él creía solo en la influencia externa, no creía en el despertar desde adentro, sino que algo es un regalo de afuera y te es dado desde afuera. Entonces, cuando se encontraba con alguien así, le enseñaba algunos puntos muy simples. Primero es, si quieres mirar, mira, ¿sabes? Mira la Verdad Última, la Esencia Primordial, la Sabiduría Primordial, de eso es de lo que está hablando, si quieres mirar profundo, mira con los ojos del ciego. ¿Y eso qué significa? Ojos de ciego significa ojo de la mente. El ojo de la mente, el aspecto más elevado y profundo del ojo de la mente es la no dualidad. Entonces, si trato de ver la Verdad Última como un objeto y a mí mismo como un sujeto que quiere verla, y por medio de mi ojo físico como una forma, nunca la veré, porque no hay una forma en particular. Dicho esto, todas las formas son la forma de la Verdad Última. Todas las formas son la forma de la Verdad Última, ya la ves. Si quieres ver su esencia, entonces tienes que usar el ojo más profundo, el ojo sin dualidad, los ojos de los ciegos. Espero que lo entiendan. Si no lo entienden, entonces los estoy confundiendo más, esa no es mi intención, ¿de acuerdo? Esto es lo que dijo Tilopa. Para mí, esto es fantástico, porque

obtengo mucho de esto.

Luego dijo: si tienes sed, bebe el agua del espejismo. ¿Sabes qué es un espejismo? Si estás en un desierto donde no hay agua, puedes ver una especie de agua, una especie de lago, una especie de oasis en la distancia, y vas, vas, vas, y no encuentras nada. Así mueren tantos animales y tanta gente en el desierto, porque piensan que hay agua y no hay agua, es una ilusión, un espejismo. Entonces, si tienes sed, si quieres calmar esa sed, sabiduría. Si quieres conocimiento, es muy simple, ve y aprende. Abre un libro, ve a una biblioteca, asiste a una conferencia, aprenderás. Pero si realmente quieres saciar la sed de sabiduría, entonces bebe el agua del espejismo, porque la verdadera bebida es el néctar. El néctar no es algo ahí físicamente como el agua, pero está ahí como la esencia de todo, y el espejismo no es el agua sino el calor del sol, la luz y el calor del desierto, y el aire en el medio, que en realidad son la fuente del agua. Así que el espejismo es agua en formación. Agua a gran escala, ves cien kilómetros de agua haciendo manifestación interdependiente en el horizonte del desierto caliente, especialmente cuando tienes mucha sed. Realmente ves el agua, pero no el agua que podemos beber en la mano. Entonces, bebe el agua del espejismo. Sí. Entonces, néctar, él está hablando del néctar, la esencia de todo. Eso es néctar.

Luego Tilopa dice: si tu mente se dispersa como si no pudieras concentrarte, porque todos estamos influenciados por nuestros hábitos e influenciados por nuestras impurezas, entonces somos ineficaces. Es falta de concentración, falta de coordinación, por lo que nos volvemos ineficaces, ineficientes. Nuestra eficacia está baja, por lo que no podemos concentrarnos. Cuando sucede esto, dice: llena el jarrón, ya sabes que es un jarrón, llena el jarrón de aire. ¿Qué significa eso? En realidad, tiene un significado más profundo, pero el significado más básico es: no tenemos que hacer nada más que respirar adecuadamente. Dijo que llene el jarrón con aire. Entonces, cuando no somos capaces de calmarnos, lo que pasa es que la capacidad de nuestra mente y de nuestro cuerpo se vuelve ineficiente. Como resultado de eso, no podemos lograr cosas mundanas o cosas espirituales, o cosas muy importantes, o simplemente cosas sin importancia. Por lo tanto, debemos conservar nuestra energía y canalizarla adecuadamente. El significado más profundo es muy profundo, pero el significado superficial es calmarse y respirar adecuadamente. Entonces esto es lo que significa.

Luego, al mismo tiempo, lo último que dice Tilopa: "Yo, Tilopa, estoy libre de todo miedo". Eso significa que no tiene miedo. No está fanfarroneando, ¿sabes? ¿Entonces qué significa eso? Si deseas ver la Verdad Última, y si deseas alcanzar la liberación de tu potencial primordial y, en relación con el tema de hoy, si deseas alcanzar la paz interior, entonces debes tener esta transformación y debes evolucionar esto, del ojo físico al ojo de la mente, del ojo dualista al ojo no dualista. Lo mismo ocurre con todo lo demás. Entonces, no tienes miedo porque eres parte del rompecabezas de todo. Si tienes miedo del león salvaje, si eres león, no tendrás miedo del león salvaje. Si tienes miedo de caer al espacio profundo, pero si eres parte del rompecabezas del espacio, el espacio es parte de tu rompecabezas, no te caerás en ningún lado. Entonces, la Esencia Suprema de todo y de todos es interdependiente, interconectada, por eso, Tilopa no tenía miedo. Tilopa no se ahogará en el agua, no porque tenga magia sino porque Tilopa y el agua son lo mismo. Tilopa no se quemará con fuego, no porque tenga algún truco, ya sabes como esos magos que tienen un truco y no se queman, por unos minutos no se queman, no así, Tilopa y el fuego son parte del rompecabezas. Tilopa no será aplastado, incluso si le ponen encima el Monte Meru, porque es parte del rompecabezas del Monte Meru. O cualquier otro

ejemplo, se puede decir la locomotora de un gran tren de carga, el Monte Meru nadie sabe dónde está el Monte Meru, así que digamos que en Europa tienes el Mont Blanc, entonces el Mont Blanc es muy grande, muy pesado, así que si se pone el Mont Blanc sobre Tilopa, Tilopa no se volverá plano, porque Tilopa y Mont Blanc son lo mismo, y uno. Así que de esa manera. Y Tilopa no será devorado por un dragón europeo, hay mucha historia de dragones europeos, Asia también tiene mucha historia de dragones, pero Europa tiene tanta, cada emblema de cada país tiene un dragón, con alas, sin alas, todo tipo de dragones. Entonces Tilopa no le tendrá miedo al dragón, porque es parte del rompecabezas del dragón. Así que esa es la definición de no tener miedo. No significa que sea tan tonto que no sepa tener miedo. Es como si la gente en el mundo del Coronavirus se negara a usar máscaras e ir a todo tipo de lugares, y contraer la enfermedad y contagiarla a otras personas, no ese tipo de valentía, ¿sabes? Eso no es valentía, eso es absolutamente terco, o absolutamente irresponsable, o algo más que no puedo entender. Estoy aquí en este lugar, en este pequeño monasterio de unos diez acres, en este mundo, he estado aquí durante los últimos casi siete meses, no porque tenga tanto miedo, pero, ya sabes, no quiero enfermar, y no quiero contagiar la enfermedad a nadie, muy simple. Entonces, de esa manera, el miedo está ahí, pero cuando tú y el Coronavirus son uno, entonces el Coronavirus definitivamente no usa máscara, estoy bastante seguro, ¿verdad? Pero ese es un muy mal ejemplo, pero creo que los malos ejemplos son una muy buena manera de explicar porque con las cosas malas podemos relacionarnos muy fácilmente, la mayor parte del tiempo. ¿Por qué? Porque aún no estamos iluminados, aún no somos Buda. Si no sabes cómo relacionarte con cosas malas, eso significa que no eres Buda, pero estás yendo en esa dirección, porque antes de que el avión despegue, tiene que hacer mucho ruido y muchas sacudidas, y mucha lucha, y es muy peligroso, de hecho, puede explotar, es un momento realmente crucial. Y ahí te vuelves más dualista, y cuando nos volvemos un poco más dualistas sobre las cosas buenas, entonces no sabemos cómo relacionarnos con las cosas malas. Pero luego, cuando despegamos en el cielo, cuando llegamos bastante lejos, entonces no hay discriminación entre ricos y pobres, sanos y no sanos, medicina y enfermedad, todas esas cosas, así que eso es lo que llamamos siddha. Pero no la tenemos, así que un poco de agua es muy buena, pero demasiada agua, nos ahogamos. Un poco de fuego es muy bueno, podemos cocinar nuestro pan en Europa, podemos cocinar nuestro arroz en Asia, podemos cocinar también papa en Occidente, en muchos países les gusta la papa. Y aquí, arroz y harina. De esa manera, muy bien. Pero demasiado fuego, nada bueno, quemaremos nuestra casa. Demasiado fuego, nada bueno. Así que estamos en ese nivel. En ese nivel, la paz interior y la paz individual son bastante atractivas y bastante sabias. Pero cuando alcanzamos y superamos la paz interior, entonces la paz exterior, la paz universal, se convierte en una realidad.

[1:29:53] Ahora, una última cosa. ¿Y después de la Iluminación? Cuando alcanzas la Iluminación y te conviertes en Buda. Entonces, ¿cómo funciona todo? ¿Funciona de la misma manera, el *ngowo*, el *rangdzin* y el *nampa*? ¿De la misma manera o no? Por supuesto, de la misma manera, por supuesto. Pero su nivel es primordial. Entonces, cuando te conviertes en Buda, estás absolutamente más allá de cualquier limitación porque la Budeidad no es el resultado de causas y condiciones. La Budeidad está más allá de la manifestación interdependiente. Hasta el último momento de [antes] de la Budeidad, todo es manifestación interdependiente. Sí, guru, discípulo, práctica, perseverancia, destreza, todo tipo de dedicación y motivación, y tanto,

hasta cierto nivel, pero más allá de eso, entonces está por encima de eso. Por lo tanto, no está directamente relacionado con ninguna causa ni condición. Entonces, debido a eso, es primordial. Si tengo que elegir una palabra entre si la Budeidad es permanente o impermanente, no puedo decir que la Budeidad sea impermanente, entonces te conviertes en Buda, trabajas muy duro durante tantas vidas y finalmente alcanzas la Budeidad, luego impermanente, luego vuelves a convertirte en un ser sintiente en el samsara, suena como bastante. No es así. Pero no puedo decir permanente. ¿Por qué? No puedo decir permanente por la misma razón por la que no puedo decir que sea impermanente. Budeidad, no puedo decir impermanente, entiendes eso. Pero no puedo decir permanente por la misma razón por la que no puedo decir impermanente. Debido a que lo permanente es opuesto a lo impermanente, y lo permanente es igual de limitado, la limitación de lo permanente es lo mismo que la limitación de lo impermanente. Por lo tanto, es ilimitado, más allá de cualquier limitación. Así que no podemos decir impermanente, y me muero de ganas de decir que es permanente, pero no puedo decirlo porque sé que suena un poco mejor, pero es lo mismo que decir impermanente. Entonces, por eso, es eterno, es para todos los seres sintientes, no tiene limitación. Y luego dirás, actividad de Buda, enseñanza del Dharma, primera enseñanza, segunda enseñanza, tercera enseñanza, toda manifestación, todo el Sambhogakaya, Nirmanakaya, ¿qué pasa con todos ellos? Por supuesto que se manifiestan, pero son manifestaciones espontáneas. En tibetano, [tibetano] significa manifestación espontánea. ¿Cómo puede ser? ¿Existe una causa y condiciones para eso? Entonces, tengo que volver, tengo que hacer un salto de canguro hacia atrás, y luego digo: una especie de causa y condiciones allí. ¿Por qué? ¿Cómo? Cuando no eres Buda, pero deseas ser Buda, has hecho el voto de Bodhisattva. Dices: "Deseo liberar a todos los seres sintientes madres del océano de sufrimiento del samsara". Has hecho ese voto, y cuando alcances la Budeidad, como resultado de ese voto original, manifestarás todo lo que sea beneficioso para los demás. Cuando los discípulos están listos para una enseñanza muy básica, Buda manifiesta enseñanzas como las Cuatro Nobles Verdades. Luego, cuando los discípulos están un poco más evolucionados, Buda manifiesta enseñanzas como las Seis Paramitas. Luego, cuando los discípulos están altamente evolucionados, entonces Buda manifiesta enseñanzas como la Transformación de los Cinco Venenos en las Cinco Sabidurías, las enseñanzas de los Tres Kayas. Así se manifiesta. Por el lado de Buda, no existe tal cosa como un esfuerzo dualista, es espontáneo. Pero desde el lado del receptor sí, porque alguien que ni siquiera tiene la comprensión básica del sufrimiento del samsara, si le enseñas que no hay diferencia entre samsara y Nirvana, simplemente continuará con su propia basura, no quiero decir basura, lo siento. Sus propias cosas alegres y felices, y nunca evolucionarán, nunca evolucionarán. Por lo tanto, las primeras enseñanzas básicas se manifiestan, por supuesto. Pero no es que Buda pensara en ello, y Buda dudara si decir esto o no, y finalmente tomó una decisión y lo dijo, no así. De esta manera, la manifestación de Buda es espontánea. Cómo se manifiesta se debe a la motivación original. Y la Budeidad en sí misma no es el resultado de ninguna causa o condición, pero hasta una cierta etapa lo es, hasta una cierta etapa, lo es. De esa forma, qué es la paz interior.

[1:38:00] Ahora, una última cosa. Quiero que todos ustedes crean sinceramente en ustedes mismos, que todos ustedes tienen lo incorruptible, todos ustedes tienen la incorruptible Sabiduría Primordial como su esencia. Lo que tienen que hacer es muy sencillo. Tienen que

dejarla funcionar. No por ilusión/autoengaño, ¿saben? Hay personas que piensan que son esto, son aquello. Eso es una ilusión/autoengaño, no eso. Pero si simplemente te calmas y te relajas, entonces cuando estas capas de cosas, la primera capa son cosas muy mundanas, tu estrés, tu memoria de muchísimos hábitos, alguien hizo algo, alguien dijo algo, así, así, tantas cosas. Si eres una persona alta, alguien dijo que eres una jirafa, entonces eso se te queda grabado en la cabeza. Luego, si alguien es bajo, entonces alguien dice que eres un enano, eso se te queda en la cabeza. Cualquier cosa así, ya sabes, si eres alto, no es bueno, si eres bajo, no es bueno, si eres gordo, no es bueno, si eres delgado, no es bueno, si eres rico, no es bueno, si eres rico dirán: eres asquerosamente sucio, asquerosamente rico, eso no está bien, y si eres pobre dirán: eres muy pobre, eso te pega, eso no es bueno, así que todo este tipo de cosas se quedan en tu cabeza. Y luego tantas otras cosas, influenciadas y alimentadas por tu apego, ira, celos, orgullo, todo esto y el apego, ira, celos, orgullo de otras personas, todas estas cosas, entonces todas estas cosas están muy, muy muy mezcladas, y como resultado de eso, tienes tantas capas de, lo llamo, estrés, confusión y neurosis. Entonces, cuando simplemente te sientas y te relajas, a veces toma mucho tiempo, a veces no toma mucho tiempo, depende de tantas cosas, no tenemos tiempo para discutir sobre esas cosas en este momento, así que estas capas, simplemente las superas una por una. Como la cebolla, ¿sabes? Cuando pelamos una cebolla, tienes un poco de secreción nasal y ojos llorosos, pero la cebolla está vacía por dentro, así que simplemente pelamos pelamos pelamos y todas estas capas se caen. Entonces, en lo más profundo de allí, puedes sentir esta inefable, incorruptible, perfecta quietud, riqueza, esencia profunda. Puedes verla, puedes sentirla. Puedes verla con el ojo del ciego, puedes oírla con el oído del sordo, puedes hablar de ella con la lengua del mudo. Así. Eso lo experimentarás. De esa manera, sabrás cuál es la fuente y el potencial de la paz interior. Y luego, cuánto más quieres ir, depende de ti, ¿sabes? En el nivel de práctica Theravada, para llegar a ser un Arhat, que es el Nirvana, creo que se necesitan alrededor de 15, 20, 30 años de seguir absolutamente todos los preceptos y practicar Shamata y Vipassana día tras día. Día y noche, incluso mientras duermes, tu mente permanece en paz. Y cero pertenencias, cero apegos, cero ira, cero celos, cero orgullo egoico. Cuando logras esto, todos los karmas también se transforman, porque todo es resultado del karma, entonces cuando el resultado se purifica, la causa también se purifica. Y no se comete más karma. De esta manera, se necesitan unos 15, 20, 30 años. Y si me preguntas, no estoy buscando eso. Eso no significa que no valga la pena buscarlo. Por supuesto, es una gran gran esencia de las enseñanzas del Señor Buda. Personalmente, creo que de una manera es tan fácil, tan cómodo, buscar eso. De otra manera, sería tan arduo y tan difícil buscarlo. Entonces hay casi [...] manifestación allí, fácil y difícil al mismo tiempo. Es una paradoja, pero lo es. Y durante el tiempo de la manifestación de Buda Shakyamuni en la Tierra, en ese tiempo, había miles y miles de Arhats. No sé hoy en día si los hay o no los hay, no tengo ese tipo de ojo de sabiduría para ver y discernir, pero con mi mente dualista, no veo ningún Arhat en mí ni ningún Arhat en los demás, no veo eso, pero ese es mi problema, ese no es el problema del Arhat. ¿De acuerdo? Entonces, Bodhisattva luego se convierte en Mahasiddha, y luego alcanza la Budeidad, todo eso se basa en ese primer paso. El primer paso es llegar a ser un Arhat. Por lo tanto, todos deben experimentar al menos ese potencial perfecto de esencia más profunda de paz mental. Deberías experimentarlo, luego se quedará contigo, definitivamente. Sí. Luego, cuánto quieres buscar más lejos de ahí depende de ti, ¿de acuerdo?

[1:46:00] Todo lo mejor, hoy es la última de las tres enseñanzas que he impartido por los deseos de todos, por supuesto, pero a pedido de Palpung Ireland. Hablé un poquito más hoy porque ésta es la conclusión, y espero no haber complicado sus tiempos al haber hablado un poco más, pero de cualquier manera, mi intención es buena.

Les deseo a todos lo mejor y cuiden bien de su salud física. En este momento, creo que la mayoría de ustedes tiene limitaciones en su capacidad de salud física, al igual que yo. No soy un Mahasiddha, así que puedo contraer el coronavirus, sí. Y muchas otras cosas, así que hay que tener mucho cuidado. Y luego, hagan su mejor esfuerzo para usar cada momento de sus vidas para un propósito más profundo. Las dos últimas veces hablé de otros temas y el tema de hoy está conectado. Entonces, una vida con sentido, luego qué es la libertad, y luego la paz interior, hoy, así que están conectados. Estoy feliz de haber logrado hacer esto, al menos esto para ustedes, pero no viene de mí. Por supuesto que viene de mí, hasta cierto punto, pero la esencia viene de todos mis gurus. Su sabiduría, su compasión, que resuenan a través de mis sinceras palabras. ¿De acuerdo? Y luego, su sabiduría y su compasión resuenan las de sus maestros, la compasión y la sabiduría de sus gurus. Y eso resuena la compasión y la sabiduría de Buda Shakyamuni y todos los Iluminados que lo siguieron. Entonces, es de todos, y yo solo soy un sirviente de Buda y un sirviente de todos los maestros a quienes represento, y seguidor de todos mis gurus. Así que todo lo mejor. Buda te bendiga, Buda te bendiga y Buda te bendiga. Pero si hay alguien que, todos los que veo aquí, sé que todos ustedes son budistas, eso lo sé. Pero si hay alguien escuchando que no está aquí, porque estos días, esta tecnología llega muy lejos, así que cualquiera que no crea en Buda, está absolutamente bien. Si crees en ser un buen ser humano, en tener un potencial positivo y en tener el potencial del amor, la compasión y la sabiduría, y crees en la Verdad, sea lo que sea, cree en la Verdad con sinceridad. Entonces, eso es perfecto, así que que eso te bendiga, ¿de acuerdo? Y cree en cualquier Dios o cualquier otro ser supremo en el que creas, está bien. Entonces, que eso te bendiga. Bueno.

Hagamos una simple dedicación por la Iluminación y, en el caso de hoy, la paz interior de todos los seres sintientes madres. Y especialmente en el mundo de hoy, la paz exterior también. La paz exterior es muy, muy, muy importante, porque muchas personas ni siquiera aprenderán acerca de la paz interior y la paz exterior, y no tendrán tiempo para hacerlo porque el potencial de destrucción del conflicto actual en este mundo es incomparable con cualquier cosa del pasado. En la época medieval, la gente corría con espadas, escudos y lanzas, luego, en el mejor de los casos, arcos y flechas, y después de eso, en el mejor de los casos, ballestas, y después de eso, lo más ruin, cañones con bombas, ¿verdad? Cargas la bomba, te alejas, es tan grande y viene bastante lentamente, no sé qué tan lenta es, pero las grandes balas de cañón ni siquiera van en línea recta, suben y caen. Entonces, puedes huir de ella. Pero hoy en día, realmente, realmente, muy, muy mortal. Entonces, oramos para que el mundo tenga paz relativa y también paz exterior. No deberíamos estar ocupados solo con la paz interior y luego olvidarnos de la paz exterior, y luego estaremos hechos pedazos antes de alcanzar la paz interior [Juego de palabras en inglés]. Entonces oramos por eso.

[Recitación en tibetano]

