

[...]

Los ocho tipos de sufrimiento

Para aumentar más nuestra conciencia del verdadero sufrimiento, y así desarrollar el incentivo para la liberación, en el Lamrim Chenmo Lama Tsongkhapa presenta una discusión de los sufrimientos generales de la existencia cíclica en tres conjuntos: los ocho tipos, los seis tipos, y los tres tipos de sufrimiento. Comenzaremos con la discusión de la contemplación de los ocho tipos de sufrimiento. Generalmente hablando, hay dos métodos de meditación que son enseñados comúnmente en el budismo: el primero es enfocarse con concentración en un solo punto, en un solo objeto de meditación, y el segundo es identificar primero el tópico de la concentración en un solo punto por medio de análisis extenso y entonces meditar en ello. Cuando meditamos en el sufrimiento, debemos utilizar la segunda técnica, libre de las faltas mentales de excitación y decaimiento.

En la Guía para la forma de vida del bodhisattva, Shantideva dice:

Aunque hemos acumulado méritos,
arrebatados por el ladrón de la falta de introspección
que seguirá con el decaimiento de la presencia mental
iremos a los reinos inferiores.

De estos ocho tipos de sufrimiento, el primero es el sufrimiento del nacimiento, que tiene cinco aspectos:

El nacimiento mismo es el primer aspecto del sufrimiento del nacimiento. Nacimiento aquí se refiere al nacimiento de un útero o al nacimiento de un huevo. Los otros tipos de nacimiento, nacimiento espontáneo y nacimiento por calor y humedad, no son considerados nacimientos cuya naturaleza es sufrimiento.

El segundo aspecto del sufrimiento del nacimiento es el hecho de que nacemos sin poder escoger, completamente bajo el control de los engaños y el karma, y que el mismo nacimiento se convierte en la base para seguir acumulando engaños y karma. Debido a que nuestros agregados están controlados por los engaños y el karma, se hace difícil comprometer nuestras mentes y cuerpos a la virtud.

El tercer aspecto del sufrimiento del nacimiento es que el nacimiento se convierte en la base del sufrimiento, esto significa que una vez que nacemos

estamos amarrados a experimentar vejez, enfermedad y muerte. En la filosofía tántrica se dice que en el mismo momento del nacimiento los setenta y dos mil canales del cuerpo se comienzan a desintegrar. Al nacer, el proceso del envejecimiento ya ha comenzado.

El cuarto aspecto es que el nacimiento es la base de los engaños, causando que experimentemos la madeja de sufrimientos del cuerpo y la mente que las aflicciones producen.

El quinto aspecto es que el resultado inevitable del nacimiento es la muerte. Otro modo de reflexionar acerca del sufrimiento del nacimiento es pensar que estás en el útero de tu madre. Piensa acerca de la incomodidad de estar atrapado en un área tan pequeña, y el sufrimiento que experimentaste cuando tu madre se movía de un lugar a otro. También, considera el sufrimiento de tener que vivir entre sustancias impuras, y el sufrimiento de experimentar extrema sensibilidad a cualquier cosa que tu madre ingirió, frío o caliente.

Tu objetivo principal en pensar de esta manera debe ser desarrollar la conciencia de lo que significa el nacimiento bajo el control de los engaños y el karma. Al aumentar esta conciencia, también aumenta tu incentivo para buscar la liberación de este estado. Si no sometemos nuestras mentes a este tipo de análisis, podríamos ignorar el sufrimiento del nacimiento y desecharlo. Pero, cuando entendemos que el sufrimiento del nacimiento —y de hecho, todo el sufrimiento que experimentamos— es el resultado de los engaños y el karma, y que es posible liberarse para nunca tener que experimentarlo otra vez, comenzamos entonces a cultivar el pensamiento en busca de la liberación.

Algunas veces, cuando experimentamos el sufrimiento de estar separados de algún objeto de apego, como resultado podemos generar un sentido de renuncia. Pero, esto es raro y a pesar de todo está basado en una perspectiva mental limitada. Usualmente, esta renuncia es momentánea, y no se preocupa de los problemas mayores de la existencia. Bajo estas circunstancias, cuando buscamos la causa del sufrimiento que estamos experimentando, encontramos solo niveles muy burdos de causa —usualmente culpamos nuestra situación en una cosa o persona externa, y no en los engaños que existen en nuestras mentes. Si pensamos de esta manera, el eliminar las causas de nuestro sufrimiento se vuelve una tarea eterna, y aún teniendo éxito en remover una causa del problema, pronto aparecerá otra a tomar su lugar. Como resultado, para lidiar con las causas de los problemas en nuestras vidas no hay fin.

El segundo de los ocho tipos de sufrimiento es la degeneración de nuestra vida, esto significa que nuestra vida se acorta cada vez más al pasar cada momento. Así como el apego se desliza lentamente a nuestra mente, como el aceite se absorbe en una tela, de la misma manera el sufrimiento de la vejez se desliza hacia nosotros. Nuestra vejez está determinada por el hecho de que

tomamos renacimiento dentro de cinco agregados creados por el karma y los engaños. Si nacemos, envejecemos y morimos. No hay otra opción.

El sufrimiento de la enfermedad, el tercero de los ocho tipos de sufrimiento, es también explicado en cinco partes. El primer aspecto del sufrimiento de la enfermedad es el sufrimiento que envuelve el cambio que ocurre en los elementos del cuerpo. Cuando estamos saludables, hay un balance en los elementos del cuerpo y tenemos un cierto tipo de vitalidad. Pero cuando nuestros elementos están fuera de balance, la enfermedad viene, hay cambios en la apariencia de nuestra piel y carne, y nuestra vitalidad se disipa. Como resultado, experimentamos la infelicidad de la mente, que aumenta según progresa nuestra enfermedad. La infelicidad de la mente es el segundo aspecto. Al ocurrir esto, las cosas que usualmente consideramos placenteras —como el clima fresco— resultan insoportables. Este es el tercer aspecto. El cuarto aspecto es tener que utilizar cosas indeseables, tales como medicamentos y tratamientos poderosos, y sentirnos completamente solos en nuestra experiencia de la enfermedad. El quinto aspecto es perder nuestra vida por la enfermedad al final. La enfermedad persigue los agregados como un cazador persigue su presa. Eventualmente nos destruye de la misma manera que el invierno consume la gloria y magnificencia de los árboles, flores y frutos.

Cuando tratamos de meditar en estos temas, es importante que no nos distanciamos de ellos pensando en las experiencias de otras personas. En vez, debemos aplicar estas experiencias a nosotros mismos. Basándonos en esto, debemos pensar que estas experiencias son inevitables mientras renacemos a la existencia cíclica con agregados contaminados. De esta manera podemos comenzar a cultivar la mente que desea liberarse del ciclo del renacimiento. También podemos contemplar el sufrimiento de la muerte, el cuarto tipo de sufrimiento en los cinco aspectos. La muerte es también algo que no deseamos —no es ni placentera ni feliz, más ciertamente la experimentaremos. Como una gran inundación arrasa todo a su paso, la muerte arrasa toda nuestra completa existencia, dejando nada.

El primer aspecto del sufrimiento de la muerte, es que cuando morimos, dejamos nuestras posesiones materiales. Segundo, al morir, también somos separados de nuestro ambiente. En adición, al morir somos separados sin excepción de todos nuestros amigos y relaciones, aún de nuestro maestro espiritual —de cada aspecto y de cada relación que hemos establecido en esta vida. El cuarto aspecto, es que somos obligados a separarnos de nuestro cuerpo, que ha estado con nosotros toda nuestra vida, y el quinto es que experimentaremos una gran infelicidad debido al hecho de que nos estamos muriendo.

El quinto sufrimiento es el sufrimiento de encontrar lo que no queremos. Esto sucede cuando estamos bajo el control de las tres mentes venenosas, y encontramos una condición externa a la que imputamos ser un enemigo. Si

hemos imputado la etiqueta “enemigo” a un individuo, por ejemplo, sentimos infelicidad aún al escuchar el nombre de esa persona. Si la persona es igual en estatus a nosotros, nos sentimos en competencia o celosos. Si la persona está en una posición de poder e influencia, podemos sentir miedo e infelicidad de que seremos forzados a escuchar todas las cosas poco placenteras que ellos tienen que decir. Pasamos nuestras vidas en esa desventura, y entonces morimos. Mientras tanto, acumulamos una gran cantidad de karma negativo en relación a estas personas indeseadas en nuestras vidas, y entonces nos sentimos aterrorizados cuando consideramos el resultado del sufrimiento que experimentaremos.

El sexto sufrimiento, tener que abandonar lo que queremos, también tiene cinco partes.

El primero es el aspecto mental de tener que separarse de un objeto de deseo. Por ejemplo, podemos encontrar a alguien de quien no podemos soportar estar separados, aún por un momento. Entonces, esta persona se va y nos sentimos infelices, aunque es totalmente imposible estar juntos todo el tiempo. Debido a los tres venenos, sobreponemos cualidades adicionales a la imagen de esa persona, fabricando una proyección de esa persona como totalmente extraordinaria. Esta persona entonces se convierte en un objeto de obsesión del que no podemos soportar estar separados.

El segundo es el aspecto verbal de tener que separarnos de lo que queremos, que se refiere al sonido de desesperación que hacemos en nuestra expresión de dolor al estar separados.

El tercero es el aspecto físico, se refiere al daño que hacemos a nuestro cuerpo físico cuando, debido al tormento de la separación, perdemos la noción de comer o beber.

El cuarto es el aspecto mental, que se refiere a la manera en que miserablemente nos obsesionamos acerca de las buenas cualidades del objeto del cual hemos sido separados. Por supuesto, en nuestra ignorancia, por una conciencia incorrecta, no estamos concientes de que todas esas cualidades son meras imputaciones o proyecciones hacia el objeto.

El quinto sufrimiento es el sufrimiento de estar preocupados por el pensamiento de que todas nuestras expectativas no fueron realizadas y que perdimos muchas buenas oportunidades. Éste es el tormento de la mente de insatisfacción.

El séptimo de los ocho tipos de sufrimiento es buscar lo que queremos, y no ser capaces de obtenerlo. Por ejemplo, deseamos una buena cosecha, pero no importa cuanto nos esforzamos para asegurarla, la cosecha fracasa. De la misma manera, podemos aventurarnos en algún negocio con expectativas de

ganancias y demás, para encontrarnos con una enorme pérdida. Estos últimos tipos de sufrimiento —encontrar lo que no queremos o deseamos, tener que separarnos de lo que sí queremos, y buscar lo que queremos sin poder encontrarlo— son los aspectos más evidentes del sufrimiento en nuestras vidas, pues desde el nacimiento hasta la muerte somos atormentados por estos. Lidiamos con todos estos en el diario vivir, así que podemos identificarnos con ellos fácilmente.

El octavo tipo de sufrimiento es un resumen. De manera breve, afirma que experimentamos todos estos sufrimientos porque poseemos los agregados contaminados del cuerpo y la mente, que surgen como resultado de los engaños y el karma.

En su Carta amistosa, el gran maestro Nagarjuna exhorta al rey a que reflexione sobre la naturaleza del sufrimiento de la existencia en términos de estos ocho puntos. En el Lamrim Chenmo, Lama Tsongkhapa discute los ocho sufrimientos generales de la existencia cíclica en referencia al hecho de que su autoridad se deriva de la presentación de Nagarjuna en su Carta amistosa y en la presentación de éstas que hizo Buda en los sutras.

Hace unos días me encontré a un amigo y salimos a cenar a un restaurante indio. Luego tuve problemas estomacales y cuando llegué a casa me quejé de que el restaurante no estaba muy limpio. Unos días después, fui a comer a un restaurante que conozco por el hecho de estar limpio. Pero cuando llegué a casa, tuve problemas estomacales otra vez. Esto es un ejemplo del sufrimiento debido a los agregados, que son un receptáculo de dolor y sufrimiento. Cuando cultivamos el deseo de la liberación de acuerdo al sendero y a la práctica según la capacidad media, debemos reflexionar en el sufrimiento de forma muy, muy detallada así como acabo de explicar. Este tipo de contemplación no debe parecer para nada excesivo. Cuando meditamos en estos puntos, la renunciación que cultivamos como resultado será una renunciación de acuerdo con el sendero y prácticas de la capacidad media. Si no contemplamos en una manera tan detallada para generar la renuncia, y confiamos en la experiencia limitada de nuestros problemas inmediatos, el estado de la mente que desarrollaremos como resultado, será muy inestable y temporero.

Los Seis Tipos de Sufrimiento

El próximo tema dentro de la contemplación del verdadero sufrimiento es la discusión del sufrimiento de la existencia cíclica dividido en seis tipos.

El primero de los seis, es el sufrimiento de la incertidumbre. Debemos todos estar bien familiarizados con este tipo de sufrimiento. El sufrimiento de la incertidumbre está presente en casi cada aspecto de nuestra vida en la existencia cíclica. Puede aplicarse a nuestras relaciones con personas en el

sentido de que nuestra familia, amistades y enemigos cambian de vida en vida. Aún en una sola vida, alguien que nos ha sido muy querido puede convertirse en nuestro peor enemigo de la noche a la mañana. El sufrimiento de la incertidumbre está también presente en nuestro ambiente —de renacimiento en renacimiento, en nuestro país, en nuestra sociedad, y el idioma que se habla alrededor de nosotros cambia. Aún nuestro género no es estable de vida en vida. El sufrimiento de la incertidumbre también está presente en nuestras experiencias internas. Por ejemplo, podemos finalizar una acción virtuosa poderosa y entonces regocijarnos de lo que hemos hecho, y sentir que el mérito que hemos acumulado es bastante sólido y concreto. Pero, en el próximo momento nos ponemos locos de ira, y completamente destruimos nuestro mérito por la fuerza de la ira.

El segundo tipo de los seis es el sufrimiento de la insatisfacción, que también podemos contemplar en términos de ésta y de vidas previas.

Hay ocho ejemplos presentados en el Lamrim Chenmo para ilustrar la forma en que sufrimos como resultado de la insatisfacción:

El primero es que hemos tomado océanos de leche materna en innumerables renacimientos y todavía no ha sido suficiente. Segundo, dentro de nuestras innumerables vidas, hemos experimentado todo lo que existe dentro de los tres reinos de existencia —desde el gozo de la concentración meditativa a la tortura de los reinos inferiores— y todavía no ha sido suficiente. Tercero, hemos experimentado cada forma de placer y todavía no ha sido suficiente. Hemos también experimentado enfermedades incurables, enfermedades del peor tipo y sufrimientos inmensurables, pero todavía nuestras mentes no se han cansado. Todavía no ha sido suficiente. Quinto, no hay placer alguno o tipo específico de sufrimiento en la existencia cíclica que no hayamos experimentado. Aún así, nuestras mentes no están hartas, y todavía circulamos bajo el poder del deseo y el aferramiento. Sexto, hemos nacido en los infiernos y tragado innumerables galones de hierro colado, y todavía nuestras mentes no están satisfechas. Séptimo, hemos obtenido agregados que son buenos y agregados que son malos incontables veces, y aún así, nada significativo ha sido logrado. El octavo es el significado resumido, que a pesar de todas estas experiencias, todavía circulamos en el samsara, sin satisfacción.

Pensando estos ejemplos en detalle, deberíamos considerar que a pesar de todo lo que hemos hecho, nuestra existencia no ha tenido ningún significado hasta ahora. Apreciando esto, debemos hacer un esfuerzo consciente de emerger de la existencia cíclica.

El tercer tipo de sufrimiento dentro de la clasificación de los seis, es el sufrimiento de tener que perder nuestro cuerpo en la muerte una y otra vez.

El cuarto es el sufrimiento de tener que tomar renacimientos una y otra

vez.

El quinto es la experiencia continua de levantarse y caer —que se refiere a nuestro ciclo sin fin entre picos de elevados renacimientos en el reino sin forma y en las profundidades de los renacimientos bajos, en el reino de los infiernos.

El sexto tipo de sufrimiento es el sufrimiento de estar completamente solos, sin ningún apoyo. Éste puede referirse a la experiencia física de la soledad que todos conocemos hasta cierto grado en nuestras vidas, y también al hecho de que mientras nos movemos de vida en vida nos faltan la comodidad y el apoyo de la luz de la virtud.

La contemplación en el sufrimiento en el contexto de la clasificación en los seis tipos está principalmente preocupada con el análisis mental del sufrimiento. Este tipo de contemplación está mucho más orientado a lo psicológico que a reflexionar meramente en lo desagradable del sufrimiento físico en el samsara. De modo que, cuando medites en los seis tipos de sufrimiento, debes traer a la mente la experiencia de todo tormento mental que tu mismo hayas experimentado en esta vida. Entonces, identifica las causas de tu sufrimiento, como el hecho de que estás amarrado por el karma y los engaños y agobiado por los agregados contaminados del cuerpo y la mente, y desde este punto comenzar a cultivar el pensamiento de la renunciación.

Los tres tipos de sufrimiento

Ahora nos movemos a la clasificación final dentro de las explicaciones del verdadero sufrimiento y de la verdadera causa, que es la contemplación en los tres tipos de sufrimiento.

Por favor recuerden que cuando reflexionamos en el sufrimiento, debemos tratar de entender que éste no surge inherentemente por medio de su propia naturaleza. Cada tipo de sufrimiento único surge y existe debido a causas y condiciones, debido a la interdependencia. Como no existe inherentemente, es definitivamente posible eliminar sus causas y así erradicar el sufrimiento en nuestras vidas para siempre.

El primer tipo de los tres tipos de sufrimiento es el sufrimiento del sufrimiento. Ésta es la manera más común y burda de sufrimiento, y es fácilmente reconocible en nuestras vidas cotidianas. El segundo de los tres tipos de sufrimiento es el sufrimiento del cambio.

El sufrimiento del cambio opera en el contexto de todas esas cosas en nuestras vidas que ordinariamente consideramos que constituyen la felicidad. De hecho, todos esos sentimientos de felicidad y placer que experimentamos en la existencia cíclica son en realidad, el sufrimiento del cambio. Los llamamos

“felicidad” porque nos traen sensación de placer. Pero, de acuerdo a la filosofía budista, a lo que damos la etiqueta de “felicidad” es realmente solo el momento de alivio que surge entre una experiencia previa de sufrimiento y la próxima. Si tenemos un área sensitiva en nuestro cuerpo que nos pica terriblemente, al principio, cuando nos comenzamos a rascar se siente extremadamente placentero. Pero si nos rascamos por un tiempo largo, solo nos causaremos más dolor.

El tercer tipo de sufrimiento es el sufrimiento de condición todo permeantes. Este tipo de sufrimiento que está siempre con nosotros —es un factor continuo y subyacente en nuestra existencia. El sufrimiento del cambio, por el contrario, está allí algunas veces y en otras no está. Aunque el sufrimiento de condición todo permeantes en su estado natural se siente como un tipo neutral de existencia, cuando encontramos circunstancias adversas, causa sentimientos contaminados de sufrimiento. Cuando encontramos condiciones externas positivas o conducentes, causa sentimientos contaminados de placer o felicidad. Acumulamos karma basándonos en el sufrimiento de condición todo permeantes. Las experiencias de los primeros dos tipos de sufrimiento giran primordialmente alrededor de nuestros sentimientos —los objetivos de nuestros sentimientos, los aspectos de nuestros sentimientos y los objetos de nuestros sentimientos. Cuando tratamos de desarrollar el deseo de liberarnos del sufrimiento del sufrimiento y del sufrimiento del cambio, debemos renunciar no solo al resultado del sufrimiento mismo, sino también a las causas y condiciones que contribuyen a ese resultado. Es importante tener la visión más amplia. Mientras estamos en el samsara, constantemente anhelamos la experiencia de sentir. Debemos tratar de comprender que cualquier sentimiento que experimentamos en la existencia cíclica está contaminado, amarrado a la naturaleza del sufrimiento. Cuando experimentamos sentimientos de placer, desarrollamos pensamientos obsesivos de apego. Cuando experimentamos sentimientos de infelicidad, desarrollamos pensamientos de ira y odio. Los sentimientos neutrales nos causan el desarrollar confusión e ignorancia. Como resultado de todos estos engaños, acumularemos karma negativo y eventualmente experimentaremos la maduración de resultados negativos. Los sentimientos que producen la mente de ira traen renacimientos en el reino de los infiernos; los que producen apego traen renacimientos en el reino de los espíritus hambrientos; y los que producen ignorancia traen renacimientos en el reino animal. El sufrimiento de condición todo permeantes es como estar atado a la carga del karma y los engaños. Mientras estemos amarrados a esta carga, experimentaremos sufrimiento. El término “todo permeantes” puede ser entendido en dos contextos.

Primero, el sufrimiento es permeante en el sentido de que se extiende a través de todo el samsara, desde el infierno de Avici hasta el punto culminante del samsara. Segundo, el sufrimiento es permeante pues estamos enteramente bajo su control.

Cuando adiestramos nuestra mente a la renuncia basada en la contemplación de los tres tipos de sufrimiento, debemos comenzar con la contemplación del sufrimiento del sufrimiento, seguido por la contemplación del sufrimiento del cambio y entonces la contemplación del sufrimiento de condición todo permeante. Contemplar sobre los niveles más burdos del sufrimiento, primero nos inspirará a desarrollar aversión a los mismos y a reflexionar en sus causas. En esta manera, nuestras mentes serán llevadas hacia la contemplación de las causas más sutiles del karma y los engaños.

Esta agrupación de los ocho, seis y tres componen la explicación general de las desventajas de la existencia cíclica.

Consejo sobre cómo practicar

Entre los conjuntos de ocho, seis y tres tipos de sufrimiento, es más apropiado utilizar cualquier tipo de contemplación que encuentres más efectiva para generar la mente de renuncia. No es necesario pensar en cada detalle específico de sufrimiento mencionado aquí. Para algunos, reflexionar en el conjunto de los ocho solamente, es efectivo. Para otros, reflexionar en el conjunto de los seis es más útil. La presentación del sufrimiento que tiene el mayor impacto en tu mente es la que debes enfocar.

Ya que la contemplación en el sufrimiento de acuerdo con las cuatro nobles verdades es una práctica de la capacidad media, debes tratar de reflexionar en cada uno de estos tipos de sufrimiento en términos de tu experiencia propia. No obstante, si haces esto mientras sostienes que el “yo” que experimenta el sufrimiento existe realmente, no afectarás la raíz del sufrimiento, que es la ignorancia que se aferra a la existencia como verdadera. Generalmente cuando meditamos en los ocho tipos de sufrimiento, lo hacemos con el sentimiento de que este “yo” existe realmente, existe independientemente, y existe inherentemente sin ningún tipo de dependencia; y por consiguiente, experimentamos un fuerte sentido de aversión a todos estos tipos de sufrimiento.

No obstante, el punto principal de la meditación en los ocho tipos de sufrimiento es generar la renuncia y el deseo de liberación. Ya que esta meditación está fundamentalmente dirigida a lograr la liberación, debemos buscar entender cómo funciona el “yo” —como realmente no existe, como existe a través de la interdependencia. De la misma manera, así como aplicamos la comprensión de la existencia del “yo”, como una mera imputación en nuestro propio caso, cuando reflexionamos en la compasión que generamos por el sufrimiento de otros, podemos pensar también que ellos existen solo como meras imputaciones. Si hacemos esto, cualquier renunciación o compasión que generemos será de un tipo extraordinario. Así que cuando adiestres en el sendero y práctica de la capacidad media, cuando contemples el sufrimiento, deberás comenzar con un breve examen del “yo”. Enfoca en el modo de

existencia del yo que experimenta estos tipos de sufrimientos. Trata de ver como un “yo” que existe verdaderamente no se puede encontrar en ninguna parte de tu cuerpo o mente. Trata de ver como sólo existe en dependencia de una mente que imputa, que etiqueta, y en la base de la imputación. Trata de ver cómo aunque existe meramente de esta manera, es capaz de llevar a cabo las funciones del “yo”.

Si no tomamos el tiempo para reflexionar de esta manera en el “yo”, existe el peligro de que tu contemplación en el sufrimiento se vuelva en una causa para más existencia cíclica y por consiguiente, en más sufrimiento. Así que es mejor que trates de determinar la forma de existencia del “yo” desde el principio. Entonces puedes proceder con la meditación tradicional.

En el sutra se establece que los tathagatas no pueden limpiar el karma negativo con agua. Ni pueden remover los resultados del karma que madura por sus manos. Ni la omnisciencia, ni la gran compasión ni el perfecto poder de los budas, puede ser transferida a los seres sensibles. La única manera que los budas pueden facilitar la liberación de los seres sensibles es mostrando el sendero hacia la realidad trascendental. Los seres iluminados no han surgido por sí mismos, no han sido seres iluminados existentes permanentemente desde el principio. Ellos han logrado este estado adiestrando y desarrollando sus mentes de acuerdo al sendero. Como los budas no han surgido por sí solos, habiendo ellos adiestrado en el sendero para lograr el resultado, de la misma manera, benefician a los seres sensibles explicando sus experiencias en el sendero.

Cuando consideramos a los seres iluminados tales como Buda Shakyamuni, sentimos fe y admiración por sus perfectas cualidades. Sin embargo, es también importante que recordemos que seres como Shakyamuni también se adiestraron en el sendero hacia la iluminación, y que ellos también una vez estuvieron completamente controlados por los engaños y el karma como lo estamos nosotros hoy. La diferencia entre estos seres y nosotros es que ellos se esmeraron en el sendero hacia la iluminación, y al perseverar en la vasta acumulación de méritos de método y sabiduría por tres incontables eones, se liberaron a sí mismos completamente del samsara. Estos seres se esmeraron con gran diligencia en el sendero para el beneficio de seres de sensibles y lograron el resultado de la liberación, mientras que nosotros no. Ésta es la diferencia. Considerando las cosas de esta manera, nos haremos más concientes de nuestro potencial para la iluminación, y lucharemos por alcanzarla.

[...]