



## APARTARSE DE LOS CUATRO APEGOS



Imagen: Jetsün Chökyi Drakpa Gyaltzen

Queridos amigos que se encuentran cerca y lejos:

En este día de Guru Rinpoche, quisiera compartir con ustedes una enseñanza que resume toda la esencia del Vehículo Causal de Sūtra. Cuando el maestro Sakya, Venerable Chökyi Drakpa Gyaltzen, tuvo una visión de Manjushri, le pidió que explicara la esencia del Dharma. En respuesta, Manjushri pronunció las siguientes cuatro frases, conocidas como la enseñanza sobre “Apartarse de los cuatro apegos”:

- Si estás apegado a esta vida, no eres un practicante de Dharma.
- Si estás apegado al samsara, no tienes renuncia.
- Si estás apegado a tu propio interés personal, no tienes bodhicitta.
- Si surge el apego, no tienes la visión.

La primera frase, “Si estás apegado a esta vida, no eres un practicante de Dharma”, se refiere principalmente a las ocho preocupaciones mundanas. Como yo lo veo, la mayor parte de lo que pensamos a lo largo del día está relacionado con las ocho preocupaciones mundanas. Y quien esté enfrascado en las ocho preocupaciones mundanas no es un practicante genuino de Dharma.

En la segunda frase, “Si estás apegado al samsara, no tienes renuncia”, *samsara*, o existencia cíclica, significa básicamente nuestro pensar imparable. Como siempre seguimos nuestros pensamientos, no podemos reconocer su esencia, ni siquiera si son virtuosos o no virtuosos. Al saltar de un pensamiento al otro, no reconocemos la causa de la existencia cíclica, ni tampoco la causa de la liberación. En estas circunstancias, la renuncia no tiene la oportunidad de surgir. En cambio, para poder ver la naturaleza de nuestros pensamientos y liberarnos de ellos, necesitamos generar renuncia.

La tercera frase, “Si estás apegado a tu propio interés personal, no tienes bodhicitta”, se refiere a nuestro cultivo de la compasión y la bodhicitta. La compasión y bodhicitta puras y genuinas no están manchadas por el más mínimo rastro de aferramiento o interés propio. Aquí, el interés propio se refiere a la esperanza sutil que solemos tener en todas nuestras acciones y prácticas de tener algún tipo de beneficio que podamos disfrutar. Para poder abandonar este apego sutil a nuestro propio interés, necesitamos intercambiar nuestro yo con el otro a través de la práctica de *tonglen*, dar y recibir.

Finalmente, en la última frase, “Si surge el apego, no tienes la visión”, el apego significa la mente conceptual. Nuestras mentes están constantemente ocupadas con pensamientos del pasado, el presente o el futuro. Esta incesante conceptualización es una forma de apego. Cuando nos deshacemos de todo ese apego, surge la sabiduría que se conoce a sí misma, la visión genuina. Pero mientras tengas apego, la visión genuina no surgirá.

Por eso, en este día de Guru Rinpoche, quisiera recordarles con esta enseñanza concisa que todos necesitamos limpiar nuestras mentes. Con mentes impuras, involucrándonos en actividades impuras, tendemos a olvidar este punto esencial. Por eso, como un recordatorio para todos nosotros, pensé en compartir esta enseñanza fundamental sobre “Apartarse de los cuatro apegos”.

Con todo mi amor y plegarias,

Sarva Mangalam.



Phakchok Rinpoche