

Bendición del habla

[Video n°4: «Bendición del habla»]

Hemos recibido un cuerpo humano precioso, aquél que se obtiene en rarísimas ocasiones pero que aún así hemos hallado; y también hemos encontrado un amigo espiritual que nos conduce por el camino al despertar, algo igualmente raro de encontrar, pero que aún así hemos encontrado; y también hemos encontrado el dharma, que también es excepcional; por lo que en este momento tenemos todas las oportunidades para poder practicarlo. Como dice Gueshe Sopa Rimpoché, en los reinos inferiores todos los obstáculos se reúnen, pero esta vez, aquí, se han reunido todas las oportunidades para hacernos posible la práctica del dharma. Por ello, esta vez, no es suficiente con evitar renacer en los reinos inferiores y poder hacerlo como ser humano o deva, ni tampoco es suficiente liberarse del océano del sufrimiento samsárico, así como tampoco es el sentido real de la vida alcanzar la felicidad última que es el estado de dicha y gozo para uno mismo, sino que lo que da un significado real a la existencia es beneficiar a los demás, ser la causa de su felicidad, y no sólo en esta vida sino también, y de forma aún más importante, en sus vidas futuras. Éste sería el servicio más urgente, pero un servicio todavía mayor es ser la causa de su felicidad última, de su liberación; e incluso aún más importante es conducirles a la budeidad, pero para ello, uno tiene que lograr antes el propio despertar, así que, por tanto, escuchemos las enseñanzas sobre cómo practicar en la vida cotidiana para poder extraer la esencia y dar a nuestra vida el mayor significado posible.

Mantra para la recitación de textos

Se trata de recitar simplemente este mantra:

TADYATHA OM DHARE DHARE BENDHARE SVAHA

Se aconseja recitarlo antes de leer textos de dharma y sadhanas (en el caso de [aumentar el efecto de] los mantras, contamos con otros mantras [a recitar]). Ello hace que sea como haber recitado el texto millones de veces, por lo que deviene en extremo poderoso y se genera muchísimo mérito.. TADYATHA OM DHARE DHARE BENDHARE SVAHA.

Bendición del habla

De la vacuidad, se surge como la propia deidad, con quien se tiene conexión kármica y con cuya práctica uno alcanza el despertar más rápidamente. En primer lugar, purificamos en la vacuidad, y acto seguido, desde la sabiduría que comprende la vacuidad nos manifestamos como la deidad. Por supuesto, esto ha de hacerse siempre y cuando hayamos recibido una iniciación del tantra inferior o del tantra supremo. En la superficie de la lengua, hay una sílaba AH que se transforma en un disco lunar, sobre el cual aparece una sílaba blanca OM rodeada por *ALI karmo*, las vocales, de color blanco, que comienzan justo enfrente del OM en el sentido de las agujas del reloj:

OM A AA I II U UU RI RII LI LII E AI O AU AM AH SVAHA

Luego KALI, las consonantes, rojas, que también empiezan con OM. De esta forma, las vocales comienzan desde OM y justo enfrente hay otra OM, desde donde se inician las consonantes, hacia la izquierda en el sentido contrario a las agujas del reloj:

OM KA KHA GA GHA NGA / CHA CHHA JA JHA NYA / TA THA DA DHA NA / TA
THA DA DHA NA / PA PHA BA BHA MA / YA RA LA VA / SHA SHA SA HA KSHA
SVAHA

El mantra esencial del surgir dependiente, de color azul, se inicia de nuevo con una OM en el sentido de las agujas del reloj. Es decir, hay tres sílabas OM (una enfrente de la otra):

OM YE DHARMA HETU PRABHAVA HETUN TESHAN TATHAGATO HYAVADAT
TESHAÑ CHAYO —detenerse aquí, y luego— NIRODHA EVAM VADI MAHA
SHRAMANA YE SVAHA

En la transcripción tibetana no hay ninguna pausa, pero al recitar el mantra hay que hacer una después de CHAYO, porque si se recitan las sílabas YO y NI juntas, o sea YONI, cuyo significado es «que el órgano femenino sea destruido», resulta que estamos dando un sentido completamente diferente a nuestras palabras. Por eso hay que detenerse al recitar YO y después seguir con NIRODHA EVAM VADI MAHA SHRAMANA YE SVAHA. Así es como se explica la recitación del texto.

De acuerdo con la explicación de Pabongkha se recita el OM pero no SVAHA: SVAHA se recita al final una sola vez. También hay otros métodos, creo recordar que, según otro de los métodos, esto se recita así por la mañana, bendiciendo el habla pero sin decir SVAHA, y sólo al final del día, antes de ir a dormir, se recitan las mismas vocales y consonantes y luego se recita SVAHA. Así que hay técnicas diferentes, y aquí por ejemplo SVAHA está al final de cada mantra, de acuerdo con el gran yogui Kyongpo.

Hay que hacer las recitaciones una por una, de la manera mencionada. Están alineadas de forma gradual y desde el interior. Las vocales van hacia el lado derecho, las consonantes hacia el izquierdo y la esencia del surgir dependiente al exterior y hacia la derecha, y van apareciendo gradualmente mientras se recita. La recitación de los mantras—tres veces las vocales, tres veces las consonantes y también tres veces la esencia del surgir dependiente—se hará muy despacio y con una vocalización clara, como sigue: OM A AA (pequeña pausa), I II (pequeña pausa), U UU (pequeña pausa), RI RII (pequeña pausa).

Kyabje Choden Rimpoché cuando enseñó el comentario sobre Vajrapani secreto, en el centro Vajrapani, explicó la importancia de recitar los mantras de forma correcta y utilizó precisamente este ejemplo para explicar la necesidad de recitarlos claramente, de forma precisa, pronunciando fielmente la combinación de los sonidos de las sílabas. De lo contrario, la recitación no sería correcta.

De las vocales blancas nacen rayos de néctar blanco que iluminan todo nuestro cuerpo con su blanca luz, llenándolo por completo y purificando el karma negativo acumulado [con el cuerpo] desde renacimientos sin principio. De las sílabas consonantes rojas emanan rayos de néctar rojo que llenan completamente nuestro cuerpo, purificándolo de todo el karma negativo acumulado con el habla desde renacimientos sin principio. Así que todo el karma negativo y los actos dañinos cometidos con el cuerpo han sido completamente purificados, y después una luz roja

ha llenado todo nuestro cuerpo con néctar y luz rojos y todo el karma negativo del habla acumulado desde renacimientos sin principio ha sido purificado. Después, [del mantra del surgir dependiente] nacen rayos de néctar azul, inundando todo nuestro cuerpo y purificando el karma negativo acumulado con la mente. Estas visualizaciones pueden hacerse una a una o todas a la vez; puede que también haya una visualización secreta, pero no estoy seguro, puesto que no la he visto.

Los rayos de luz que emiten las guirnaldas de mantras enganchan las bendiciones del habla sagrada y los poderes de todos los budas y bodisatvas, tanto aquellos que son seres samsáricos como los que han trascendido el samsara. Así, una manera de llevarlo a cabo es la siguiente: se puede visualizar primero que el poder de las bendiciones del habla sagrada de todos los budas y bodisatvas, en la forma de mantras (las vocales, las consonantes y la esencia del surgir dependiente), se absorben en los mantras de nuestra lengua.

Luego, el habla sagrada, el poder de las bendiciones en forma de (como dice aquí) las siete realidades perfectas, los ocho signos auspiciosos y las sustancias auspiciosas: estos poderes, en la forma de los ocho signos auspiciosos y en grandes cantidades, se absorben en los mantras de la lengua; acto seguido sucede lo mismo pero esta vez en forma de las ocho sustancias; después, lo mismo pero en forma de las siete realidades. Luego los *drubtob* (los yoguis), seres realizados, tanto aquellos que han trascendido el samsara como los que aún son seres samsáricos (algunos *drubtob* se han liberado del samsara—éstos son de los que hablamos en general—, pero también los hay que están en otros niveles). Luego vienen los *drangsong*, sabios que han comprendido las palabras de la verdad; viven en silencio durante toda su vida, se abstienen de la charlatanería, de la mentira y demás, y esto confiere poder a su palabra. Cuando rezan, sus oraciones tienen el poder de hacerse realidad con rapidez; ellos oran por nosotros, los *drangsong den dzin drubpa*, los que han logrado las palabras de la verdad. [Así, absorbimos] el poder del habla sagrada de los yoguis, de los que han alcanzado el logro, y de los sabios que han alcanzado las palabras de la verdad. Después, también se absorben las bendiciones y el poder en la forma vocales, consonantes, y el mantra de la esencia del surgir dependiente; y todo ello se absorbe en los mantras sobre la lengua en la forma de los ocho signos auspiciosos, las ocho sustancias y las siete realidades.

He mencionado antes que los rayos de néctar son emitidos y que gracias a ello somos purificados, pero aunque lo haya dicho antes en realidad la purificación se realiza después, tiene lugar después de lo acabado de exponer. A continuación, y tras finalizar los mantras, la esencia del surgir dependiente se absorbe en las consonantes KALI, las cuales a su vez se absorben en las vocales ALI, que a su vez se absorben en OM. La sílaba OM se absorbe en el disco lunar y éste se absorbe hacia atrás en la sílaba AH, volviendo al punto de partida. El disco lunar se absorbe en la sílaba AH, y ésta se disuelve en néctar blanco que, a su vez, se absorbe en la lengua. La lengua adquiere la naturaleza vajra, indestructible, de un vajra indestructible que neutraliza por completo el efecto de aquellos alimentos que pudieran quitarle su poder; de esta manera, nuestro habla se vuelve indestructible. Finalmente, pensamos: «Mi habla es perfecta, las bendiciones y poderes de todos los bodisatvas penetran en mi habla», y así se obtienen todos los beneficios ya mencionados.

A continuación, pensamos que la lengua, el *wangpo*, la base de los sentidos, obtiene el poder del coraje, aunque otro significado también sería «el poder de los que han ido al gozo», los budas. En mi opinión este es el significado al que aquí se refiere, dado que estamos hablando del poder de la palabra. «Que por el poder de la magnificencia

de mis palabras, todos los seres sean subyugados», esto es, al impartir enseñanzas, al hablar, que ayude a subyugar a los seres, a transmitirles paz interior y pacificar sus engaños, la mente egoísta y los pensamientos negativos. «Que se cumpla el significado de cualquier palabra que pronuncie», es decir que, al expresar algo, explicar algo a otros, o pedirles que hagan algo, esté o no relacionado con el dharma, que seamos capaces de lograr aquello que expresemos; no sólo durante las enseñanzas sino también en la vida cotidiana.

Nagarjuna aconsejaba, en sus prácticas esenciales, recitar estos mantras tras haber llevado a cabo cualquier actividad positiva con cuerpo, habla o mente (no simplemente cualquier tipo de actividad). Es decir, que después de haber realizado actividades virtuosas con el cuerpo, el habla o la mente, se recitaran las vocales, las consonantes y la esencia del surgir dependiente y, de esta forma, se habría completado el mantra que estuviéramos recitando, con lo cual éste se vuelve poderoso para cualquier propósito por el que lo recitemos, ya sea purificación, aumento de mérito, purificación de enfermedades o karma negativo y engaños, o para alargar la vida, la sabiduría, los logros y el mérito. Esto vale también para aumentar las condiciones externas y controlarlas a fin de que sean favorables para la práctica del dharma, o para alcanzar logros; y asimismo, para beneficiar a otros, como por ejemplo, controlándolos de manera que nos escuchen, dejen así de crear karma negativo y podamos conducirlos por el camino al despertar. Todos ellos obtendrán la felicidad si recitamos estos mantras. *[Fin del video]*