



Correcta Intención



Prácticas sobre la Recta Intención:

- Notemos cuando surgen pensamientos de codicia. Opongámosles renuncia o dejémoslos pasar.
- Notemos cuando surgen pensamientos de rencor o animadversión. Transformémoslos en amabilidad y buena voluntad.
- Notemos cuando surgen pensamientos de violencia o agresividad. Transmutémoslos en magnanimidad y amor bondadoso.
- Preguntémonos momento a momento de dónde surgen nuestros pensamientos e intenciones. ¿De nuestro Ser o de nuestro ego?
- ¿Estamos presentes en cada uno de nuestros actos?

La correcta intención (pensamiento o propósito) es el segundo aspecto del camino óctuple y, junto con la recta visión, forma la práctica de la sabiduría (*prajna*). Una correcta visión sobre la naturaleza de la realidad, alcanzada en base a una apertura total de la mente y una actitud de desapego a ideas fijas, y luego validada por la investigación y la experiencia, se espera que modifique y reestructure los condicionamientos y valores que definen los propósitos y los objetivos de la vida de cada persona. La definición consciente de esos propósitos y la aplicación y esfuerzo de cada ser para cristalizarlos comprende la recta intención.

La recta intención, que emerge de una recta visión, resulta en una actitud y conducta correctas, es decir, en un hablar, una acción y un modo de vida correctos. La recta intención guía el involucramiento ético y adecuado de cada persona en el mundo y, a su vez, su configuración ya que el mundo es la proyección de cada uno de nosotros.

Si tratamos este aspecto con la definición de recto pensamiento, hay que entender, en este caso, que se refiere a la actividad mental volitiva, propositiva o conativa, en el sentido que el pensamiento influye en la conducta del agente, y no sólo a la facultad cognitiva. Trataremos sobre su importancia en la práctica del camino y en la vida ordinaria, así como sobre sus implicaciones.

Ordinariamente creemos que, como los pensamientos son íntimos y ocurren dentro de nuestra mente, no tienen ningún efecto en los demás seres, en nuestro entorno ni en nosotros mismos. Pero dentro del budismo se reconoce que, junto con las palabras y los actos, los pensamientos son una forma de acción también sujeta a la ley de causa efecto y, por tanto, una forma creadora de karma. Y la razón es que los pensamientos son los precursores de las palabras y de los actos.

El Dharmapada nos dice que *“Todo lo que somos es el resultado de lo que pensamos. Si una persona habla o actúa basada en un pensamiento negativo, creará dolor tan seguro como que las ruedas de la carreta siguen las huellas de los bueyes. Si una persona habla o actúa desde un pensamiento puro, la felicidad le acompañará como la sombra sigue a su cuerpo.”*

El budismo identifica tres clases de intención, cada una como el antídoto de sus opuestos¹:

- renuncia, en respuesta a la codicia y al deseo insaciable;
- amabilidad o buena voluntad, en respuesta a la animadversión, odio o rencor;
- magnanimidad o inofensividad, en respuesta a la nocividad o agresividad.

La renuncia no significa abandonar todo y retirarnos a la soledad de una ermita o un monasterio. Pero sí quiere decir revisar nuestra relación con otros seres y con nuestras posesiones para darnos cuenta de la intensidad de nuestro apego.

Todos los seres anhelan ser felices, pero cuando no se halla felicidad en el interior, en el fondo del ser, entonces esa carencia se intenta llenarla con bienes materiales e incluso en la relación con otras personas. Si la carencia es intensa, el apego a esos bienes será igual de fuerte y estará basado en la idea, en la ilusión, de que las posesiones (incluso de personas como de “mi” hijo, de “mi” pareja) nos ofrecen la felicidad que buscamos. Muy relacionado con esta actitud está el deseo de querer cada vez más, es decir, el veneno de la codicia y la avaricia. En algunas dimensiones de la vida, nunca lo suficiente es suficiente, como en el caso del dinero y la riqueza.

La renuncia tiene que ver con “dejar ir”, con sentirnos libres, con ser dichosos en esa clarísima libertad. Tiene que ver con cultivar nuestras relaciones con otras personas, otros seres y nuestras posesiones desde esta situación de total libertad, de amor y de sabiduría. Y la base de esta actitud en la vida es el reconocimiento de la temporalidad de nosotros mismos, de todos los seres y de todo el universo.

En el Sutra del Diamante se lee: *“Esta es la forma de contemplar el mundo: como una gota pequeña de rocío, o una simple burbuja flotando en un arroyo; como un rayo fugaz en una nube de verano, o la llama volátil de una vela, una ilusión, un fantasma o un sueño.”*

La amabilidad o amor bondadoso (que es *metta* en pali y *maitri* en sánscrito) es el antídoto y la respuesta al rencor, al odio, la aversión y la ira.

¹ Bhikkhu Bodhi (1998). *The Noble Eightfold Path. The Way to End of Suffering*. Buddhist Publication Society



La recta intención en este sentido nos invita a cultivar, más que la tolerancia, una amorosa y sabia aceptación de la diversidad y de las diferencias entre todas las personas y todos los seres. Nos convoca a reconocer y vivir la interdependencia, el inter-ser de todo, experimentando la unidad que subyace en la diversidad.

La magnanimidad, también llamada no-violencia (*ahimsa* en sánscrito), es una forma de manifestación de la recta intención. Esta forma de expresar la recta intención va aún más allá de esta virtud y abarca la compasión (*karuna*), que es el amor incondicional, la empatía activa y amorosa, la voluntad consciente de sentir y tratar de aliviar el sufrimiento de los demás seres.

Este amor incondicional impulsa al *bodhisattva* a cultivar la aspiración o propósito esencial de que, junto con él, todos los seres desvelen su divinidad esencial, su verdadero ser, y vivan plenamente. Se dice que la recta intención y el propósito de ayudar en la liberación del sufrimiento de todos los seres, genera la energía de amor que necesitamos para mantenernos en el camino virtuoso sin desviarnos de él.

En el zen, la recta intención así como el propósito del *bodhisattva*, están libres de objeto, de ganancia o de utilidad. De esta manera surge la acción perfecta, la que no es utilitaria o que busca alguna compensación. Es una acción en la que no se identifican el actor y el acto y, por tanto, no hay un ego que se adjudica los méritos de su acción. La acción es pura no-acción, el *wu-wei* del Tao eterno.

Es importante conocer las diferentes expresiones de la recta intención, así como sus conexiones naturales con una recta visión y con los aspectos de una vida ética, pero es vital entender en dónde se origina o de donde surge. Desde un punto de vista científico-materialista, se diría que el centro del pensamiento y de la intención es el cerebro o la mente. La neurociencia moderna argumentaría que el origen es la mente en coherencia con el corazón, órgano también formado por neuronas y posiblemente el asiento de parte de nuestra memoria. Desde un punto de vista espiritual, el asiento de la recta intención sería nuestra esencia divina.

Como se ha explicado, este aspecto de nuestra vida es parte de una rueda cuyo eje debe estar centrado en nuestro verdadero ser, en nuestra naturaleza divina. Si no es así, la rueda de la vida giraría descentrada.

Entonces la clave de la práctica es que la recta intención se origine en nuestra naturaleza divina, en ese espacio infinito y eterno, que es luz, amor bondadoso y sabiduría perfecta. En ese espacio donde no cabe ni rastro de engaño, ninguna impureza de codicia o de rencor que en la vida ordinaria empapan nuestro ego. En ese espacio vacío donde no tiene lugar nuestro ego porque, para experimentar ese espacio infinito, es necesario desvanecer la ilusión de nuestro ego.

Imaginémonos que nuestra naturaleza divina, original o esencial, es el cielo azul, infinitamente amplio, insondable, profundo. Tanta es su inmensidad que, como se ha dicho, no aparece en él nuestro yo pequeño o nuestro ego. No siempre podemos ver este cielo en toda su grandeza e inmensidad porque las nubes lo ocultan. A ratos lo podemos vislumbrar y sentir que nos llega luz y calor cuando se abre un espacio despejado de nubes (como cuando el boyero vislumbra las huellas del buey que busca y que es su propia naturaleza original). El ego vive en el mundo de la forma, de los fenómenos, en la ilusión, y las nubes que crea no nos permiten ver y menos experimentar que, en esencia, somos también ese cielo eterno, ese vacío lleno de poder infinito, que es también la forma.

Cuando practicamos la gratitud, la generosidad, la paciencia, la ética u otra de las *paramitas*, la compasión o la sabiduría, abrimos esas ventanas a través de las nubes y nos conectamos con ese espacio azul infinito de nuestra naturaleza esencial. A esas ventanas de luz y amor les llamamos compasión, amor bondadoso, gratitud, sabiduría, pero todas son ventanas al cielo infinito, son conexiones con esa esencia divina de la que mana la recta intención.

Cuando nuestras intenciones nacen de nuestra naturaleza divina, es como si el inmenso poder que tienen se abriera paso a la tierra, con su luz y amor, y guiaran nuestros actos para que manifiesten sabiduría y compasión y alivien el sufrimiento propio y de los demás seres. Cuando nuestras intenciones no nacen de nuestra naturaleza esencial, es como si brotaran de las nubes que cubren la realidad, de los niveles más bajos donde el ego campea y se expresa. En este caso, nuestros actos aparecen como truenos o relámpagos, como tormentas; son reacciones de nuestro yo y no respuestas amorosas y sabias de nuestro verdadero ser. El resultado es sufrimiento para nosotros mismos.

Más aun, cuando el origen egóico de nuestras intenciones se extiende a la sociedad y se institucionalizan, no hay otro resultado mas que el sufrimiento, la desilusión, el engaño. Las raíces sociales de la competencia agresiva, los conflictos humanos, la opresión, la injusticia e inequidad, del insaciable crecimiento económico, la depredación de la tierra y los recursos naturales, se encuentran en cada una de nuestras intenciones.

Aunque la solución a estos males de la sociedad y de los daños que hemos causado al planeta parece obvia, inmediata y simple, en verdad no tenemos la intención de ponerla en práctica. Y la razón es que la intención de hacerlo no nace de nuestro verdadero ser, de nuestra mente-corazón y, por tanto, carece de la energía y el poder capaz de marcar un punto de inflexión en la veloz trayectoria hacia la auto destrucción de la humanidad y la aniquilación del planeta.

Nuestros hábitos, nuestra forma de actuar y nuestro comportamiento en la vida son en general la respuesta a un programa impuesto a lo largo de los años por la familia, los maestros, la sociedad, la cultura y que no lo hemos examinado. Un examen sincero y serio de nuestra visión, primero, y luego de nuestras intenciones, a la luz de estas enseñanzas, nos llevará a transformar nuestra perspectiva y pensamiento para vivir en armonía y en paz en nuestra sociedad y en nuestro planeta.

Como conclusión, el maestro Zen Thich Nhat Hanh (1926), vietnamita, nos recomienda hacernos las siguientes preguntas, momento a momento, con plena conciencia:

- ¿Dónde nace mi intención de hacer algo (pensar, hablar, actuar) este mismo momento?
- ¿Es correcto lo que quiero e intento hacer ahora?
- ¿Qué estoy haciendo en este mismo momento?
- ¿Estoy totalmente presente en lo que estoy haciendo?

