

# LA PRÁCTICA DEL BODISATVA

**Shantideva**

- **Guía del bodisatva - Shantideva.**
- **División de tres secciones de 10 capítulos.**

Nagaryuna:

*Que la preciosa y sublime bodichita  
nazca en Quienes no haya nacido.*

*Y en quienes haya nacido que no decaiga  
sino que crezca cada vez más.*

Según este esquema, los tres primeros capítulos (“Elogio a la bodichita”, “Confesión” y “Compromiso”) están destinados a estimular la generación de la bodichita en la mente. Los tres capítulos siguientes (“Cuidado”, “Introspección vigilante” y “Paciencia”) dan instrucciones sobre cómo evitar que esta preciosa actitud mental se desvanezca. Mientras que el séptimo, octavo y noveno (“Diligencia”, “Meditación” y “Sabiduría”) indican los medios para que la bodichita pueda desarrollarse progresivamente. El décimo capítulo es una oración final de dedicación.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 14-15.

- **Definición de bodichita.**
- **Mente de la iluminación.**

*Chita* significa “mente”, “pensamiento”, “actitud mental”. *Bodi* significa “despertar”, “iluminación” y es afín del término *buda*. Con esto tenemos “mente de la iluminación”, “mente del despertar”: la actitud mental orientada hacia, impregnada de, la iluminación. Hay que darse cuenta que *bodichita* no es un sinónimo de *compasión*; sino un término mucho más amplio que abarca la compasión.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 15.

- **Tipos de bodichita.**
- **Relativa y última.**

Primero, se habla de la bodichita última, refiriéndose al conocimiento directo del verdadero estado de los fenómenos. Esto es la sabiduría de la vacuidad: una percepción cognoscitiva inmediata y no dual que trasciende los pensamientos. En segundo lugar, tenemos la bodichita relativa, por la que se entiende la aspiración a obtener el bien supremo, la budeidad, para el beneficio de todos, junto con los niveles necesarios para poder conseguir este objetivo,

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 15.

- **Decadencia del desarrollo espiritual.**
- **Por descuido y viejos hábitos.**

Los logros se evaporan y el entusiasmo se pierde en las arenas del descuido y los viejos hábitos. Es posible embarcarse en la práctica del darma con gran energía e interés pero posteriormente, quizá años más tarde, alejarse con las manos vacías, sin nada que mostrar tras todo el tiempo invertido.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 17.

- **Actos negativos y positivos.**
- **Bases del sufrimiento y la felicidad.**

Un acto se considera negativo, no virtuoso, malo..., no porque sea una transgresión de un principio divino establecido por un creador del universo, sino porque producirá sufrimiento en esta existencia o en alguna otra en el futuro. La virtud, por otro lado, es lo que proporciona felicidad y lo que lleva hacia el progreso espiritual.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 18.

- **Bodhisattva y sufrimiento.**
- **Darse el valor para enfrentarlo.**

Los sufrimientos de los otros seres es la preocupación constante y desbordante de Shantideva, y no quita la vista de su dolor y degradación. Él está preparado para enfrentarse al sufrimiento con toda su aterradora realidad, y habiendo abandonado cualquier preocupación por su propio bienestar o seguridad, no retrocede por el miedo o la repulsión. Mira la oscuridad impávidamente, con una resolución firme. Está dispuesto a acompañar al condenado hasta la fosa.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 19.

- **El karma produce sufrimiento.**
- **No hay víctimas inocentes.**

En cualquier caso, puesto que la experiencia es el fruto de la acción, debe entenderse que en el samsara —y esto en ciertos contextos puede ser difícil de aceptar— no hay víctimas fundamentalmente inocentes. Como respuesta a esto, el budismo enseña que el objeto de la compasión es el sufrimiento en sí. Sería absurdo abstenerse de sentir compasión por los “culpables” y reservarla solamente para los “merecedores” de ella, aquellos a los que se supondría moralmente inocentes, por la simple razón que en el samsara no existen en ese sentido esos objetos “merecedores”.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 21.



- **Trabajo del Buda.**
- **Enseñar el dharma.**

El trabajo del buda o bodisatva es por lo tanto enseñar, mostrar el camino: primero exponiendo lo que debe ser adoptado y evitado (y de este modo los medios con los que se producen los estados de existencia adecuados) y posteriormente enseñando la sabiduría por la cual se trasciende el samsara por completo. Esta es desde luego la definición del dharma; el *Bodicharyavatara* es en sí el mensaje de liberación de Shantideva para el mundo.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 21-22.

- **Existencia humana y espiritual.**
- **Objetivo de libertad y budas.**

Podemos *aprender* a ser libres y llegar a ser budas. Además, Shantideva señala que, habiendo obtenido una existencia humana, estamos en un cruce de caminos. Según el budismo, la vida humana, a la vez tan frágil y tan preciosa, es la existencia que brinda la oportunidad más excelente. De todas las diversas formas de existencia, es la única en la que es realmente posible progresar en el camino espiritual.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 23.

- **Klesas y sufrimiento.**
- **Son sólo pensamientos.**

La situación es realmente peligrosa, pero ¿qué produce el peligro? Son las *klesas*, las emociones aflitivas: "enemigos tales como el enfado y el deseo..." (4.28). Esas son las raíces del dolor, a las que cualquier sufrimiento, ya sea personal o a escala cósmica, puede remontarse. Y sin embargo esas klesas, por muy terribles que puedan parecer sus efectos, no son nada más que pensamientos: estados mentales intangibles y efímeros. Ser conscientes de ello, y ver por lo tanto que nuestro destino depende del modo en que seamos capaces de controlar el funcionamiento de nuestra mente,...

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 24.

- **Vigilancia constante de la mente.**
- **Método de prevención de negatividades.**

...puede que hayan tenido su origen, quizá bastante tiempo atrás, en un destello momentáneo de impaciencia o deseo que, si se hubiesen advertido a tiempo, hubiesen podido ser neutralizados o disipados fácilmente. Pero, ¿cómo puede alguien llegar a ser tan dueño de sí mismo que ningún impulso de la mente, por nimio que sea, pueda pasar inadvertido? No hay soluciones mágicas. La técnica indicada por Shantideva es la vigilancia constante e inexorable; un continuo darse cuenta de lo que está ocurriendo dentro de uno mismo.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 25-26.

- **Atención a lo pequeño.**
- **Desarrollo de la práctica budista.**

En esta práctica, de hecho, son precisamente los impulsos pequeños e irreflexivos, y las pautas de comportamiento las que requieren que apliquemos nuestra atención más a conciencia. Y en cualquier caso, todo lo que hacemos afecta al mundo. Cualquier acción puede ser la causa, o la causa de la causa, del sufrimiento de otro. Así, el modo en que comemos, andamos, movemos los muebles, incluso las cosas de la higiene personal, todo tiene importancia.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 26.

- **Paciencia y enfado.**
- **Desaparecer el enfado de la práctica.**

Al llegar al final de la sección dedicada a la protección de la bodichita, la paciencia se elogia como la ascesis suprema. Es el antídoto al enfado, considerado en el budismo como el más destructivo y peligroso de todos los factores mentales. El enfado, definido como lo que invade la mente con sentimientos violentos y agresivos, al llevar naturalmente a la hostilidad y el conflicto, está proscrito en el budismo como en cualquier otra tradición religiosa.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 27.

- **Base del odio.**
- **Se supera con vacuidad.**

Paso a paso, Shantideva se centra en el origen real del problema, la base del enfado como de cualquier otro engaño. Esto es el ego, la sensación de “yo”, experimentada como el centro del universo, un universo interpretado como amigo o enemigo en función de cómo es percibido desde el punto de vista egocéntrico. En el budismo, esto es desde luego el punto central, y es solamente a la luz de las enseñanzas detalladas sobre la vacuidad como puede tratarse satisfactoriamente.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 27-28.

- **El enemigo surge de causas.**
- **No hay que sentir ira.**

...el malestar físico de la enfermedad, por ejemplo, sabemos muy bien que el dolor se debe a los desequilibrios del cuerpo. Puede que nos disguste el dolor, pero sería absurdo que nos sintiésemos agravados por ello y nos enfadásemos. Del mismo modo, el comportamiento hostil de los enemigos no surge espontáneamente, también es el producto de causas y condiciones. ¿Por qué sentirse agraviado por aquellos que son ellos mismos víctimas de los engaños emocionales?

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 29.



- **Visión sobre el enemigo.**
- **Dos orígenes únicos.**

O bien son intrínsecamente hostiles, en cuyo caso tomarse a mal su comportamiento es tan absurdo como ofenderse porque el fuego queme; o tienen básicamente una buena disposición pero han sucumbido momentáneamente a los engaños. Aquí también la hostilidad está fuera de lugar: tendría tan poco sentido como ofenderse con el cielo cuando se llena de humo.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 29.

- **Compasión en mahayana.**
- **El papel del bodhisattva.**

En el budismo mahayana, la compasión implica, por medio de la aplicación de la sabiduría, trascender la noción misma de “yo” y entender que, en definitiva, la barrera existencial que divide a uno de los otros es totalmente irreal, una mera construcción mental. Una vez se ha cruzado esa barrera, y los bodisatvas logran darse cuenta de lo irreal que es distinguir entre yo y otros, el sufrimiento de los demás se vuelve tan real para ellos como el suyo propio. De hecho, los sufrimientos de los demás son para un bodisatva su propio sufrimiento, y la urgencia para mitigarlos, tanto de un modo inmediato como último, se vuelve su estímulo primario.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 34-35.

- **Enseñanza central de Shantideva.**
- **Felicidad y sufrimiento.**

Este es el punto del que todas las enseñanzas de *La práctica del bodisatva* extraen su sentido y donde encuentran su plenitud. Todo se condensa en una sola estrofa que Shantideva proclama categóricamente como un principio universal:

Toda la felicidad de este mundo  
viene de desear la felicidad para los demás.  
Todo el sufrimiento de este mundo  
viene de desear la propia felicidad. (8.129)

Shantideva. *La Práctica Del Bodisatva*. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 35.

- **Escuela Madyamaka.**
- **Shantideva, Atisha y otros.**

Desde el punto de vista filosófico, Shantideva pertenecía al Madyamaka o la escuela del Camino Medio de la filosofía budista. Esta tradición, fundada por Nagaryuna en el siglo II y que ha tenido entre sus seguidores una serie de maestros incomparables (Aryadeva, Budapalita, Bavaviveka, Chandrakirti, Shantaraksita y Atisha entre otros) floreció en India ininterrumpidamente durante mil años. Transmitida a Tibet en el siglo VIII, ha sido mantenida hasta nuestros días como la expresión suprema de las enseñanzas budistas sobre la sabiduría.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 37.

- **Enseñanzas del Buda.**
- **Según tipo de gentes: definitivos y....**

El mahayana hace frente a este estado de cosas diciendo que las afirmaciones hechas por el Buda son de dos clases: definitivas (sánscr. *nitartha*), correspondientes al significado auténtico, tal como él lo entendía; y oportunas (sánscr. *neyartha*), correspondientes a una expresión parcial o conveniente de su significado, orientadas hacia la comprensión de sus oyentes, con la intención de guiarles por el camino hasta la comprensión perfecta y que tienen por lo tanto validez provisional.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 38.

- **Verdad relativa y última.**
- **No conceptual como última.**

Las teorías puede que tengan una utilidad práctica y estén de acuerdo con nuestras experiencias, pero para expresar la verdad última, la “naturaleza de las cosas” no son adecuadas. La última está más allá del intelecto y no puede expresarse en términos conceptuales. Así pues, en las escrituras pali se recogen las palabras del Buda diciendo “El Tatagata está libre de todas las teorías”. Y también “el punto de vista de que todo existe es, Katyayana, un extremo; que nada existe es otro. No aceptando ninguno de estos extremos, el Tatagata proclama la verdad desde una posición intermedia”.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 38-39.

- **Prajna: Conocimiento intuitivo directo.**
- **Más allá de pensamientos y conceptos.**

Pero decir que “la última no está al alcance del intelecto”, no significa que no pueda conocerse; significa sencillamente que está más allá de las posibilidades del pensamiento ordinario y la expresión verbal. El conocimiento del nivel último trasciende el pensamiento. Sobrepasa lo racional. No es conceptual, ni dual; muy diferente, podemos suponer, de cualquier cosa que hayamos experimentado hasta la fecha. Es *prajna*: conocimiento intuitivo directo de la realidad tal cual es, la sabiduría de la vacuidad más allá de sujeto y objeto.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 39.

- **Mente completamente libre.**
- **No conceptos, no teoría.**

Estos versos señalan la tarea a llevar a cabo: hay que dejar la mente tal cual es, libre y sin impedimentos, sencillamente consciente, sin que quede atrapada en pensamientos y teorías, y refuerce así el aferramiento al yo y a la sustancia. En el ámbito del discurso filosófico, esto implica la demostración de la imposibilidad de expresar la verdad última por medio de teorías y sistemas filosóficos.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 40.



- **Análisis dialéctica budista.**
- **Expresión de la vacuidad.**

Al final, las teorías, todas las teorías —incluidas las teorías budistas— se desmoronan por su pura necesidad. Ninguna elaboración intelectual puede resistir ese análisis. El propósito del Madyamaka es reducir al silencio total al inquieto y escudriñante intelecto, condenado para siempre a una perspectiva parcial y concreta. La quietud mental sobreviene y la elaboración conceptual queda aniquilada, haciendo posible una comprensión intuitiva más allá de las elaboraciones intelectuales. Esto prepara el terreno para la experiencia de *suñata*, la vacuidad en sí.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 40-41.

- **Enseñanzas.**
- **12 tipos de dharma.**

...las escrituras, las cuales son de doce tipos: 1) *sutra* (tib. *ndo sde*) exposición condensada sobre un solo tema, 2) *geya* (tib. *dbyangs bsnyan*) compendio poético (de unas enseñanzas más detalladas en prosa), 3) *vyakarana* (tib. *lung bstan*) profecías, 4) *gatha* (tib. *thigs bcad*) discursos en verso, 5) *udana* (tib. *ched du brjod pa*) instrucciones que no fueron solicitadas por nadie sino dadas por el Buda con el propósito de propagar el darma, 6) *nidana* (tib. *glen ghi*) explicaciones sobre algo específico, por ejemplo las reglas del Vinaya; 7) *avadana* (tib. *rtogs brjod*) biografías (que expresan la realización) de seres contemporáneos al Buda, 8) *itivvrittaka* (tib. *de lta bu byung ba*) sucesos históricos, 9) *yatakas* (tib. *skyes rab*) relatan las vidas pasadas del Buda, 10) *vaipulya* (tib. *shin tu rgyas pa*) extensas explicaciones de enseñanzas vastas y profundas, 11) *adbhutadharma* (tib. *rmad byung*) enseñanzas extraordinarias no dadas anteriormente, 12) *upadesha* (tib. *glan dhab*) instrucciones sobre temas específicos que establecen de un modo claro y definitivo el significado del Vinaya y los sutras.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 191.

- **Lo irracional del enfado.**
- **Dominadas por circunstancias.**

Normalmente se considera razonable ofenderse por el comportamiento hostil de otro ser, mientras que se considera como algo sin sentido y de algún modo y racional enfadarse con un objeto inanimado, puesto que el objeto en cuestión sólo nos daña movido por otras fuerzas. Pero Shantideva argumenta que eso es también verdad para las fuentes animadas de nuestro sufrimiento. Ellas también son movidas por los factores extrínsecos de las emociones negativas. Es tan irracional odiar a un agresor humano, víctima a su vez de sus propios engaños, como lo es odiar a un árbol que ha sido derribado por el viento y aplasta nuestro coche. El enfado hacia los enemigos no puede justificarse, dice Shantideva, porque realmente no existe un “yo” (de esos enemigos) al que culpar.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 196-197.

- **Definición de atman.**
- **Independiente e inmutable.**

Shantideva se ve obligado aquí a centrarse brevemente (estrofas 27-30) en las ideas de “sustancia primigenia” (sánscr. *pradhama*) y el “yo” (sánscr. *atman*, aunque desafortunadamente “yo” es una traducción sólo aproximada de *atman*), tal como lo sostienen las distintas escuelas de filosofía no-budista de la India. Para todas estas escuelas era axiomático que el “yo” y la “sustancia primigenia” eran (1) entidades independientes y (2) permanentes o inmutables.

Shantideva. La Práctica Del Bodisatva. Ediciones Dharma, 2008. España. Pág. 197.