

Comentarios del Venerable Maestro Thich Nhat Hanh sobre Los Catorce Entrenamientos de la Plena Consciencia.

DECIMOSEGUNDO ENTRENAMIENTO – REVERENCIA POR LA VIDA

Conscientes de que las guerras y los conflictos causan mucho sufrimiento, tomamos la firme determinación de cultivar la no-violencia, la comprensión y la compasión en nuestra vida cotidiana, de promover la educación sobre la paz, la mediación consciente y la reconciliación dentro de las familias, comunidades, naciones y en el mundo. Tomamos la firme determinación de no matar ni dejar que otros maten. Practicaremos diligentemente con nuestra sangha la observación profunda para descubrir mejores formas de proteger la vida y prevenir la guerra.

COMENTARIO:

En cada país del mundo, matar seres humanos está condenado. El Entrenamiento budista para practicar el no matar se extiende aún mas allá, incluyendo a todos los seres vivientes. No obstante, nadie, ni el Buda ni ningún bodhisattva, pueden practicar a la perfección este Entrenamiento de la Plena Consciencia. Cuando damos un pequeño paso, o cuando hervimos agua, matamos muchos pequeños seres vivientes. La esencia de este entrenamiento es hacer todos los esfuerzos posibles para respetar y proteger la vida, para movernos continuamente en la dirección de la paz y la reconciliación. Debemos dar lo mejor de nosotros, aunque no lo consigamos al cien por ciento.

Este Entrenamiento de la Plena Consciencia está íntimamente ligado al Undécimo. Nuestros patrones de vida y consumo tienen mucho que ver con la vida y la seguridad de los seres humanos y de otros seres vivientes. Existen muchos tipos de violencia. En las sociedades, se manifiesta como guerras – generalmente causadas por el fanatismo y la estrechez de pensamiento o por el deseo de ganar influencia política o poder económico. O también la violencia puede ser la explotación de una sociedad sobre otra, debido a su poderío tecnológico o político. Podemos oponernos a las guerras cuando ya han comenzado, pero es mejor aún el hacer todo lo que esté a nuestro alcance para prevenir que comiencen. La manera de prevenir la guerra es construyendo la paz. Esto lo conseguimos primero en nuestra propia vida diaria combatiendo el fanatismo y el apego a los puntos de vista y trabajando por la justicia social. Debemos trabajar vigorosamente contra las ambiciones políticas y económicas de cualquier país, incluyendo el propio. Si asuntos importantes como estos no son debatidos a nivel nacional e internacional, nunca seremos capaces de prevenir la violencia social.

Comencemos por estudiar y practicar este Entrenamiento de no matar en nuestras propias vidas, y luego podremos trabajar para traer a la luz de toda nuestra nación los verdaderos temas de violencia y de paz. Si no vivimos con plena consciencia nuestra vida cotidiana, nosotros mismos somos responsables, en alguna medida, de la violencia estructural de la sociedad. La cantidad de cereal utilizada en los países occidentales para, por ejemplo, la

elaboración de licores y la alimentación de ganado, es enorme. El Profesor François Peroux, director del Instituto de Matemática y Economía Aplicadas de Paris, ha sugerido que si en occidente redujéramos el consumo de carne y alcohol en un cincuenta por ciento, el cereal economizado sería suficiente para resolver todos los problemas de hambre y desnutrición de los países del Tercer Mundo. Las muertes causadas por accidentes automovilísticos y enfermedades cardiovasculares en Occidente también se reduciría si el consumo de alcohol y carne disminuyese.

Los presupuestos de defensa de los países occidentales continúan siendo gigantescos, aún después de los recortes de gastos posteriores a la Guerra Fría. Diversos estudios han demostrado que si detuviéramos o redujésemos significativamente la fabricación de armas, dispondríamos de suficiente dinero para eliminar la pobreza, el hambre, muchas enfermedades y la ignorancia en el mundo. En nuestra ajetreada vida cotidiana, ¿tenemos el tiempo suficiente para observar en profundidad este Entrenamiento de no matar ? ¿Cuántos, entre nosotros, pueden decir, honestamente, que están practicando suficientemente este Entrenamiento de la Plena Consciencia ?

