

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

Año 13, Número 73 – Marzo Abril 2012

## Índice

<b>Editorial: Akalpa, el brahmín.....</b>	<b>1</b>
<b>Del sagrado Srimad Bhagavatam.....</b>	<b>3</b>
<b>La Religiosidad del Humanismo.....</b>	<b>6</b>
<b>Quien no malquiere a ser alguno.....</b>	<b>7</b>
<b>Buda, el Maestro de compasión .....</b>	<b>9</b>
<b>Tomamos la forma de aquello que frecuentamos.....</b>	<b>14</b>

## Editorial: Akalpa, el brahmín

Akalpa el brahmín, repasaba unos viejos manuscritos sentado en la posición de padmasana, esto es, la posición del loto, en los jardines de su Gurukula (el hogar del Guru). Era mansa la actitud de la tarde, mansa como la de un alma paciente, acostumbrada a soportar sin quejas, todos los trabajos: todos, igual que este de ahora, en que debía tolerar los quemantes rayos del Sol. El silencio era el Rey. Ni una hoja se movía, ni la más leve brisa soplaba en derredor. Eso era el Nirvana para Akalpa, pues resulta muy difícil en esta tierra, conquistar la absoluta quietud para que en ella esplenda la bellísima corola de la paz. Bien sabido es, que en el Reino de la Gran Ilusión, o sea nuestro mundo, la Diosa Armonía tiene vida muy breve. Siempre hay algo que perturba nuestra meditación, nuestro reposo... Así fue como Akalpa se vio privado de ambas, cuando una bandada de garzas rosadas que volaban hacia el lago vecino, graznaron felices, aunque ruidosamente, al pasar por su Gurukula. Akalpa se puso de pie, saliendo de su abstracción. Levantando luego los brazos hacia el cielo, profirió en gritos de reproche y disgusto en contra de las aves, que ya se perdían en el horizonte. Minutos después quiso sentarse a repasar sus manuscritos, mas... algo había ingresado en su conciencia que le impedía hacerlo.

"Mañana a primera hora -se dijo para sí- tengo clases con mis discípulos. Debo estar preparado, debo leer, debo estudiar... Sin embargo, el paso de esas garzas, ha dado por tierra con mi poder de concentración".

Como el tiempo apremiaba, intentó dos o tres veces volver a la lectura, pero le resultó imposible. Guardó entonces los manuscritos, y decidió dar una larga caminata a orillas de la dulcísima Madre Ganga-Ji, el río sagrado de los hindúes. Es sabido que en India, los ríos son femeninos, pues son dadores de vida.

"Repasaré lo que ya tengo estudiado", dijo Akalpa mientras caminaba. "Seguramente, mi memoria recordará todo lo aprendido". Una y otra vez evocó los párrafos sobresalientes, y una y otra vez, el olvido se presentaba en el reino de su mente, borrándolo todo para desesperación de Akalpa.

"Esto no puede estarme pasando a mí", se dijo con dolor.

Y como no deseaba prolongar la angustia que le ocasionaban esos acontecimientos tan extraños, se dispuso a descansar mas bien a la orilla del río tomando refugio en las viejas gradas del Templo de la Diosa Saraswati. Madre de sabios y estudiantes, el mismo se alzaba junto a la playa. Era un Templo milenario y hermoso, esculpido en piedra y totalmente labrado. Así estaba el bueno de Akalpa, sumido en sus

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

pensamientos, cuando tuvo lugar la aparición de la Diosa que surgía del interior de su Casa milenaria.

"¿Quién eres, Diosa inmaculada?", preguntó Akalpa, y ante la visión de Su sonrisa, supo el sabio que, comparado a ella, la gloria de los amaneceres eran apenas débil esbozo de su hermosura.

"Soy la Diosa Saraswati, hijo mío", le respondió esta, "y vengo en tu ayuda, porque siempre has sido bueno y humilde. Te sé anheloso del bienestar de las criaturas, siempre ocupado en el resurgimiento espiritual de los hombres. Has trabajado duramente para que ellos puedan romper sus cadenas con la madre de todas las enfermedades, la ignorancia, esto es, el olvido de Dios. Mañana tienes clases con tus discípulos, a quienes debes rescatarlos de las garras precisamente de esa Ignorancia. ¿Cómo hijo mío, puede impacientarse con el grito de unas pobres aves, aquel a quien la vida le ha otorgado la bendición de hacer que con su trabajo, se desmoronen y destruyan los muros de la ceguera espiritual? Has perdido tu paz interior a causa de las garzas que inocentemente demostraban su felicidad volando rumbo al lago. Te impacientaste con sus graznidos, tú, que debes preparar el corazón para escuchar sin alterarte, los gemidos de dolor que profieren los hombres enfermos de pasiones mundanas, y también sin alterarte, secar el llanto de los ciegos que no ven el Sendero hacia Dios, nuestra única Realidad. ¿Cómo pretendías, luego de alzar tus manos contra esos pobres animales, sumir nuevamente tu espíritu en el aprendizaje de los sagrados manuscritos? Fue tu alma, a la que enfermaste de impaciencia, quien te impidió hacerlo. Por más que tratabas de concentrarte una y otra vez, no lograbas imbuirte de las enseñanzas de esos santos escritos. Yo te atraje entonces hacia Mí, poniendo en tu mente la idea de caminar a orillas de este sagrado río. Anhelaba hablarte, Akalpa, porque eres bueno, y decirte esto, hijo mío: que hasta que no poseas la santidad de la paciencia para escuchar en estado de armonía todos los acontecimientos, grandes y pequeños del mundo, no nacerá en tu corazón el alma del verdadero Maestro".

Muchos años pasaron para Akalpa, y muchas fueron las vicisitudes que le tocó vivir sobre la Tierra. Sin embargo, jamás se halló un Maestro más pleno de equilibrio e iluminado por la paciencia y la serenidad como el anciano y sabio Akalpa...

*Ada Albrecht*

Del libro "Cuentos para el Alma"

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

## **Del sagrado Srimad Bhagavatam**

*Por Ada Albrecht*

Dijo el Maestro a su discípulo, que con humildad, anhelaba ser guiado en el Sendero Espiritual:

Considera el mundo de los sueños. Cuando un hombre está durmiendo, muchas son las aventuras que tienen lugar. Conoce los caminos del dolor o llega a la cumbre del éxtasis. Él es feliz o desdichado, o ambas cosas. Cuando despierta, todo el mundo de los sueños se diluye; él sabe entonces que ha sido una quimera y que en realidad no había dolor ni había felicidad en sus sueños. Del mismo modo, considera a este mundo como siendo absolutamente similar al mundo de los sueños, generado o creado por el soñador.

Una vez más, piensa en el hombre que se complace en sus sueños diarios, que no son otra cosa que su mundo vigílico. Todos sus innumerables deseos incumplidos crecen, y a tal punto lo hacen, que ellos parecen ser realidad en ese estado de su mente. Este proceso del pensamiento se llama "el carruaje de la mente". En verdad, ninguna de las experiencias de la vigilia es real, sino que son todas fabricaciones de la mente. Así, este mundo no está hecho ni de tristeza ni de felicidad, ni tampoco de placer ni dolor. Si le enseñas a tu mente a pensar sobre esto el tiempo necesario para que ella capte esta verdad, tú estarás libre de la esclavitud del mundo, ya que este mundo de la pluralidad es el resultado del juego de los sentidos. Cuando ellos se comprometen con los objetos sensibles, el mundo parece hallarse lleno de esos sentimientos hechos de opuestos (placer, dolor, frío, calor, etcétera), y entonces el hombre pierde su poder de pensar o discernir.

Acógete a esta regla: nunca macules con el deseo la acción que realizas. Es tu parte interna la que debe ser entrenada en el sendero hacia Dios. Así, cultiva las cualidades que son esenciales para la realización de Dios. Ellas son:

La no-violencia, es decir, el deseo de no herir a nadie.

Hablar siempre la verdad.

No apoderarse de lo que pertenece a otro.

No tornarse extremadamente apegado a nada ni a nadie, especialmente al cuerpo material. Más grande el apego, más grande el dolor cuando la pérdida sobrevenga.

Otra cualidad requerida es la vergüenza de hacer acciones incorrectas, vergüenza aún de pensar en semejante cosa.

Nunca guardes nada, puesto que el guardar oro y fortuna te desviará del logro de cosas más elevadas. Noche y día pensarás en seguir acumulando cada vez más.

La siguiente cualidad que debes poseer es una fe profunda en la existencia de Dios. A menos que esta fe básica se halle presente, el resto de las enseñanzas pierden su significado.

Niega a los sentidos los placeres corporales.

No hables innecesariamente y no pierdas tiempo y palabras en la compañía de seres inferiores, seres que se hallan arrastrados por el mundo de los placeres. Esa gente

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

hará que tú la sigas. El silencio es el arma más efectiva que se debe usar en contra de la tentación de hablar a esas criaturas mundanas.

Sé firme en todo, en las acciones, en las palabras, en la fe, en las convicciones.

Otra virtud es el perdón. Uno debe tener la generosidad de corazón de perdonar a aquellos que nos han herido de diferentes modos.

Debes tener además esa intrepidez que nos prepara para superar toda clase de problemas que se interpongan con nuestra fe.

Quien desea llegar a Dios debe tener el poder de mirar a todas las cosas de la misma manera: para él un árbol y una hoja de pasto deben ser iguales; un enemigo y un amigo, iguales.

Él no debe poseer ningún deseo de 'lo mío'. Mujer, o esposo, o hijo, u hogar, tierras, fortunas, nada de eso debe tener significado para él. Cuando se ha dado cuenta que el mismo Dios reside en todos, ¿cómo puede sufrir con el sentimiento de que esas cosas le pertenecen? El sentimiento de 'yo' y 'mío' se desvanecen de la mente de un hombre que ha llegado a amar a Dios. Esto no significa que debe abandonar todas esas cosas y huir de ellas. Puede estar con ellas, pero debe saber cómo apartarse de las mismas, pues debe estar más allá de todo eso, mental, emocional y espiritualmente. Piensa en el fuego y su naturaleza. Su morada se encuentra en el interior de la madera. Mientras está dentro de la misma, asume todas sus cualidades, su color, grosor, perfume, en fin, su naturaleza en todos sus aspectos. En realidad, no es parte de la madera, sino una cosa aparte. Esta identidad aparente del fuego con la pieza de madera es parecida al mundo de Ilusión, en la cual vivimos.

El Espíritu, el cual es diferente del cuerpo donde habita, parece ser uno con el cuerpo y ese sentimiento es alimentado en la mente del hombre, ya que el velo de la ignorancia de la Realidad, de la Verdad, ha obnubilado su poder de discernir. Su conciencia despertará cuando sepa cómo liberarse de esa vestidura de sombras. El mundo de la ilusión entonces desaparecerá como el fuego en la madera que tiene el poder, una vez que se manifiesta, de destruir la madera completamente y esplender en toda su gloria. Cuando la madera cesa de quemarse, cuando nada de la madera permanece, entonces el mismo fuego se desvanecerá no dejando trazo de su presencia.

Asimismo, el Espíritu o Alma, que ha sido atrapado dentro del cuerpo físico, la mente y el intelecto, ya no aparecerá como habitante de este cuerpo, sino que será Uno con lo Absoluto. El ego ya no tendrá existencia después de este despertar.

El Espíritu es auto-luminoso, es Pura Conciencia, es Eterno, pero, la llamada 'vida' (definida así porque en ella se realizan acciones y otras cosas similares que hacen a la conducta de un ser humano (existe por el hecho de que hay un cuerpo que está envolviendo al Alma). Acuérdate siempre que el Alma es la única Verdad; el resto es ilusión. Con esta convicción en tu mente, abandona todas las cosas de este mundo, aún ese tipo de afecto que tienes por mí, y que te produce dolor, pues genera el pensamiento de tu separación de mi persona manifiesta. Debes considerarme como algo diferente de esta máscara que cubre mi Alma y que lleva un nombre. Ten conciencia de ello, cultiva el desapego y fácilmente podrás aprender a ver la Verdad.

En este mundo de seres humanos, ningún hombre es capaz de conseguir lo que desea. El hombre que es esclavo de las acciones, de la influencia de las emociones, que le dan placer y dolor, nunca es libre. Tan sólo aquellos que conocen la real naturaleza del mundo, que es ilusión, son siempre libres. Un simple hecho será suficiente para

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

probar lo que te digo. Quien proclama que ha encontrado una panacea para todos los dolores, y que ha descubierto el elixir que le otorgará continua felicidad, se encuentra todavía realmente desvalido, puesto que no ha sido capaz de encontrar una cura para la mayor pena de todas las penas: la muerte. Cuando la muerte se halla siempre al lado del hombre que ha nacido en este mundo, ¿cómo pueden las cosas de la Tierra otorgarle felicidad? Es como ofrecerle sándalo perfumado y maravillosas guirnaldas de flores a un hombre que se balancea en el patíbulo.

Existen aquellos que realizan penitencias y dan ofrendas. Como consecuencia de las virtudes acumuladas, puede permanecer en el Cielo entre los seres inmortales. Con el paso del tiempo, las virtudes que adquirió sobre la Tierra decrecen más y más, hasta que por último se terminan, el hombre es arrastrado nuevamente hacia la Tierra y el ciclo comienza nuevamente.

El cuerpo y las acciones que realiza un ignorante de la verdad lo arrastran una y otra vez dentro del mismo sendero. La felicidad en el verdadero sentido de la palabra, nunca será suya. Esta sujeción, este compromiso con el mundo de la acción no son sino remolinos que efectúa la mente. El hombre que se halla absorbido por estos remolinos nunca podrá llegar a Dios. La única cura para esto es su opuesto, o sea, la cesación de nuestra identificación y apego al universo ilusorio que es fabricación de la mente ciega a la verdad de que todo es transitorio: ella sabe esto, pero no quiere pensar en ello.

Da la espalda, aléjate del así llamado 'laberinto' conformado por los placeres mundanos, puesto que éstos no son realmente placeres. Recuerda que son los órganos de los sentidos, quienes realizan las acciones, y no el Alma que preside sobre ellos. Es a causa de la naturaleza material, de su actividad, estatismo, y aún de su armonía temporaria, que el hombre se conduce como lo hace. Él se mueve constantemente entre los opuestos, placer y dolor, felicidad y tristeza.

Mientras el 'ego' se halle presente, el Alma del hombre permanece velada por el mundo de la pluralidad. Si este es el caso, ¿por qué juzgamos asombroso que el hombre sea esclavo de los otros? El sentimiento de 'yo' y 'mío', que son dos energías gemelas residiendo en la mente del hombre, hacen que éste se mueva lejos de Dios y se torne cada vez más y más envuelto en el mundo del dolor. Si tu deseo es alcanzar a Dios, deberías aprender primeramente la gran lección: existe una sola Verdad y esta es: Dios. Este mundo y sus múltiples bellezas, con sus fascinadores y deslumbrantes objetos, es sólo un ardid para atrapar al Alma, quien es realmente libre y sin embargo se engaña a Sí Misma, creyéndose encadenada.

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

## **La Religiosidad del Humanismo**

*Por Julián Fernández*

*Notas sobre las amorosas enseñanzas de mi Maestra Ada Albrecht,  
quien es la Vida que me permite abrazar toda la Vida, Vida que es Dios.*

El Humanismo Religioso propone sentir al otro, comunicarse, llegar a la comunión y unidad de almas.

El velo de la ignorancia de Dios nos hace creer que somos distintos, seres separados y distanciados. La Religiosidad del Humanismo devuelve la cordura Divina que sabe que no hay "otro" porque todo lo que nos rodea es Dios. Esta cordura se despierta únicamente a través del amor, amor sin límites personales, amor por que sí, Devoción sin oropeles, amor, verdadero amor.

La Religiosidad del Humanismo es inegoísmo del corazón, no de la mente, pues es un sentir y no un pensar.

La verdadera intimidad es intimidad Divina. Sólo por medio de la sincera intimidad es posible ver alrededor, salirse de la asfixiante burbuja de "sólo yo" y "sólo para mí", para darse cuenta que el dolor de otro corazón es el dolor de mi propio corazón.

La religiosidad del Humanismo es como una operación ocular de cataratas, cataratas de egoísmo. Ese ver nebuloso se convierte en nitidez. La desidia de la indiferencia provocada por ese borroneamiento de la unidad circundante, que sólo es Dios, se extingue cuando el sentimiento Divino rompe el caduco cascarón del caprichoso egoísmo. La Religiosidad del Humanismo es el concierto de corazones que laten a la par. Es despertar, es salir de la ensoñación egoica, es aclarar la vista para ver a los otros y verme en los otros, es no pasar por la vida como un autómatas, es dar lo que hace falta a cada instante.

No se puede practicar la Religiosidad del Humanismo si no se siente la hermandad con todos los seres que nos rodean. El primer paso, entonces, será sentir la vida de cada compañero de camino, que puede ser un hombre, una planta, un animal o un hermano mineral en lo físicamente visible y todo el resto de Divinidades no visibles pero evidentes.

La percepción de la igualdad con el reino animal por compartir los cinco sentidos, los cinco dedos, y tanto más, es una muestra de que nuestro Padre Divino quiere que sepamos que no hay diferencias. La circulación de la savia en las plantas es otra manera de decirnos que no somos distintos ni ajenos a la misma vida que nos alienta. Y si viéramos desde mayor distancia el suelo que pisamos veríamos que nuestra Madre Tierra también tiene sus venas cantarinas de arroyos y ríos.

Todos somos uno, mientras que el egoísmo es la ceguera que no nos permite tomar conciencia de esto. Por eso el Humanismo Religioso es la cura para dicha ceguera. Como dijera Cristo: "Al que te pida dale, y al que quiera pedir de ti prestado, no se lo rehúses [...] Para que seáis hijos de vuestro Padre que está en los cielos: que hace que Su sol salga para malos y buenos, y hace llover sobre justos e injustos".

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

## **Quien no malquiere a ser alguno**

*Por Agustín Balbontín*

Conversábamos sobre acontecimientos vividos y actuaciones de personas conocidas... y como a menudo sucede poníamos la atención sobre una determinada persona y nos permitíamos emitir juicios no del todo positivos sino más bien críticos sobre lo que ella había realizado, y también sobre su manera de ser en general. Nuestras palabras condenatorias eran un tanto duras y no exentas de un tono despectivo...

De improviso, uno de los presentes dijo: ¿y por qué no rezan por él? ¿por qué no piden a Dios que lo haga darse cuenta de su modo incorrecto de actuar y así llegue a modificar su conducta?

Fueron sólo esas breves palabras... y entonces una espina se clavó en mi corazón. Fue como si un rayo irrumpiera con su luz alumbrando una oscura habitación y nos permitiera ver lo que en ella había, haciendo inútiles los tortuosos debates y las fútiles opiniones previamente emitidas sobre su supuesto contenido.

Desde lo más profundo de mi ser vinieron a mi memoria las palabras milenarias del sagrado Bhagavad Gîtâ cuando proclama "quien no malquiere a ser alguno..." y nos dice que el Señor ama y establece su morada en el corazón de quien así actúa.

Cuántas veces hemos repetido esta preclara sentencia y, sin embargo, cuán alejado se encuentra nuestro entendimiento de comprenderla en su real dimensión... cuán alejada nuestra conducta cotidiana de nuestro decir.

Y es que nuestro vanidoso ego no conoce lo que es el divino amor, la luz fraternal del Señor. Sólo sabe de cómo subajar al otro, de cómo despreciar al que sobresale. Con demoníaca y sutil habilidad encuentra siempre el punto débil, el talón de Aquiles, de quien para él es el adversario, destreza que le permite derribar la sobresaliente estatua que se ha erigido ante él y que proyecta odiosa sombra sobre su autoestima... incluso experimenta casi un sádico placercillo en hacerlo.

De aquí que es algo muy importante estar siempre atentos y no dejarnos arrastrar por su poder ilusionante. Si en nuestra alma hemos barruntado alguna vez la presencia del Señor, si nuestro corazón se ha enamorado de él, si con nostalgia evocamos esos dulces momentos y experimentamos el dolor de Su ausencia, el ansia de Su espera, entonces nos detendremos por un momento y seremos capaces de descubrir la actuación burlesca y maligna de ese pigmeo, del ego payasesco, y tornaremos la mirada al interior, al altar de nuestro corazón y oraremos por todos los seres... y contemplaremos a aquel que fuera objeto de nuestra vana e insidiosa plática con los ojos del amor fraternal. Seremos capaces de comprender que su camino es tan dificultoso como el nuestro a través de la existencia temporal, elevaremos al Cielo nuestra plegaria por él y si está a nuestro alcance, buscaremos el modo de apoyarle y de servirle en la medida de nuestras posibilidades.

Este esfuerzo de poner nuestra alma a tono con los sentimientos divinos es una tarea de cada instante de la vida. Sólo en la medida que estemos atentos a este trabajo estaremos realmente viviendo un camino espiritual, sólo entonces podremos postrarnos a los pies del Señor y orar... Con cuánta fuerza nos recuerda esto Mateo en las palabras de Jesús cuando dice "así que, si al llevar tu ofrenda al altar te acuerdas de que tu

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

hermano tiene algo contra ti, deja tu ofrenda allí mismo delante del altar y ve primero a ponerte en paz con tu hermano. Entonces podrás volver al altar y presentar tu ofrenda" (Mt. V, 23).

Cuando hemos renunciado al odio y al desprecio por cualquier criatura sin excepción alguna y aceptado la voluntad de nuestro Padre en el corazón, sólo entonces es posible una verdadera oración.

Todas estas son viejas enseñanzas y nuestra mente las conoce y sabe. Sin embargo, en ocasiones cuando nuestro ser está dispuesto para la llegada del Señor, un sencillo hecho de nuestra vida cotidiana es más claro que mil lecturas y es el medio que nos hace comprender cuán importante es aprender a mirar a todos los seres con la nobleza que constituye la esencia de nuestra alma ("el ojo del corazón") y no, como tan a menudo hacemos, a través del prisma tiránico y cruel del ego ("el ojo de la mente").



---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

## **Buda, el Maestro de compasión**

*Por Pablo Mestre*

Primera Parte

Buda es considerado fundador del budismo; nació en el parque Lumbini cerca de Kapilavastu, en el actual Nepal, cerca de la frontera india. El nombre de Gautama Buda, por el que se conoce al Buda histórico, es una combinación del nombre de su familia, Gautama, y el epíteto Buda, que significa "el iluminado". Las diversas fuentes budistas están de acuerdo en que vivió 80 años, alrededor del siglo VI a. de C.

La historia del Dhamma o enseñanza del Buda comenzó con su iluminación; a la edad de treinta y cinco años despertó del sueño de la ilusión que encierra a todos los seres en un eterno círculo de ignorancia y de sufrimiento innecesario, conocido como samsara. Tras haberse iluminado, decidió comunicar su experiencia liberadora a todos los seres. Enseñó el Dhamma a lo largo de 45 años.

En la época en que murió Buda, el Dhamma estaba establecido en la parte central de la India. El corazón del conocimiento budista estaba en los monasterios, a pesar de muchos de sus seguidores estaban fuera de los templos. Mahakasyapa fue el primero en adoptar y recopilar a enseñanza de Buda, que hasta entonces eran sólo de conocimiento oral. Luego de la muerte de Buda, según cuenta la historia, Mahakasyapa convocó a una gran asamblea, en la cual Ananda recitó los sermones de Buda (sutras), de quien era ayudante personal. En la misma ocasión, un monje recitó las reglas monásticas mencionadas por el Buda. En tanto que Mahakasyapa analizó las enseñanzas del maestro. Estos tres extensos discursos conforman el núcleo de las escrituras budistas. La asamblea fue reconocida como el Primer Consejo.

### **Vida del Maestro**

Todos los relatos que han llegado hasta nosotros sobre la vida de Buda fueron escritos muchos años después de su muerte por discípulos dados a la idealización más que por historiadores objetivos, por lo que resulta difícil separar los acontecimientos reales de los numerosos mitos y leyendas que aparecen sobre su vida. Además, la mayoría de las tradiciones budistas sostienen que Buda no fue sino la última encarnación en una serie de vidas recogidas en diversas historias edificantes. Para el budismo, los mitos y leyendas que rodean la figura del Buda histórico son tan importantes como sus palabras y hechos, de ahí que los detalles históricos de su vida resulten difíciles de establecer, y acaso por ello no reciban un tratamiento preferente respecto de relatos y doctrinas que se añadieron.

Han pasado ya 2600 años desde cuando en la India nació un hermoso joven, el príncipe Sidharta Gautama. Lo hace en el período de esplendor del brahmanismo basado en los Sagrados Vedas. Los brahmanes dominaban todo, ellos interpretaban la enseñanza sobre la creación del universo y el destino del hombre. La India era regida por una odiosa y discriminatoria jerarquía de castas implantadas por los sacerdotes autoproclamados como la casta superior.

Recibe al nacer una profecía que le señala que deberá cumplir una sagrada y difícil misión. Su padre, uno de los reyes regionales lo aísla en los amplios dominios del

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

reino para evitar la profecía. Los súbditos del pequeño villorrio eran bellos y saludables. La comida, la música y el descanso eran abundantes.

Sidharta no conocía el sufrimiento. Pero el inquieto joven ayudado por uno de sus sirvientes se escapó un día y cruzó los altos muros del colosal palacio. Allí se encontró con la vejez, la enfermedad y la muerte. Profundamente conmovido, decidió buscar el camino hacia la felicidad humana.

A los 29 años, dejó a su esposa e hijo y se internó en el bosque para aprender de maestros espirituales. Regaló sus elegantes atuendos a los pobres y se convirtió en asceta. Sobre pasaba con su experiencia profunda a cada maestro que conocía y seguía, pero así y todo, no lograba responder a su inquietud: cómo eliminar el sufrimiento.

Durante seis años Sidharta meditó y meditó. Ayunaba rigurosamente, a punto de morir de inanición. Hasta que un día meditando bajo un árbol divisó un maestro de sitar que navegaba río abajo enseñando a su discípulo con estas palabras:

Para que el sonido sea óptimo,  
las cuerdas no deben estar  
ni tan flojas que no suene,  
ni tan tirantes que se corten.

Entonces Sidharta decidió dejar a los ascetas y comprendió realmente cuál sería la dirección de su meditación: el camino medio.

Así fue como un día, bajo el árbol Bodhi, vivió una profunda experiencia con la cual se alejó su ignorancia y entendió el sentido de la existencia; alcanzó la iluminación. Desde ese momento fue llamado "El Buda", o "El Despierto". Permanece pasivo hasta que le llega una nueva revelación que le dice:

Puede que algunos  
no te comprendan, míralos,  
ve como sufren  
en su ignorancia limitados  
entre el nacimiento y la muerte.  
¡Marcha por el mundo,  
predica la Verdad,  
habrá quien te comprenda!

Llega Buda a Benarés, donde inició su prédica ante los cinco ascetas que habían sido sus compañeros de austeridades; ellos alcanzan el Nirvana gracias a sus palabras, y se unen a su doctrina. Así les habló en su primer sermón, el de Benarés:

*Me llamáis amigo, pero no me dais mi verdadero nombre. Yo soy el Liberado, el Buda. Aguzad el oído. La liberación de la muerte ha sido hallada. Yo os instruyo, yo os enseño la doctrina. Si vivís sus preceptos, pronto tomaréis parte en lo que buscan los jóvenes que abandonan su país para convertirse en los sin-patria, y alcanzaréis la perfecta santidad. Aun en esta vida reconoceréis entonces la verdad, contemplándola cara a cara. Basta ya de mortificaciones, pues basta renunciar a todos los placeres de los sentidos. El sendero medio conduce al conocimiento, a la iluminación, al Nirvana. El sendero ocho veces santo se llama: justa fe, justa resolución, justa palabra, justa acción, justa vida, justa aspiración, justo pensamiento, justa meditación. Ésta, ¡oh monjes!, es la verdad santa sobre el origen del sufrimiento: el anhelo de existir de nacimiento en nacimiento, con su placer y deseo inherentes, hallan aquí y allá su voluptuosidad, la sed de sensaciones, el ansia de transformación, la avidez de poderío.*

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

*He aquí, ¡oh monjes!, la santa verdad sobre la eliminación del sufrimiento: supresión del ansia por la destrucción del deseo, apartándolo, desligándolo de él sin dejarle ya lugar. Ésta es, ¡oh monjes!, la santa verdad sobre la extinción del dolor.*

Rápidamente aumentó el número de sus seguidores y discípulos. Sidharta Gautama, "El Despierto", viajó durante 45 años a lo largo de la India enseñando su experiencia liberadora. Cada año destinaba nueve meses a recorrer la India con su prédica y tres meses al reposo. Su compasión y paciencia fueron legendarias y tuvo miles de discípulos. A los ochenta años, viejo y enfermo, pero aún feliz y en paz, murió.

## **Expansión de la Enseñanza**

Durante el siguiente siglo después de su muerte, las enseñanzas de Buda se expandieron especialmente a través de la India. La diversidad cultural de los pueblos provocó algunas diferencias entre los seguidores del Dhamma y por lo mismo se convocó un Segundo Consejo. En él fueron censurados diez puntos de las reglas monásticas. A pesar de este esfuerzo por alcanzar un consenso, la congregación (sangha) comenzó a dividirse en diversas escuelas. Muchos también lo atribuyen al enorme tamaño del grupo de seguidores. De acuerdo a la escuela Theravada, que continúa hoy en el sudeste de Asia, el Tercer Consejo se realizó hacia el 270 a. de C., en los tiempos del rey Asoka. El monarca declaró a la escuela tradicional y más antigua (Theravada) como la central. Las demás escuelas reaccionaron emigrando gradualmente hacia el Oeste. El rey Asoka, soberano del imperio Mauran, favoreció enormemente la expansión de las enseñanzas.

Al rey Asoka, a su hijo Mahinda y a su hija Sanghamitta se les relaciona directamente con la conversión de Sri Lanka al budismo. Desde el comienzo de su reinado, el Theravada se convirtió en la religión oficial de este país.

De acuerdo a la tradición, durante el reinado de Asoka, el Theravada habría sido llevado a Birmania desde Sri Lanka, aunque no existe constancia de su presencia en este país hasta el siglo V d. de C. Durante el siglo VI, el Theravada se extendió desde Birmania hasta la zona de lo que hoy es Tailandia. La religión fue adoptada por los tailandeses cuando finalmente se hubieron asentado, desde el sudoeste chino, en la zona de la Tailandia actual; esto sucedió entre los siglos XII y XIV. Con el florecimiento del reino tailandés, el Theravada fue adoptado como la religión oficial. Durante el siglo XIV, el Theravada también fue adoptado por la casa real de Laos.

Tanto el Mahayana como el hinduismo comenzaron a influir en el pueblo de Camboya a fines del siglo II d. de C. Sin embargo, después del siglo XIV y bajo la influencia tailandesa, el Theravada fue convirtiéndose gradualmente en la religión con más fuerza en Camboya.

El imperio pronto se fragmentó, pero el Dhamma de Buda continuó siendo la fuerza dominante en la India durante los primeros siglos de nuestra era. Bajo el reinado de Kanishka (aprox. siglo I-II) se efectuó el Cuarto Consejo. En esta época apareció la senda del bodhisattva o el Mahayana, caracterizada por la motivación altruista de liberar a todos los seres, como contrapartida al estilo monástico y personal del Theravada o Hinayana. Fue esta nueva forma del Dhamma de Buda, la que acabaría por conquistar el norte, incluyendo China, Japón, Corea, Tíbet y Mongolia. Grandes maestros dieron forma al Mahayana durante los primeros siglos de nuestra era. Uno de ellos, Nagarjuna, recuperó los sutras Prajnaparamita, escrituras fundamentales del Mahayana.

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

A comienzos de la era cristiana, el budismo fue llevado a Asia Central. Desde allí, y durante el siglo I d. de C., entró en China siguiendo las rutas del comercio. A pesar de que contaba con la oposición de los confucionistas ortodoxos y víctima de persecuciones durante el año 446, en el período 574-577 y en el 845, el budismo logró cimentarse e influir con fuerza en la cultura china, teniendo que adaptarse a las costumbres del país. El período más fuerte de influencia del budismo chino, terminó con la gran persecución del año 845. A pesar de esto, las sectas Zen o Ch'an, enfocada a la meditación (del Sánscrito dhyana, "meditación"), y Tierra Pura, con mayor énfasis en la devoción, continuaron siendo importantes.

Desde China el budismo continuó su expansión asiática. Las autoridades del confucionismo estaban totalmente en desacuerdo con que el budismo entrara en Vietnam, pero la influencia Mahayana se sentía allí desde hacía mucho tiempo, más o menos desde el 189. De acuerdo con fuentes oficiales, el budismo llegó por primera vez a Corea, desde China, el 372. Desde entonces, y dada la fuerte influencia que durante siglos tuvo China en ese país, Corea fue convirtiéndose gradualmente al budismo.

El budismo fue llevado a Japón desde Corea. A pesar de que los japoneses ya tenían conocimiento de esta religión, 552 d. de C., se considera el año de su introducción oficial en el país. En el 593, el príncipe Shotoku declara el budismo como la religión oficial de Japón.

El budismo llegó al Tíbet a principios del siglo VII d. de C., a través de la influencia de las esposas extranjeras del rey. A mediados del siglo siguiente, ya se había transformado en una fuerza bastante significativa dentro de la cultura tibetana. Un personaje que tuvo gran protagonismo en el desarrollo de este budismo tibetano, fue el monje hindú Padmasambhava, quien había llegado al Tíbet en 747. Su principal interés era expandir el budismo tántrico, rama del budismo que se transformó en la más fuerte dentro del Tíbet. Tanto los budistas chinos como los hindúes competían por la influencia de su religión en el Tíbet, hasta que a fines del siglo VIII, los chinos fueron vencidos y expulsados del país.

Aproximadamente siete siglos más tarde, los budistas tibetanos habían adoptado la idea de que los abades de los grandes monasterios eran reencarnación es de los famosos bodhisattvas. A raíz de esto, el principal de los abades pasó a ser conocido como Dalai Lama. Desde mediados del siglo XVII hasta 1950, año en que China se apoderó del Tíbet, los Dalai Lamas dirigieron el Tíbet como una teocracia.

Durante los siglos III al IV el Dhamma de Buda floreció sin impedimentos en la India, pero en el siglo VI cientos de monasterios budistas fueron destruidos por los invasores hunos. Fue un duro golpe para los seguidores de Buda, pero el Dhamma revivió y floreció de nuevo, principalmente al noreste indio. Hacia el siglo VII, el Hinayana había perdido fuerza en India y el Mahayana, en cambio, había adquirido mayor fuerza y despertaba otra forma de Mahayana: el Vajrayana o Tantra. Como el Mahayana, el Vajrayana estaba atribuido a escrituras del Buda llamadas Tantras. Los vajrayanistas consideraban al Hinayana y al Mahayana como etapas sucesivas que conducían hacia el nivel tántrico. El Vajrayana iba lejos en la aceptación del mundo, manteniendo que las experiencias, incluso la sensual, son manifestaciones sagradas de la mente despierta, el principio de Buda. Subrayaba la importancia de los métodos litúrgicos de la meditación, en el cual el practicante se identificaba con deidades que simbolizan diferentes aspectos de la mente despierta. El palacio de las deidades, era conocido como mandala.

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

Hacia el siglo XIII, como resultado de la violenta supresión por los conquistadores islámicos, el Dhamma de Buda quedó prácticamente extinguido en gran parte de su país natal. Sin embargo, para ese tiempo, las formas Hinayanas se habían asentado firmemente en el sudeste asiático y otras variedades del Mahayana y Vajrayana en la mayor parte del resto de Asia.

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

## **Tomamos la forma de aquello que frecuentamos**

*Por Claudio Dossetti*

Tomamos la forma de aquello que frecuentamos. Si estamos en contacto con cosas buenas nos haremos buenos. Si estamos en contacto con cosas malas nos haremos malos. Si escuchamos voces mundanas nos haremos mundanos. Si escuchamos voces divinas nos haremos divinos. Si vamos a lugares donde sólo se habla de economía terminaremos hablando de economía. Si vamos a lugares donde se habla de Dios terminaremos hablando de Dios. Si nos reunimos con personas materialistas terminaremos siendo materialistas. Si nos reunimos con devotos de Dios terminaremos siendo devotos de Dios.

Lo que hemos dicho es con referencia a nuestra relación con el mundo que nos rodea. Algo similar ocurre con nuestra relación con nuestra propia mente-ego. De este modo podemos decir que:

Tomamos la forma de aquello que pensamos. Si estamos en contacto con pensamientos de avaricia nos tornaremos avaros. Si estamos en contacto con pensamientos de generosidad nos tornaremos generosos. Si pensamos en perjudicar a alguien nos haremos malvados. Si pensamos en ayudar a nuestros semejantes nos haremos bondadosos. Si pensamos en nosotros mismos nos tornaremos egoístas. Si pensamos en los demás nos haremos inegoístas. Si pensamos en cosas del mundo nos acercaremos al mundo. Si pensamos en Dios nos acercaremos a Dios.

Esto que acabamos de decir puede parecernos algo baladí. Sin embargo... no lo debe ser tanto si nos ponemos a considerar todas las veces que hemos retrocedido espiritualmente por no hacer caso a esas reglas tan simples. Después de todo... nada hay más simple que estar unidos a Dios -ya que para ello tan sólo es necesario amarlo- sin embargo... no podemos hacerlo.

Nuestra mente siempre pone excusas para no hacer lo que debe y ofrece muchas razones para hacer lo que ella quiere. Ella es como un gato gordo y malcriado: hará todo lo posible para lograr que su amo lo alimente tantas veces como desee (aunque no lo necesite).

Tratemos de no comportarnos como el gato gordo del ejemplo.

Los Libros Sagrados son muy claros con respecto al Sendero Espiritual: veracidad, rectitud, constancia, meditación, servicio inegoísta a nuestros semejantes, no-violencia, estudio de temas espirituales, enseñanza espiritual, discipulado, servicio al Guru, cantos espirituales, frecuentar los Templos, desapego gradual de los objetos sensibles, cultivo del discernimiento, etc. Todo esto, si lo analizamos en detalle, no es imposible llevar a cabo paulatinamente; sin embargo, por alguna razón le rehuímos. Ello -las más de las veces- es porque nos hallamos "engolosinados" con el mundo al que erróneamente llamamos "la realidad". De algún modo hemos "tomado la forma" de este mundo porque, precisamente, lo frecuentamos en exceso.

Sin dejar jamás de lado nuestro Dharma (aquello que es nuestro deber) debemos tratar, poco a poco, de ir acercándonos más al mundo espiritual. No hablamos aquí de un acercamiento "basado en palabras", sino de algo más verdadero, más real y más auténtico. Nos referimos a algo que podríamos llamar "un modo de vida divino". Para

---

# HASTINAPURA

*diario para el alma*

---

ello es necesario tratar de vivir aquello que nos enseñan los Libros Sagrados en la medida de las posibilidades de cada uno de nosotros. Tal vez no estemos preparados para llevar una vida de completa renunciación, pero... quizás sí podamos renunciar a ciertos requerimientos de nuestro ego. Tal vez no podamos estar día y noche en constante meditación, pero... sí podemos fijarnos una breve meditación diaria a la cual trataremos de no abandonar a lo largo de los años. Probablemente no podamos llevar una vida de reclusión monacal, pero... sí podemos tratar de tener algunos momentos de soledad e intimidad con Dios. Busquemos los medios a través de los cuales nuestra alma pueda profundizar en las enseñanzas espirituales y de este modo ascender hacia la develación Divina.

Frecuentemos todo aquello que es bondadoso, elevado, puro y sincero. Evitemos el error. Ello hará un gran bien a nuestra Alma.

El camino espiritual comienza por ver a Dios en los pequeños detalles. No olvidemos esto. Que Nuestro Señor nos guíe en nuestro Sendero.