



Los Cuatro Sellos del Dharma

Su Santidad el Sakya Trichen (el 41^{er} Sakya Trizin)



Publicado por "The Sakya Tradition"

Publicado por “The Sakya Tradition”

www.sakyatradition.org

E-mail: info@sakyatradition.org

Wechat ID: sakyatradition

Weibo: sakyatradition

IG: the_sakya_tradition

Facebook: TheSakya

Terminantemente No para la Venta, Solo para Distribución Gratuita



Este texto es proporcionado bajo la protección de un Creative Commons CC-BYNC-ND (Atribución-NoComercial-SinDerivadas) 4.0 copyright. Puede ser copiado o impreso para uso legítimo, pero solo con completas atribuciones y no para ventaja económica o compensación personal.

Para más detalles ver la licencia de Creative Commons.

Agradecimientos

Su Santidad el Sakya Trichen (el 41º Sakya Trizin) impartió esta enseñanza el 8 de mayo de 2014 en el Monasterio Sakya de Budismo Tibetano en Seattle. En 2021, esta transcripción en inglés fue preparada, editada y publicada por The Sakya Tradition, Inc., una organización sin ánimo de lucro dedicada a preservar y hacer ampliamente asequibles las preciosas enseñanzas del Dharma del glorioso linaje Sakya. El texto fue traducido al español por el equipo de traducción de The Sakya Tradition. Agradecemos a quienes han contribuido, de un modo u otro, a facilitar el acceso a estas enseñanzas, conectando a muchos con el precioso Dharma para obtener los beneficios temporales y definitivos.

Que por el mérito de este trabajo, pueda Su Santidad el Sakya Trichen gozar de perfecta salud y de una muy larga vida, y que continúe girando la rueda del Dharma.

Los Cuatro Sellos del Dharma

Su Santidad el Sakya Trichen (el 41^{er} Sakya Trizin)

Publicado por "The Sakya Tradition"

Los Cuatro Sellos del Dharma

Las cuatro marcas distintivas de las enseñanzas del Buda, también conocidas como los cuatro sellos, son:

༥ འདྲ་བྱེད་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་ཅིང་།
ཟག་བཅས་ཐམས་ཅད་སྒྲག་བསྐྱེལ་བ།
ཆོས་རྣམས་སྟོང་ཞིང་བདག་མེད་པ།
བྱ་ངན་ལས་འདས་པ་ནི་བཤོ། །

Todo lo condicionado es impermanente.

Todo lo contaminado es sufrimiento.

Todos los fenómenos son vacíos y desprovistos de identidad.

El Nirvāṇa es paz.

Todo lo condicionado es impermanente.

Todo es impermanente. Hay dos tipos de impermanencia: la impermanencia burda, continua, y la impermanencia sutil, momentánea. La impermanencia burda y continua se refiere a los cambios que se producen continuamente y son visibles. Un ejemplo de impermanencia burda y continua es nuestro propio cuerpo: primero uno es un bebé, luego uno se convierte en un niño, en un adolescente y en un adulto, y luego envejece. En cada etapa, el cuerpo está cambiando — su color, forma y tamaño, todos están cambiando. Otro ejemplo es cuando miramos al exterior, y observamos que las cuatro estaciones con los colores de la primavera, el verano, el otoño y el invierno están siempre cambiando. Estos cambios no se producen repentinamente — en realidad, los cambios se producen a lo largo de un prolongado período. Los cambios sólo son visibles cuando se producen grandes cambios a lo largo del tiempo y los signos visibles se hacen evidentes, como que el pelo negro se vuelva blanco y la cara juvenil se arrugue, y demás.

Cuando observamos los cambios en la apariencia física de una persona al ser un joven bebé y setenta años después como un adulto mayor con arrugas y pelo blanco, los cambios son obvios y grandes. Estos cambios visibles no ocurrieron de la noche a la mañana, sino que han ocurrido continuamente durante los últimos setenta años en etapas sutiles y momentáneas. El pelo que ayer era negro no se vuelve hoy blanco de repente. Eso no es así; por el contrario, el cambio ha estado ocurriendo, a cada minuto y a cada momento, está ocurriendo incluso durante los lapsos más cortos. Para que el

cambio se haga visible, debe pasar por muchos momentos de cambios sutiles que están ocurriendo durante el menor lapso de tiempo posible. Cuando observamos desde esta perspectiva, este sutil cambio momentáneo se denomina impermanencia sutil o momentánea.

Todo está cambiando, nada es permanente, todo es impermanente. Se dice que todas las cosas compuestas tienen cuatro finales. Los cuatro finales son:

El final de la reunión es la separación.

El final de la acumulación es el agotamiento.

El final de la altura es la caída.

El final del nacimiento es la muerte

El final de la reunión es la separación. Siempre que nos reunimos, no nos reunimos permanentemente. Al final de una reunión, todos nos iremos por caminos separados. Incluso las relaciones que pensamos que son más permanentes, como los miembros de la familia que están juntos durante toda la vida, tampoco son permanentes. Como todo el mundo sabe, a medida que la vida avanza, los padres parten, luego los hijos parten, y así sucesivamente. Los miembros de la familia acaban separándose. Por lo tanto, el fin de la reunión es la separación.

El final de la acumulación es el agotamiento. No importa que tanto adquiramos y acumulemos —riqueza, posesión, tierra o poder— lo que acumulemos nunca permanecerá con nosotros para siempre; todo se manchará o romperá, se desgastará, cambiará de manos... eventualmente todo acabará por agotarse.

El final de la altura es la caída. La historia nos dice que no importa lo alto que uno llegue, al final tendremos que caer. En la antigüedad, hubo lo que llamamos emperadores universales, quienes conquistaron muchos continentes. Incluso en la historia moderna, ha habido muchos grandes gobernantes que han poseído casi todo el mundo. Sin embargo, no permanecen para siempre. Ellos pueden alcanzar la posición más elevada y poseer todo el mundo, pero su imperio o reino eventualmente se reduce a un país pequeño. Eventualmente ellos caen.

El final del nacimiento es la muerte. Todos los que nacen morirán. No hay nadie que nazca que no muera. Incluso los nobles que están completamente libres del nacimiento y la muerte, a los ojos de los seres ordinarios, demuestran que ellos también tienen que entrar en el *mahaparinirvāṇa*.

Todos estos finales indican que todas las cosas compuestas son impermanentes.

Todo lo contaminado es sufrimiento.

En segundo lugar, todas las cosas manchadas o contaminadas causan sufrimiento. Esto significa que cualquier acción creada a través de las contaminaciones causa sufrimiento porque son generadas por emociones negativas tales como la ignorancia, el deseo, la ira, el orgullo, los celos, la mezquindad, y demás. Todas son negativas.

Las acciones negativas sólo crean sufrimiento. Por ejemplo, si la raíz de un árbol es venenosa, todo lo que crece en el árbol — hojas, flores, frutos — es venenoso.

Todos los fenómenos son vacíos y desprovistos de identidad.

Luego, todos los fenómenos carecen de un yo, o están desprovistos de identidad. Hay dos tipos de *ausencia de identidad*: la *ausencia de identidad de una persona* y la *ausencia de identidad de los fenómenos*. La ausencia de identidad de una persona significa que, aunque todos tenemos una identidad que consideramos como "yo", cuando tratamos de descubrir dónde reside el "yo", no podemos encontrarlo en ninguna parte. Si ahí hay un "yo" debe ser un nombre, un cuerpo o una mente. Se podría elegir cualquier nombre. Por lo tanto, un nombre es vacío.

Nuestro cuerpo físico en realidad está formado por muchas entidades, tales como carne, huesos, sangre, órganos internos, piel, y demás. Si investigamos de la cabeza a los pies, no podremos encontrar ningún lugar llamado "yo" en alguna parte del cuerpo. Esto indica que nuestro cuerpo está formado por muchas entidades diferentes que trabajan juntas. Por lo tanto, no podemos referirnos a todas estas entidades que forman nuestro cuerpo como "yo". Si cada una de ellas se llama "yo", habrá muchos "yoes". No podemos encontrar una entidad única en ninguna parte a la que podamos referirnos como "yo".

La mente también está cambiando todo el tiempo. La mente de ayer y la de hoy son diferentes. Cuando uno era niño, la mente era muy diferente a como es ahora, como un adulto. Los adultos piensan diferente a los niños. Sus mentes no son las mismas. Esto demuestra que la mente de uno ha estado cambiando desde su nacimiento hasta ahora. La mente está cambiando todo el tiempo, constantemente; en cada momento que uno existe. Algo que cambia constantemente no puede

ser "yo". Si es así, el "yo" de ayer y el "yo" de hoy son muy diferentes. Por lo tanto, la mente no es "yo". Cuando tratamos de investigar dónde reside este "yo", no podemos encontrarlo.

Todos tenemos una tendencia habitual muy fuerte a construir una identidad como "yo". Por lo tanto, uno piensa naturalmente en sí mismo como "yo", aunque no sea "yo". Uno trata de investigar dónde reside este "yo", pero nunca se lo encuentra. Por lo tanto, se le llama la "ausencia de identidad" de una persona. Un "yo personal" es una noción equivocada. La ausencia de identidad de una persona es la visión correcta. Incluso en nuestro lenguaje cotidiano, cuando nos referimos a "mi casa", "mi auto" o "mi tierra", en esto no hay un "mío". Una casa puede pertenecerme, pero esta casa en sí no es "mía". Asimismo, cuando decimos "mi cuerpo", este cuerpo me pertenece, pero no es "mío". Lo mismo ocurre para la mente: cuando dices "mi mente", indica que la mente te pertenece, pero, de hecho, esta mente en sí misma no eres tú. Entonces, ¿dónde puede uno encontrar al dueño de su cuerpo, mente y todo; quien posee todo? Si tratas de pensar y buscar, no serás capaz de encontrar a este "poseedor" en ninguna parte. De ahí que esto se conozca como la "ausencia de identidad de una persona".

La ausencia de identidad de los fenómenos se refiere a las entidades externas, como una mesa. Pensamos en una mesa como una entidad, pero en realidad muchas maderas se ensamblan en una forma particular a la que nos aferramos como "mesa". Si se desmonta la mesa, se eliminarán diferentes capas y trozos de madera. Cuando estos trozos de madera se trituran, descubriremos que están hechos de átomos. Si el átomo más

pequeño que es indivisible se extrae y se coloca en el centro, aunque es posible que no podamos cortarlo físicamente, porque es tan microscópicamente diminuto, este átomo en realidad no es "uno". Debido a que tiene direcciones, tiene lados este, sur, oeste y norte, es por lo que no podemos encontrar ninguna entidad que sea verdaderamente "uno". Si no hay "uno", ¿cómo podemos tener "muchos"? Por lo tanto, todas las entidades carecen de existencia inherente. Y esto es la ausencia de identidad de los fenómenos. Según las enseñanzas budistas, todo carece de existencia inherente. Decir simplemente eso, es difícil de comprender, porque si todo es vacuidad, o śūnyatā en sánscrito, entonces ¿por qué sufrimos? ¿Por qué tenemos sentimientos? ¿Por qué tenemos que pasar por estas diferentes experiencias? Sin embargo, si lo pensamos y analizamos filosóficamente de esta manera, entonces no podemos encontrar nada; por lo tanto, esto se conoce como la ausencia de identidad de los fenómenos.

Tomados todos juntos, todos estos dharmas carecen de identidad. *Dharma* es una palabra sánscrita y tiene muchos significados diferentes. De hecho, dependiendo del contexto, tiene diez significados diferentes. Aquí, cuando decimos que "todos los dharmas carecen de identidad", esto hace referencia a todos los fenómenos, no al sagrado Dharma que practicamos. Todo lo que vemos y oímos también se denomina *dharma*. Por lo tanto, todos los fenómenos carecen de identidad.

El Nirvāṇa es paz.

El Nirvāṇa es paz. Mientras estemos en el saṃsāra, no hay nada más que sufrimiento. Como todos sabemos, el saṃsāra tiene reinos superiores y reinos inferiores. Hay un tremendo e inimaginable sufrimiento en los reinos inferiores. Pensamos que hay una mezcla de felicidad y sufrimiento en los reinos superiores, por ejemplo, en nuestras vidas humanas, a veces tenemos felicidad, a veces tenemos placer, a veces tenemos sufrimiento, a veces disfrutamos de la vida y a veces sufrimos. Pero si lo pensamos cuidadosamente, sólo cuando comparamos los placeres de los reinos superiores con los grandes sufrimientos de los reinos inferiores, pareciera que los reinos superiores tienen placer. Sin embargo, en realidad, no es un verdadero placer, sino otro tipo de sufrimiento. Porque los llamados placeres en los reinos superiores no son permanentes, incluso los momentos agradables que pasamos no son permanentes — van a terminar. Entonces, cuando la alegría o la felicidad temporal termina, se convierte en otro tipo de sufrimiento. Cuando comparamos el dolor y la ansiedad por los que pasamos, los momentos agradables que llegamos a experimentar aparecen como felicidad. Así que, de forma relativa, el sufrimiento aparece como placer. Cuando el placer termine, mientras aún estemos en el saṃsāra, o el ciclo de la existencia, habrá sufrimiento.

La única manera de superar el sufrimiento es liberarse de las contaminaciones. Y para liberarnos éstas, debemos saber cómo surgen las contaminaciones, las cuales son la fuente de todo sufrimiento, y el error está en aferrarse al "yo" sin ninguna razón

lógica. Aunque no podemos encontrar en ninguna parte lo que llamamos "identidad" o "yo", aun así, sin investigación, ni análisis, ni razones lógicas, nos aferramos a nuestra identidad como un "yo". Esta noción es como si hubiéramos confundido una cuerda colorida con una serpiente. En la oscuridad uno piensa que la cuerda colorida que uno ve es una serpiente. Hasta que uno se da cuenta de que la cuerda no es en realidad una serpiente, experimentará miedo y ansiedad. Del mismo modo, hasta que no nos damos cuenta de la ausencia de identidad, nos aferramos a un "yo". Cuando nos aferramos a un "yo", automáticamente aparecen los "otros", porque el "yo" y "los otros" dependen el uno del otro, como la derecha y la izquierda. Si hay un lado derecho, hay un lado izquierdo. No podemos tener solo el lado derecho. Cuando tenemos el "yo", entonces en base a eso, hay "otros". Y cuando tenemos el "yo" y "los otros", entonces aparece el apego y el deseo por uno mismo y enfado hacia los otros.

Básicamente, la fuente de todas las contaminaciones es la ignorancia. Debido a nuestra ignorancia o falta de sabiduría, no reconocemos la realidad, nos aferramos a un "yo". Y luego de esto surgen todas las otras contaminaciones. Por lo tanto, la raíz del saṃsāra es el aferramiento a un "yo". Cuando nos aferramos a un "yo", entonces tenemos todas las demás contaminaciones. Y cuando tenemos todas las contaminaciones, entonces cometemos acciones negativas, y cuando cometemos acciones negativas, entonces creamos karma. Cuando creamos karma, es como plantar una semilla en tierra fértil que, a su debido tiempo,

producirá cosechas. Asimismo, el karma negativo producirá resultados negativos. Así que, para superar eso, tenemos que cortar la raíz del “yo”. Para cortar el aferramiento al “yo”, necesitamos desarrollar la sabiduría de la ausencia de identidad, porque éste es el antídoto para el aferramiento al “yo”. Cuando hacemos esto, entonces el nirvāṇa es paz, por ejemplo, si el combustible se agota el fuego se extingue naturalmente. Del mismo modo, la raíz del saṃsāra es el aferramiento a un “yo”, y si se corta el aferramiento al “yo” creando la sabiduría de la ausencia de identidad, entonces naturalmente todo el sufrimiento cesará. Por lo tanto, el nirvāṇa es paz.

Paz, o nirvāṇa, significa que no hay sufrimiento. Hay tres tipos de nirvāṇa: el nirvāṇa pequeño, el nirvāṇa mediano y el nirvāṇa alto, o el gran nirvāṇa.

Nirvāṇas pequeños y medianos. Los nirvāṇas pequeños y medianos se denominan nirvāṇas śrāvaka y pratyekabuddha. Si uno alcanza uno de estos dos tipos de nirvāṇa, estará totalmente libre de sufrimiento, aunque no haya desarrollado plenamente las propias cualidades. Uno seguirá teniendo oscurecimientos sutiles que le impedirán desarrollar plenamente sus cualidades. Debido a esto, uno es incapaz de beneficiar a otros. Esto se convierte en el mayor obstáculo para que uno se ilumine completamente.

El gran nirvāṇa. El gran nirvāṇa también se conoce como

el nirvāṇa no residente. Tenemos dos extremos. Por un lado tenemos el saṃsāra, el ciclo de la existencia, el cual está lleno de sufrimientos y defectos; por lo tanto, no hay un solo lugar que sea digno de apego. Mediante la sabiduría, abandonamos totalmente todos los apegos y renunciamos a todo el saṃsāra. Por otro lado, tenemos el nirvāṇa, el cual es paz completa y libre de todo sufrimiento. Debido a la gran compasión, abandonamos estos tipos de pequeños nirvāṇas y no residimos en ellos. No residir en el nirvāṇa significa que, mediante una gran sabiduría y una gran compasión, no permanecemos en los dos extremos de saṃsāra y nirvāṇa. En cambio vamos más allá de ambos, saṃsāra y nirvāṇa, y esto se llama el gran nirvāṇa o nirvāṇa no residente, el cual es la perfecta budeidad o la completa iluminación.

Como seguidores del Mahāyāna nuestro objetivo real no es estar en el nirvāṇa, sino estar en el gran nirvāṇa, o el nirvāṇa no residente. Debido a la gran sabiduría, no residimos en el extremo del saṃsāra, y por la gran compasión tampoco residimos en el extremo del nirvāṇa. No nos volvemos inactivos, sin embargo, estamos totalmente libres de todas las formas de oscurecimiento. De este modo, estamos más allá del saṃsāra y nirvāṇa; estamos libres de todas las formas de oscurecimiento y hemos desarrollado cualidades plenas y grandes actividades que nunca cesan de beneficiar a los seres sintientes. Sólo el gran nirvāṇa puede beneficiar a todos los seres sintientes, pues los nirvāṇas pequeños y medianos no benefician a los demás. Aunque para el propio bien no hay sufrimiento, todavía hay un sutil oscurecimiento. Pero cuando alcanzamos el gran nirvāṇa, entonces estamos totalmente

libres de todas las formas de oscurecimiento, y al mismo tiempo, debido a la gran compasión, nunca cesamos nuestras actividades para beneficiar a los seres sintientes. Por lo tanto, si uno cree en estos cuatro grandes sellos y practica por el bien de alcanzar la gran liberación, entonces uno es un budista. Uno debe practicar el camino para finalmente alcanzar la perfecta budeidad.



■ Su Santidad el Sakya Trichen es venerado como el cuadragésimo primer sostenedor del trono del linaje Sakya del Budismo Tibetano. Nacido en Tíbet en 1945, Su Santidad pertenece a la noble familia Khön, cuyos predecesores se remontan a los primeros días de la historia tibetana, y fueron los fundadores de la orden Sakya en el siglo once. En su juventud, Su Santidad recibió un entrenamiento intensivo en filosofía budista, meditación, y rituales con eminentes maestros y eruditos.

Ampliamente considerado como una emanación de Mañjuśrī, Su Santidad es el guía espiritual de muchos de los maestros y practicantes budistas de la siguiente generación, y ha concedido el ciclo central de las enseñanzas Sakya conocido como el Lamdre (el Camino con el Resultado) tanto en países orientales como occidentales. Su Santidad manifiesta profunda sabiduría y compasión, trabajando incansablemente para establecer monasterios, conventos e instituciones educativas, y para impartir las enseñanzas del Buddha a incontables alumnos alrededor del mundo.



**"The Sakya Tradition" — Distribuyendo las
Preciosas Enseñanzas Sakya Completa y
Fielmente en Vuestras Lenguas Maternas.**

www.sakyatradition.org

2021©All Rights Reserved