

*Ser curiosos*  
*respecto a la vida*

*Fragmentos Capítulo 10*





*HAY TRES VERDADES —tradicionalmente llamadas las tres marcas — de nuestra existencia:*

***Impermanencia (Anicca)***

***Sufrimiento (Dukkha)***

***Ausencia de ego (Anatta)***





*Aunque describen con precisión las cualidades más básicas de nuestra existencia, estas palabras resultan amenazadoras. Resulta fácil pensar que hay algo malo en la impermanencia, el sufrimiento y la ausencia de ego, lo que es como pensar que hay algo malo en nuestra situación fundamental. Pero no hay nada malo en las tres marcas; podemos celebrar su existencia. Nuestra situación fundamental está caracterizada por la alegría*





*La impermanencia es la bondad de la realidad. Todo evoluciona constantemente, como las cuatro estaciones que están en continuo flujo: del invierno pasamos a la primavera, al verano y después al otoño; como el día que se convierte en noche: la luz que se convierte en oscuridad y pasa a ser nuevamente luz. La impermanencia es la esencia de todo: los bebés se convierten en niños, después en adolescentes, más tarde en adultos y por fin en ancianos, para acabar cayendo muertos en algún lugar del camino. La impermanencia es encontrarse y partir, es enamorarse y desenamorarse. La impermanencia es dulce y amarga, como comprarse una camisa nueva y años después verla formar parte de una colcha hecha de remiendos.*



*La gente no siente respeto por la impermanencia. No nos deleitamos en ella; de hecho, nos desespera. Nos parece dolorosa. Tratamos de resistirnos a ella haciendo cosas duraderas —eternas, decimos—, cosas que no haya que lavar ni planchar. De algún modo, en el proceso de tratar de negar que las cosas cambian constantemente perdemos el sentido de la sacralidad de la vida. Tendemos a olvidar que somos parte del esquema natural de las cosas.*





*¿Pero qué pasa con el sufrimiento? ¿Por qué habríamos de celebrar el sufrimiento? ¿No suena un poco masoquista? Nuestro sufrimiento está muy basado en el miedo a la impermanencia. Nuestro dolor está enraizado en nuestra visión parcial y recortada de la realidad*





*El dolor y el placer van unidos, son inseparables. Podemos celebrar su existencia, son algo ordinario: el nacimiento es algo doloroso y delicioso, la muerte es dolorosa y deliciosa. Todo lo que acaba también es el principio de otra cosa.*  
***El dolor no es un castigo y el placer no es un premio.***





*¿Podemos celebrar también la ausencia de ego?  
Solemos pensar en la ausencia de ego como en una gran pérdida, pero en realidad es una ganancia. Reconocer la ausencia de ego, nuestro estado natural, es como recuperar la visión después de haber sido ciegos o recuperar la audición después de haber sido sordos. La ausencia de ego ha sido comparada a los rayos del sol. Como el sol no es algo sólido, irradia sus rayos lejos de sí. De la misma forma, el despertar irradia naturalmente cuando no estamos muy preocupados por nosotros mismos. Ausencia de ego es lo mismo que bondad básica o naturaleza de Buda, es nuestro ser incondicional. Es lo que siempre tenemos y nunca llegamos a perder.*

