



## VIVIR EL ZEN

### Generosidad - *Dana Paramita*

#### **Paramitas:**

En el budismo Zen las *paramitas* son llamadas Perfecciones y son en verdad prácticas virtuosas a las que nuestros pensamientos, palabras y acciones están dedicadas. Describen la naturaleza esencial y el carácter de las personas que han alcanzado la iluminación, pero también de aquellas que han decidido seguir el camino del *bodhisattva*. La vivencia de estas virtudes refleja una conducta ordinaria y libre de los llamados venenos del alma: odio, codicia e ignorancia. Se las ilustra como barcas que nos permiten, siendo practicantes, cruzar de la orilla del dolor y sufrimiento a la orilla de la liberación.

En los Suttas del Loto y de la Perfección de la Sabiduría del Budismo Mahayana se encuentra la cita en donde el Buda señala que las bases del entrenamiento de la persona que busca la iluminación son seis: generosidad (sánscrito: *dana*), moral o ética (*sila*), paciencia, aceptación o tolerancia (*ksanti*), energía o diligencia (*virya*), meditación (*dhyana*) y sabiduría (*prajna*).

La generosidad, la moral y la paciencia son perfecciones que se recomiendan a todas las personas, aún si todavía no han entrado en el camino del *bodhisattva* o en otro sendero espiritual. Por otro lado, la diligencia, la meditación y la sabiduría son perfecciones que se consideran espirituales y que deben ser practicadas por las personas que siguen la vía del *bodhisattva* o cualquier otro camino espiritual. Lo importante para todos es comprender que cada una de estas seis perfecciones sostiene a las otras cinco, pero también que cada una depende de las demás para ser eficaz.

#### **Generosidad:**

La generosidad es distinta de la caridad que practicamos con el deseo escondido de recibir algún tipo de reconocimiento o recompensa, presente o futura, o de aplacar algún malestar interior como el de culpa. La generosidad pura es dar desde el corazón para beneficio de los otros seres, sin un objetivo personal, sin esperar compensación alguna. La generosidad es la virtud que nos ayuda a aprehender los tesoros del Buda, el *Dharma* y la Sangha y nos sostiene en el camino de la iluminación.

Buda empezó a difundir sus enseñanzas con una discusión sobre el valor del dar, de la *dana paramita*, como preparación para que los practicantes enfrenten la

verdad de la insatisfacción (*dukkha*). Colocó a la generosidad como el paso inicial para la práctica de las otras perfecciones cuando decidió compartir su experiencia de iluminación con sus hermanos con quienes había iniciado su vida ascética.

Respecto a la importancia primordial de la *dana paramita*, la siguiente historia Zen es ilustrativa. Un monje le pregunta al Maestro Zen Baizhang Huaihai (Jn. Hyakujo Ekai, 720-814): “Con qué medios puede uno entrar en el camino de la iluminación? El Maestro le responde: “Por medio de la *dana paramita*”. El monje le reta diciendo: “De acuerdo con Buda, la vía del *bodhisattva* comprende seis *paramitas*. ¿Por qué solo mencionas una?” Y el Maestro le replica; “La gente engañada no comprende que las otras cinco proceden de la *dana paramita* y que, con su práctica, las otras *paramitas* están cumplidas.” El monje continúa: “¿Qué significa *dana paramita*?” Huaihai le responde: “Significa desprendimiento de la dualidad: de lo bueno y lo malo, del vacío y no-vacío, de yo y el otro.”

Para Dôgen Zenji el nacer y morir son dar; **todo el trabajo productivo es también dar**; las flores que se abren al viento, los pájaros que cantan en cada estación son también actos de dar . . . Dar es también transformar las mentes de los seres sintientes hacia una correcta visión.”

El Maestro Yamada Koun solía decir que “quisiera ser como un gran árbol para dar sombra a todos los seres”, reflejando una enorme generosidad nacida de su gran compasión.

El dar consiste de bienes, en general, de tiempo, de servicios (en múltiples formas) y de enseñanzas (*Dharma*). Dar bienes sería por ejemplo compartir nuestros alimentos y prendas de vestir con personas necesitadas o ayudarlas de manera económica, con recursos.

Dar tiempo puede significar acompañar a una persona en situación de dolor, aún si uno permanece en silencio; escuchar a otra persona con atención amorosa; sentir genuina empatía y manifestarla. Servir a otra persona es, por ejemplo, ayudarla a enfrentar sus limitaciones físicas, atenderla en sus procesos de enfermedad y muerte.

La hospitalidad, bien entendida, es otra forma de generosidad y consiste en la amabilidad y atención amorosa con que una persona recibe y acoge a los amigos



#### **Prácticas Ilustrativas:**

- **Compartir con nuestros hermanos lo que tenemos, incluyendo nuestra recta visión (*Dharma*).**
- **Servir y ayudar a nuestros hermanos y seres en cada oportunidad que se presente.**
- **Cuidar con amor nuestro ambiente y la naturaleza.**
- **Ofrecer pensamientos, palabras y acciones que beneficien a otros seres.**
- **Acoger amorosamente a otros seres en nuestro hogar y en nuestra tierra.**



y visitantes, incluyendo extranjeros, en su casa o en su tierra. Algunos de esos visitantes pueden ser maestros o ángeles encubiertos, como se narra en la biblia en la experiencia de Lot.

Compartir nuestras enseñanzas, nuestra visión, sin tratar de imponerlas, es un acto de generosidad proclamado y recomendado por Buda. Estos son solo ejemplos de la práctica del dar.

En el Sutra del Diamante se lee que el Buda pone de relieve la generosidad de quien comparte el *Dharma* cuando en el diálogo con Shubuti dice: "Suponte que alguien haya comprendido solamente cuatro líneas de nuestro Discurso, pero a pesar de eso se ve movido a explicárselo a otro, entonces, Shubuti, su mérito será mayor que aquel que practica la caridad".



La generosidad del corazón convierte la inter-dependencia, que es una realidad de la existencia, en inter-apoyo mutuo, en solidaridad, en hospitalidad. Mientras mas comprendemos la vida como una convivencia comunitaria, como un inter-siendo, más fácil es disolver las barreras que nos impiden ser generosos.

En este sentido, la cita de Mateo (7: 12) es iluminadora: "todas las cosas que

queráis que los hombres hagan con vosotros, así también haced vosotros con ellos" y sobre todo la cita en que el Maestro nos exhorta así: "amarás a tu prójimo como a ti mismo" (22:39).

La práctica de la generosidad nos inicia en, y luego refuerza, nuestra práctica de la compasión. Las formas más puras y radicales de la generosidad, y por tanto de la compasión, tienen frutos que no son personales, centrados en el ego. La generosidad sin objetivo nos acerca al desprendimiento del ego. Entendida de esta manera, la generosidad es la barca que nos ayuda a cruzar de la orilla de la ignorancia a la orilla de la iluminación.

Si bien es cierto que la generosidad es dar, no es menos cierto que también es recibir. La sabiduría convencional nos enseña que mientras más damos, más recibimos, pero también es cierto que mientras más recibimos, mas damos, empezando por dar gracias. La forma espiritual de este flujo de energía es la mente-corazón del *bodhisattva*, es decir la *bodhicitta*, donde el ego, el yo pequeño se ha desvanecido. Un ejemplo de esta práctica de la generosidad radiante fue la que la Madre Teresa de Calcuta vivió.

Se piensa que la generosidad consiste solamente en dar, pero también es recibir con la misma intención pura con la que se debe dar. Cuando somos los que vamos a recibir, generalmente estamos listos para responder: no, no gracias, pensando "no necesito esa ayuda". Este rechazo, abierto o escondido, surge de la ilusión de separación y del sentimiento de auto-suficiencia, y son los mismos que dominan la abstención del compartir. La práctica de la generosidad rompe la barrera entre el yo y el otro y libera los

deseos de recompensa, por un lado, o de autosuficiencia, por otro.

Un aspecto importante de la generosidad concebida como dar y recibir es su poder de ayudarnos a trascender la dualidad del que da y del que recibe. No es tan importante entonces lo que se da y se recibe como la energía que nos lleva más allá de la separación, la energía que fortalece el encuentro y la inter-relación.

Para la práctica *takuhatsu* que consiste en salir a las calles fuera del monasterio para pedir y recoger donaciones (como arroz, por ejemplo), los mojes Zen usan un sombrero grande de paja de arroz o bambú que les cubre parte del rostro. La razón para usarlo durante esta práctica es precisamente ocultar a la persona que recibe el donativo y al mismo tiempo impedir al monje mirar y conocer a la persona que dona. De esta manera, el dar y recibir son un mismo acto, impersonal, y la persona que recibe y la que da son una sola.

