



Introducción al Budismo

Hace dos mil quinientos cincuenta años, el Buda histórico gozaba de circunstancias únicas para transmitir sus enseñanzas. Nacido en una cultura altamente desarrollada, estaba rodeado de personas ricamente dotadas. Después de haber alcanzado la iluminación, el compartió sus métodos para descubrir la mente por un total de cuarenta y cinco años. Es por esta razón que sus enseñanzas, llamadas Dharma, son tan vastas. El Kanjur, las palabras de Buda, consiste de 108 volúmenes y contiene 84,000 enseñanzas. Después surgen comentarios sobre estas enseñanzas, el Tenjur, un total de 254 libros igual de gruesos. Esto hace que la evaluación de Buda al final de su vida, fuera comprendida: "Puedo morir tranquilo. No he mantenido una sola enseñanza en mi puño cerrado. Todo lo que les puede beneficiar se los he dado". Sus últimas afirmaciones ponen al Budismo lejos de ser considerado una religión: "Ahora, no crean mis palabras porque un Buda les dijo, pero examínenlas muy bien. Sean una luz para si mismos." Estas declaraciones muestran la aproximación práctica del budismo hacia lo que consideramos como la vida real. Cuando las personas preguntaban al Buda porqué y cómo había enseñado, el respondía: "Yo enseño porque ustedes y todos los seres sintientes buscan la felicidad y tratan de evitar el sufrimiento. Yo enseño las cosas como son." Así que, ¿qué es el Budismo? El Buda lo describía de la mejor manera. Durante los 1,500 años en que las enseñanzas existieron en India, se les llamaba Dharma, y por los últimos 1,000 años en el Tíbet, se les conocía como Chö. Ambos nombres significan "las cosas como son." Entender "las cosas como son" es la llave hacia la total felicidad. El Buda por si mismo es un maestro, un ejemplo, un protector y un amigo. El ayuda, permitiendo que los seres sintientes eviten el sufrimiento y entren en un estado de constante y creciente gozo mientras también ayudan a liberarse y a alcanzar la iluminación a otros seres. Extractos de Lama Ole Nydahl: *Las Cosas Como Son, Blue Dolphin 1996.*

Este sitio web representa uno de los más de 500 centros budistas y grupos de la tradición Karma Kagyu bajo la dirección espiritual de Su Santidad el XVI Karmapa, Trinley Thaye Dorje, y dirigida por el Lama Ole Nydahl. Estos no son instituciones abstractas, sino lugares de amistad donde pueden reunirse para aprender de la sabiduría de Buda atemporal, meditar, compartir la experiencia y el desarrollo, participar activamente y hacer el trabajo que hace todo esto posible.

¿Quién es el Buda?

El Buda histórico -Shakyamuni, Sidarta Gautama- nació aproximadamente en el año 570 antes de Cristo en el norte de India. De joven dedicó seis años de su vida buscando y meditando. El reconoció la verdadera naturaleza de su mente y se convirtió en Buda, que significa "el que está despierto." Sus enseñanzas, que hacen a todos los seres no temerosos, gozosos y amables, son la principal religión de varios países en el Este Asiático. Desde los años setenta, la visión profunda del Budismo y los vastos y numerosos métodos han inspirado y fascinado a un número creciente de



personas en las culturas occidentales. El Buda es visto como un espejo atemporal del potencial inherente de la mente.

¿Qué es el Budismo?

El Buda dio métodos a través de los cuales la completa iluminación puede ser alcanzada. El definió claramente qué tipo de enseñanzas se relacionan con la verdad última o condicionada. El Buda enseñó a sus estudiantes en forma práctica y entendible, cómo utilizar todas las experiencias de la vida como peldaños hacia la iluminación; dando métodos que conducen y guían a la felicidad duradera. El motivó a sus estudiantes a ser escépticos, invitándolos a reflexionar constantemente por sí mismos, si las enseñanzas son realmente liberadoras o dogmáticas. Los métodos meditativos budistas pueden generar cambios internos poderosos, permitiendo que estas experiencias puedan ser integradas directamente con el propósito de enriquecer nuestras vidas. Estos métodos hábiles permiten a los niveles de la conciencia ya alcanzados a través de la meditación volverse estables y anclados en una forma que nunca se vuelvan a perder. Las enseñanzas más elevadas, conocidas como Chag Chen o Dzogchen, como el Mahamudra o el Maha Ati, nos permiten abrirnos a la experiencia de la total inseparabilidad entre el sujeto, el objeto y la acción.

¿Qué es el Karma?

Karma significa causa y efecto, no destino. El entender que cada uno de nosotros es responsable de nuestras propias vidas hace posible, de forma consciente generar impresiones positivas que nos traigan felicidad mientras que evitemos las causas de futuros sufrimientos. Los estados positivos de la mente pueden fortalecerse de manera efectiva a través de los métodos del Camino del Diamante, mientras esperamos que las impresiones negativas maduren y puedan ser transformadas en sabiduría.

¿Qué es la Meditación?

En el budismo, la meditación significa "permanecer sin esfuerzo en lo que es." Este estado puede surgir a través de calmar y estabilizar la mente, mientras que la compasión y la sabiduría son realizadas; o trabajando con nuestros cuerpos, esto es con los canales energéticos y meditando en formas de luz de los Budas. Los métodos más efectivos, si uno los puede llevar a la práctica, son la identificación constante con nuestra propia naturaleza búdica, y la experiencia de estar siempre en una Tierra Pura; ambas son enseñadas en el Camino Adamantino. Cuando el que ve, el acto de ver y lo que es visto es percibido como algo no separado dentro y entre las sesiones de meditación, la meta del Mahamudra es alcanzada.

¿Qué es la Liberación e Iluminación?



En el proceso de liberarse, uno primero descubre que el cuerpo, los pensamientos, los sentimientos están en constante cambio y fluyen. Por lo tanto no hay bases para una existencia real de un YO o del ego. Uno deja de sentirse como el blanco de todo, tomándose el sufrimiento en forma personal. Cuando uno piensa "Existe el sufrimiento" en vez de "Yo sufro", uno se vuelve invulnerable y libre. La iluminación es el segundo y último paso. Aquí, la luz clara de la mente irradia a través de toda experiencia. El pasado, presente, y futuro, "el aquí" o "allá", son expresiones de las características a temporales y ricas de la mente. En la iluminación, la mente naturalmente expresa valor, gozo y compasión; permanece sin esfuerzo y espontánea en todo lo que ocurre.

¿Cuáles son las diferencias entre las escuelas budistas?

El Buda trabajó para beneficiar a tres tipos de personas. Aquellos que querían evitar el sufrimiento recibieron instrucciones sobre la ley de causa y efecto, llamadas Theravada o el "Pequeño Vehículo." Aquellos que querían hacer mas por otros seres les dio enseñanzas del Mahayana o el "Gran Vehículo", sobre la sabiduría y la compasión. A las personas que tenían gran confianza en su propia naturaleza búdica, el Buda les enseñó el Vajrayana o el "Camino del Diamante." Aquí, el se manifestó en formas de energía y luz o directamente transmitió su visión iluminada como un flujo de conciencia. En este nivel mas alto, la meta es el total desarrollo de la mente, el estado espontáneo y sin esfuerzo del Mahamudra. La base, el camino y la meta de esta visión mas elevada son transmitidas con varios nombres, por las escuelas mas antiguas de la transmisión budista; la escuela Nyingma, Sakya y Kagyu.

El Camino del Diamante - Budismo en Occidente

Mientras que existen varios centros de los diferentes linajes en occidente, esta página pertenece a los más de 500 Centros Budistas laicos del Linaje Karma Kagyu, iniciados por Lama Ole Nydahl. Están bajo la guía espiritual del XVII Karmapa Thaye Dorje, quien reside ahora en Nueva Delhi, India. Estos grupos tienen una estructura democrática y funcionan con el trabajo voluntario, no pagado, teniendo como base el idealismo y la amistad. Los miembros comparten la responsabilidad de guiar las meditaciones, contestar preguntas y dar enseñanzas. Lama Ole ha entrenado a 30 estudiantes que ahora viajan y dan enseñanzas en varios países. La escuela Karma Kagyu ofrece enseñanzas prácticas aplicables en la vida cotidiana. Da una variedad de métodos a las personas laicas y yoguis para desarrollar la claridad y riqueza inherente de la mente a través de la meditación y en las actividades de la vida cotidiana. El techo del autoliberador Mahamudra está soportado por tres pilares que son: el verificar las enseñanzas no dogmáticas, la meditación y el solidificar los niveles de conciencia que se han alcanzado, como resultado de los dos anteriores. El Camino del Diamante abre los métodos más eficaces del Buda al mundo moderno. Ayuda a descubrir y desarrollar nuestra propia riqueza interior para el beneficio de todos los seres sintientes y de nosotros mismos.

El Linaje Karma Kagyu



El linaje Karma Kagyu es una de las principales escuelas del Budismo del Tíbet. Como un Linaje de transmisión oral directa, especialmente atesora la meditación y permite, a través de la interacción con un maestro calificado, obtener la experiencia total y directa de la naturaleza de la mente. Los métodos Karma Kagyu fueron enseñados por el Buda histórico Shakyamuni a sus estudiantes mas cercanos. Estos métodos fueron transmitidos posteriormente a través de los Mahasidas Indios: Padmasambhava, Tilopa, Naropa, Maitripa y los famosos yoguis tibetanos Marpa y Milarepa. En el siglo 12, un monje de nombre Gampopa, dio enseñanzas al primer Gyalwa Karmapa de quien sus sucesivas reencarnaciones han mantenido estas enseñanzas poderosas y vibrantes a través de los siglos. Hoy en día, grandes maestros (lamas) tibetanos y bhutaneses como Kunzig Shamarpa, y Lopon Tsechu Rinpoche transmiten esta tradición ininterrumpida mientras visitan los varios centros Karma Kagyu alrededor del mundo.

Los Karmapas

Los Gyalwa Karmapas son únicos entre los grandes lamas del Tíbet; han alcanzado la total iluminación hace varios siglos. Durante una previa encarnación Karmapa estaba al lado del Buda histórico como el gran Bodisatva Chenrezig u "Ojos Amorosos". En sánscrito se le conoce como el Bodisatva Avalokitesvara. Karmapa pasó muchas vidas como un yogui en la India. Del año 1110 al presente día ha estado renaciendo conscientemente en forma sucesiva como Karmapa o el "Lama de la Corona Negra." Fue el primer Lama reconocido del Tíbet. En 1959, durante la destrucción china del Tíbet, el XVI Karmapa, Rangjung Rigpe Dorje pudo abandonar su país con sus estudiantes y las reliquias mas preciadas de su linaje, asegurando de esta forma la transmisión del linaje Karma Kagyu. Con la ayuda creciente de varios estudiantes occidentales el conocimiento de la naturaleza de la mente ha alcanzado al mundo moderno. En el invierno del año 1994 a la edad de 10 años, el presente decimoséptimo Karmapa Thaye Dorje, reconocido por Kunzig Shamar Rinpoche, escapó del Tíbet ocupado hacia su libertad en India, donde ahora se le está introduciendo en el mundo moderno.

Lama Ole Nydahl y Hannah Nydahl

Lama Ole Nydahl y su esposa Hannah fueron los primeros estudiantes occidentales del decimosexto Gyalwa Karmapa. El los reconoció a ellos como protectores de su linaje y les pidió que trabajaran para él. Desde 1972, después de tres años de entrenamiento en los Himalayas, Lama Ole ha dado enseñanzas sobre el Camino Adamantino en una nueva ciudad casi cada día alrededor del mundo. El siempre es accesible a sus estudiantes, y su espontáneo gozo y desentendimiento de las "vacas sagradas" ejemplifica la libertad que cada uno puede alcanzar a través del no temeroso camino del Mahamudra.