

Chögyam Trungpa

SHAMBHALA

La senda sagrada del guerrero



Kairós



CHÖGYAM TRUNGPA

SHAMBHALA

La senda del guerrero

Traducción de Marta Guastavino
y Ricardo Gravel

editorial **K**airós

Título original: SHAMBHALA. The Sacred Path of the Warrior

Foto portada: Russell Johnson

Foto autor: M. Lang

© 1984 Chögyam Trungpa

© de la edición española para todos los países:

1986 Editorial Kairós, S.A.

www.editorialkairos.com

Composición: Pablo Barrio

Primera edición en papel: Mayo 1986

Primera edición en digital: Noviembre 2021

ISBN papel: 978-84-7245-282-4

ISBN epub: 978-84-9988-995-5

ISBN kindle: 978-84-9988-996-2

Todos los derechos reservados.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, www.cedro.org) si necesita algún fragmento de esta obra.

SUMARIO

Prefacio

Prólogo

PRIMERA PARTE. CÓMO SER UN GUERRERO

1. Crear una sociedad iluminada
2. Descubrir la bondad fundamental
3. El auténtico corazón de la tristeza
4. El miedo y la intrepidez
5. Sincronizar mente y cuerpo
6. El despuntar del Sol del Gran Este
7. El capullo
8. Renuncia y osadía
9. Celebrar el viaje
10. Soltar

SEGUNDA PARTE. LA CONDICIÓN SAGRADA: EL MUNDO DEL GUERRERO

11. El ahora
12. Descubrir la magia
13. Cómo invocar la magia

14. Superar la arrogancia
15. Superar las tendencias habituales
16. El mundo sagrado
17. La jerarquía natural
18. Cómo gobernar

TERCERA PARTE. LA PRESENCIA AUTÉNTICA

19. El monarca universal
20. La presencia auténtica
21. El linaje de shambhala

Apéndice. El aprendizaje *shambhala*

A GESAR DE LING

༄༅། །ཐོག་མ་ཐ་མ་མི་དམིགས་ཤིང་།
ལྷག་མེད་ལྷུང་ལྷུག་དཔལ་དང་ལྷན།
བརྗོད་ལས་འདས་པའི་གཟི་བརྗིད་ཅན།
རྩིས་ལྷན་རྒྱལ་པོའི་ཞབས་ལ་འདུད།།

*A quien no tiene principio ni fin
y posee la gloria de Tigre León Garuda Dragón
y posee la confianza que trasciende palabras
rindo homenaje a los pies del Rey Rigden*

PREFACIO

Chögyam Trungpa se ha dado a conocer entre los lectores occidentales como autor de varios libros populares sobre las enseñanzas budistas, entre los cuales se cuentan *Más allá del materialismo espiritual*, *El mito de la libertad* y *Meditación en acción*. *Shambhala*, el volumen que presentamos, se aparta en importantes aspectos de aquellas primeras obras. Aunque el autor reconoce la relación de las enseñanzas *shambhala* con los principios budistas, y aunque analiza con cierto detalle la práctica de la meditación -que es casi idéntica a la práctica de meditación budista-, este libro presenta, sin embargo, una perspectiva inconfundiblemente secular, más bien que religiosa. Apenas aparecen en el texto una media docena de términos extranjeros y, por lo que respecta a su tono y contenido, el libro aborda en forma directa -a veces dolorosamente directa- la experiencia y la aventura del ser humano.

Incluso en el nombre con que firma el Prólogo -Dorje¹ Drádul de Mukpo-, el autor distingue este libro del resto de sus obras. *Shambhala* se centra en la senda del guerrero, o

el camino de la valentía, que está abierto a todo ser humano que procure una existencia auténtica que trascienda el miedo. El título de *Dorje Drádul* significa «guerrero indestructible o diamantino». Mukpo es el apellido del autor, que desde muy temprana edad fue reemplazado por su título budista, Chögyam Trungpa, Rinpoche. En el capítulo once, «El ahora», el autor describe la importancia que tiene para él el apellido Mukpo, y nos deja entrever las razones por las que prefirió usarlo en el contexto de este libro.

Aunque el autor se vale de la leyenda y de la imagen del reino de Shambhala como base para su presentación, expresa con toda claridad que lo que presenta no son las enseñanzas budistas del *Kalacakra*² sobre Shambhala. Este libro se nutre en cambio de la sabiduría y de principios de conducta humana antiquísimos, quizás incluso primordiales, tal como se manifestaron en las sociedades tradicionales y preindustriales del Tíbet, la India, China, Japón y Corea. Las imágenes y la inspiración del autor provienen sobre todo de la cultura guerrera del Tíbet, que se remonta a una época previa al budismo y que siguió siendo una influencia fundamental en la sociedad tibetana hasta la invasión comunista china en 1959. Sin embargo, sean cuales fueren sus fuentes, la visión que aquí se presenta no ha encontrado antes expresión alguna. Se trata de una visión peculiar de la condición y del potencial humanos, cuyo rasgo más notable es quizá la persistencia en ella de una resonancia familiar, algo así como si

hubiéramos sabido de siempre las verdades aquí contenidas.

El interés del autor por el reino de Shambhala se remonta a los años que pasó en el Tíbet, donde era el abad supremo de los monasterios de *Súrmang*. De joven había estudiado algunos textos tántricos que hablan del legendario reino de Shambhala, de la ruta que conduce a él y de su significado interno. En 1959, mientras atravesaba los Himalayas huyendo de los comunistas chinos, Chögyam Trungpa escribió una síntesis espiritual de la historia de Shambhala, que lamentablemente se perdió durante el viaje. James George, un amigo personal del autor que había sido alto comisionado canadiense en la India, consigna que en 1968 Chögyam Trungpa le dijo que «por más que nunca hubiera estado allí, en Shambhala, creía en su existencia y siempre que entraba en meditación profunda podía ver el reino en su espejo». Y nos cuenta que tiempo después fue testigo de cómo el autor, con la vista fija en un pequeño espejo de mano, describía detalladamente el reino de Shambhala. Como él mismo dice: «... ahí estaba Trungpa en nuestro estudio, describiendo lo que veía como si estuviera mirando por la ventana».

Pese a la antigüedad de su interés por el reino de Shambhala, Chögyam Trungpa evitó al parecer, cuando llegó a Occidente, cualquier referencia explícita que fuera más allá de una mención de pasada. Sólo en 1976, pocos meses antes de comenzar un retiro de un año, empezó a

subrayar la importancia de las enseñanzas *shambhala*. Ese año, en el Seminario Vajradhatu, un curso de estudios superiores de tres meses, Chögyam Trungpa dio a los doscientos participantes una serie de charlas sobre los principios *shambhala*. Después, durante su retiro de 1977, empezó a escribir textos sobre Shambhala y pidió a sus estudiantes que lanzaran un programa público de meditación secular al que bautizó con el nombre de «Aprendizaje *shambhala*».

Desde aquella época, el autor ha dictado más de un centenar de conferencias sobre temas relacionados con la visión shambhaliana, algunas de ellas a los alumnos del Aprendizaje *shambhala*, muchas a los directores o maestros de dicho programa; unas pocas fueron charlas públicas ofrecidas en importantes ciudades de los Estados Unidos, y un grupo de ellas constituyó un seminario que, bajo el título «El guerrero de Shambhala», enseñaron Chögyam Trungpa y Ösel Tendzin, en el verano de 1979, en el Instituto Naropa de Boulder, Colorado.

Para preparar este volumen hemos pasado revista, bajo la dirección del autor, a todas las conferencias sobre el tema, en busca de las formas mejores o más adecuadas de encarar determinados aspectos. Además, el autor escribió para este libro páginas originales, principalmente las que en el capítulo veinte, «La presencia auténtica», analizan las dignidades de lo manso, lo vivaz y lo desmesurado. El material sobre lo insondable ya había recibido forma de ensayo durante su retiro de 1977, y la presentación de las

otras tres dignidades fue escrita para este libro en un estilo compatible con el del artículo original.

Para decidir cuál sería la secuencia de los capítulos y la progresión lógica de los temas, la guía principal fueron las propias conferencias originales. Al estudiar este material nos encontramos con que las enseñanzas *shambhala* no sólo presentan la lógica de la mente, sino también la del corazón. Basadas tanto en la intuición como en el intelecto, estas enseñanzas pintan un cuadro complejo y a veces intrincado de la experiencia humana. Para preservar esta característica, preferimos que la estructura del libro emergiera de la propia estructura de las conferencias originales. Necesariamente, en ocasiones esto dio como resultado tratamientos paradójicos, o incluso aparentemente contradictorios, de un mismo tema. Sin embargo, nos pareció que la elegancia y la integridad del material en su totalidad quedaban mejor servidas si manteníamos la lógica inherente en la presentación original, con todas sus complejidades.

En el tratamiento del lenguaje, tomamos como principio directivo el respeto por la integridad de las conferencias originales. En su presentación de los principios *shambhala*, el autor usa palabras comunes del lenguaje cotidiano, tales como «bondad», para darles significados atípicos, e incluso a menudo extraordinarios. De esta manera, Chögyam Trungpa eleva la experiencia cotidiana al nivel de la sacralidad, al mismo tiempo que hace entrar conceptos esotéricos como el de magia en el ámbito del

entendimiento y la percepción comunes. Esto se logra con frecuencia «estirando» el lenguaje -tanto en el original inglés como en la traducción- para así dar cabida a un entendimiento sutil dentro de una simplicidad aparente. En la preparación del texto hemos intentado retener y destacar la voz del autor en vez de suprimirla, porque nos parece que esta manera de abordar el tema es la que mejor transmite la fuerza del material.

Antes de que se empezara a trabajar sobre este libro, ya se había hecho una publicación restringida de muchas de las charlas del autor, para que estuvieran al alcance de maestros y alumnos del Aprendizaje *shambhala*. Estos primeros esfuerzos editoriales, debidos a Michael Kohn, Judith Lief, Sarah Levy, David Rome, Barbara Blouin y Frank Berliner merecen todo nuestro agradecimiento, en cuanto redujeron considerablemente la tarea de preparación del libro.

El plan de estudios que se usa en el Aprendizaje *shambhala* fue utilísimo para organizar el material para este libro, y agradecemos a todos los que durante los seis últimos años han colaborado con el autor en la elaboración y revisión del programa: a David Rome, secretario particular del autor y editor adjunto de Shoken Books; a Jeremy Hayward, vicepresidente de la Fundación Nalanda; a Lila Rich, directora ejecutiva del Aprendizaje *shambhala*, lo mismo que al personal que participó en el programa y especialmente a Frank Berliner, Christie Baker y Dan Holmes.

Una guía continua durante el trabajo fue la de Ösel Tendzin, cofundador del Aprendizaje *shambhala* y heredero del *dharma* de Chögyam Trungpa, quien revisó el formato original del libro y ofreció sus críticas y comentarios durante las sucesivas etapas de preparación del manuscrito. Le estamos sumamente agradecidos por su participación.

Un papel similar jugó Samuel Bercholz, director de la editorial Shambhala Publications. Tal como lo demuestra el nombre que ya en 1968 le diera a su compañía, el señor Bercholz mantiene una profunda relación con Shambhala y su sabiduría. Su fe en el proyecto y su constante interés por él fueron una de las fuerzas que más contribuyeron a que el trabajo llegara a completarse.

Dos de las colaboradoras de Vajradhatu merecen especial mención por su excelente trabajo en el manuscrito: Sarah Levy y Donna Holm. Quisiéramos además expresar nuestro especial agradecimiento a Ken Wilber, director de la New Science Library y autor de *Después del Edén* y otros libros, que leyó las versiones finales del manuscrito. Sus comentarios, detallados y agudos, nos movieron a introducir importantes cambios en el texto final.

Robert Walker trabajó como asistente administrativo de los encargados de la edición, y sin el apoyo que nos prestó jamás habríamos podido terminar el libro. Por su excelente y bien dispuesta contribución merece todo nuestro agradecimiento. También agradecemos su dedicación a Rachel Anderson, que actuó durante varios meses como

asistente administrativa. No es posible mencionar aquí a todos los voluntarios que nos ofrecieron las transcripciones ya existentes cuando empezamos a trabajar en el libro, pero a todos ellos expresamos nuestro reconocimiento por sus esfuerzos.

Igualmente deseamos agradecer a Traducciones Nalanda las traducciones del tibetano que aquí aparecen, y en especial a Ugyen Shenpen, que caligrafió los escritos tibetanos originales. Agradecemos también al equipo editorial y de producción de Shambhala Publications, en especial a Larry Mermelstein, Emily Hilburn y Hazel Bercholz.

No es menor nuestro reconocimiento a los muchos otros lectores que invirtieron su tiempo en leer y comentar el manuscrito final: Marvin Casper, Michael Chender, Lodrö Dorje, Larry Dossey, Wendy Goble, James Green, Lynn Hildebrand, Lynn Milot, Susan Purdy, Eric Skjei, Susan Niemack Skjei, Joseph Spieler, Jeff Stone y Joshua Zim. Agradecemos especialmente a la señora Goble su cuidadosa revisión del texto final.

Es imposible expresar adecuadamente nuestro agradecimiento al autor, tanto por la visión que le llevó a presentar las enseñanzas *shambhala* como por el privilegio de poder ayudarlo en la preparación de este libro. Además de trabajar en estrecho contacto con quienes nos ocupábamos del proceso editorial, supo conseguir una atmósfera de magia y de poder que penetró e inspiró todo el proyecto. Decir algo así puede parecer un tanto

desmesurado, pero es posible que tras haber leído el libro, nuestra afirmación no parezca tan extraña. La sensación era como si el autor insuflara en el texto una potencia que le permitía elevarse más allá de la pobre visión que de él teníamos para proclamar su propia sabiduría. Esperamos no haber obstruido ni debilitado el poder de estas enseñanzas, que ojalá ayuden a liberar a todos los seres de la enconada malignidad del sol poniente.

CAROLYN ROSE GIMIAN

Boulder, Colorado

Octubre 1983

PRÓLOGO

Me complace sobremanera poder presentar en este libro la visión de lo que es Shambhala. Es lo que el mundo necesita, algo de lo que ha sido privado. Quisiera, sin embargo, dejar en claro que este libro no revela ninguno de los secretos de la tradición tántrica budista de las enseñanzas *shambhala*, ni presenta tampoco la filosofía del *Kalachakra*. Este libro es más bien un manual para quienes en su vida han perdido los principios de lo sagrado, lo digno y lo guerrero. Se basa sobre todo en los principios del espíritu guerrero, tal como los encarnaron las antiguas civilizaciones de la India, el Tíbet, China, Japón y Corea. El libro nos enseña a refinar nuestro modo de vida y a difundir el verdadero significado de la condición de guerrero. Se inspira en el ejemplo y en la sabiduría del gran rey tibetano Gesar¹ de Ling: en su insondabilidad e intrepidez, y en la forma en que venció a la barbarie valiéndose de los principios del Tigre, el León, el *Garuda* y el Dragón (Tak, Seng, Khyung, Druk), presentados en este libro como las cuatro dignidades.

Para mí es un honor que agradezco el haber podido presentar antes la sabiduría y la dignidad de la vida humana en el contexto de las enseñanzas religiosas del budismo. Ahora, siento profundo júbilo al presentar los principios de la condición del guerrero *shambhala*, y al enseñar de qué manera podemos vivir nuestra vida como queremos con intrepidez y regocijo, sin destruirnos los unos a los otros. De este modo, se promoverá la visión del Sol del Gran Este (Sharchen —ima) y podrá realizarse, sin lugar a dudas, la bondad que reside en el corazón de cada uno.

DORJE DRADUL DE MUKPO

Boulder, Colorado

Agosto 1983

PRIMERA PARTE

CÓMO SER UN GUERRERO

༡༣། །ཐོག་མ་ཐ་མ་མེད་པ་ཡི། །སྲིད་པའི་མེ་ལོང་ཆེན་པོ་ལས།
 མི་ཡི་སྲིད་པ་མདོན་པར་འད། །དེ་ཚོ་གོ་ལ་དང་ལ་བུ་ལ་བ་བྱུང་།
 གདོད་ནས་གོ་ལ་བའི་གཟི་བརྗིད་ལ། །དོག་སྐྱུག་ཐེ་ཚོ་མ་འདར་བའི་ཚོ།
 ལྟར་མའི་བྱུ་ཚོགས་ཇི་སྟེད་བྱུང་། །གདོད་ནས་གོ་ལ་བའི་གཟི་བརྗིད་ལ།
 སྲི་ཞིང་རྗེས་སུ་འབྲངས་བའི་ཚོ། །དཔའ་བའི་བྱུ་ཚོགས་ཇི་སྟེད་བྱུང་།
 ལྟར་མའི་བྱུ་ཚོགས་མང་པོ་དེ། །བྲག་སུག་ནགས་སྐྱུང་དག་ཏུ་ཡིག།
 སུན་ཟུ་བསད་ནས་འཁུ་ཟུ། །དུད་འགོ་རྒྱུ་མས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས།
 གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འདྲིགས་སྐྱུག་བསྐྱུང་། །དེ་ཚོ་དང་སྲོག་དང་གིས་བཅད།
 ཞེ་སྤང་མེད་པུང་ཆེན་པོར་སྐྱར། །འདོད་ཆགས་ཚུ་བོ་རྟག་ཏུ་བྱུང།
 ལོ་ལོ་འི་འདམ་རྩ་བ་དན་པར་འཕྱོ། །འདྲ་དང་སུ་གའི་བསྐྱུལ་པ་བྱུང་།
 གདོད་མའི་གཟི་བརྗིད་ལ་གུས་པའི། །དཔའ་བའི་བྱུ་ཚོགས་མང་པོ་རྒྱུ་ལ།
 ལ་ལ་ས་མཐོ་འི་རི་བོར་བྱིན། །འཕེལ་གྱི་གསལ་ས་མཁའ་མཛོས་པ་བརྟེན་ལ།
 ལ་ལ་མཚོ་གླིང་མཛོས་པར་བྱིན། །ཡིད་དུ་འོང་བའི་ཕོ་བྲང་བརྟེན་ལ།
 ལ་ལ་བདེ་བའི་ཐང་དུ་བྱིན། །ནས་འབྲས་གོ་ཡི་སོ་རྣམ་གཞོལ།
 གུན་གྱང་རྟག་ཏུ་ཚོད་པ་མེད། །རྟག་ཏུ་བྱུ་མས་ཞིང་གཏོང་ཕོང་ཆེ།
 མ་བསྐྱུལ་དང་བྱུང་སྐྱུང་གུང་གིས། །གོང་མ་རིགས་ལྟན་རྟག་ཏུ་གུས།

Desde el gran espejo cósmico,
 sin comienzo y sin final,

*se manifestó la sociedad humana.
En aquel momento surgieron liberación y confusión.
Cuando aparecieron el temor y la duda
frente a la confianza que es primordialmente libre,
se alzaron innumerables multitudes de cobardes.
Cuando en la confianza que es primordialmente libre
se halló ejemplo a seguir y deleite,
se alzaron innumerables huestes de guerreros.
Y las multitudes innumerables de cobardes
se ocultaron en cavernas y selvas.
Mataron a sus hermanos para comerse su carne,
siguieron el ejemplo de las bestias,
provocaron el terror unos en otros;
se quitaron así la propia vida.
Atizaron un inmenso fuego de odio,
enturbiaron sin cesar el río de la lujuria,
se sumieron en el fango de la pereza:
así apareció la edad del hambre y las plagas.*

*De quienes se dedicaron a la confianza primordial,
las múltiples huestes de guerreros,
algunos fueron a las altas montañas
a erigir hermosos castillos de cristal.
Otros a comarcas de bellos lagos e islas
a levantar palacios fabulosos.
Y otros más a las plácidas llanuras
fueron a sembrar arroz, cebada y trigo.
Siempre sin conflictos ni disputas,
amables siempre, y generosos.
Sin recibir estímulo, mediante su insondabilidad que por sí sola existe,
estuvieron siempre dedicados al Ridgen imperial.*

1. CREAR UNA SOCIEDAD ILUMINADA

Las enseñanzas *shambhala* se fundan sobre la premisa de que hay una sabiduría humana básica que puede ayudarnos a resolver los problemas del mundo. Esta sabiduría no es propia de ninguna cultura o religión determinada, no viene solamente de Oriente ni de Occidente. Es, más bien, una tradición de los seres humanos en su condición de guerreros, que ha existido en muchas culturas y en muchos momentos a lo largo de la historia.

En el Tíbet, lo mismo que en muchos otros países asiáticos, circulan historias sobre un reino legendario que fue fuente de conocimientos y de cultura para las actuales sociedades asiáticas. De acuerdo con las leyendas, era un lugar de paz y prosperidad, regido por gobernantes prudentes y compasivos. Los ciudadanos eran igualmente bondadosos y sabios, de manera que el reino constituía, en general, una sociedad modelo. Aquel lugar se llamaba Shambhala.

Se dice que el budismo desempeñó un papel importante en la evolución de la sociedad *shambhala*. Las leyendas nos cuentan que el Buda Shakyamuni transmitió enseñanzas tántricas muy altas a Dawa Zangpo, el primer rey de

Shambhala. Se considera que esas enseñanzas, que se conservan en el *Kalachakra Tantra*, son parte de la más profunda sabiduría del budismo tibetano. Cuentan las historias que, después que el rey hubo recibido su instrucción, todo el pueblo de Shambhala comenzó a practicar la meditación y a seguir el camino budista de benevolencia e interés por todos los seres. De esta manera, no solamente los gobernantes, sino todos los súbditos del reino llegaron a ser personas sumamente evolucionadas.

Entre los tibetanos existe la creencia popular de que aún es posible llegar al reino de Shambhala, oculto en algún valle remoto en un rincón de los Himalayas. Hay también cierto número de textos budistas que dan instrucciones, detalladas pero oscuras, sobre cómo llegar a Shambhala, pero las opiniones discrepan en lo que se refiere a si tales instrucciones se deben entender en un sentido real o metafórico. Hay también muchos textos que ofrecen minuciosas descripciones del reino. Por ejemplo, según el *Gran comentario sobre el Kalachakra* de Mipham, el renombrado maestro budista del siglo XIX, Shambhala se encuentra al norte del río Sita, y al país lo dividen ocho cadenas de montañas. El palacio de los Ridgens, los gobernantes imperiales de Shambhala, está construido en lo alto de una montaña circular, en el centro del país. Según nos cuenta Mipham, la montaña se llama Kailasa. El palacio -el palacio de Kalapa- abarca muchos kilómetros cuadrados. Frente a él, hacia el sur, hay un hermoso parque, llamado Malaya, y en medio del parque se eleva un