

**FUNDACION VIPASSANA  
COLOMBIA**



**CÓDIGO DE CONDUCTA PARA  
LOS SERVIDORES DEL DHAMMA**

**(texto extraído del formato de aprobación para servicio)**

*Que el servicio al Dhamma resulte de lo más beneficioso para usted. Con los mejores deseos de éxito le ofrecemos la siguiente información. Por favor, léala cuidadosamente antes de venir a servir.*

## **Servicio Desinteresado**

El servicio desinteresado es una parte esencial del sendero del Dhamma, un paso importante hacia la liberación. La práctica de la Vipassana va erradicando gradualmente las impurezas conduciéndonos a un estado de paz interior y de felicidad. Tras haber recibido esta maravillosa enseñanza del Dhamma, aunque la liberación de la desdicha sólo sea parcial, se siente una profunda gratitud. Con estos sentimientos de amor y de compasión surge el deseo de ayudar a los demás a salir de su desdicha. Servir en un curso nos brinda la oportunidad de expresar esta gratitud al ayudar a otras personas a conocer el Dhamma sin esperar nada a cambio. Además, al servir a los demás desinteresadamente también nos servimos a nosotros mismos porque desarrollamos los diez pãrami disolviendo así el hábito del egoísmo.

## **¿Quién Está Capacitado Para Servir Al Dhamma?**

Puede servir al Dhamma cualquier persona que haya completado con éxito un curso de diez días con Goenkaji o con alguno de sus profesores asistentes y que no haya practicado ninguna otra técnica de meditación desde su último curso de Vipassana.

## **El Código De Disciplina**

Los servidores del Dhamma deben ajustarse tanto como sea posible al Código de Disciplina para los Cursos de Meditación y aunque en algunos casos es necesario y se permite hacer algunas excepciones, a menos que se establezca otra cosa, las reglas se aplican también a los servidores.

## **Los Cinco Preceptos**

Los Cinco Preceptos son la base del Código de Disciplina: abstenerse de matar a cualquier criatura viviente, abstenerse de robar, abstenerse de conducta sexual inadecuada (en el centro de meditación, esto significa abstenerse de cualquier tipo de actividad sexual), abstenerse de hablar de forma inadecuada, abstenerse de todo tipo de intoxicantes.

Estos Cinco Preceptos son obligatorios para todas las personas en el Centro y deben ser observados escrupulosamente todo el tiempo. Se espera que aquellos que sirven estén intentando seriamente mantener los Cinco Preceptos también en sus vidas cotidianas.

## **Aceptar La Guía**

Los servidores del Dhamma deben seguir las instrucciones del Maestro, de los profesores asistentes, de los administradores del Centro y de los coordinadores de Comités, estando receptivos al consejo y la guía de aquellos que llevan más tiempo en la meditación o el servicio. Cambiar prácticas establecidas o iniciar proyectos sin autorización o en contra de las directrices de aquellos responsables no hará sino causar confusión, duplicación de esfuerzos y gasto de tiempo y material. Insistir en trabajar independientemente sin ninguna dirección no es congruente con el espíritu de cooperación y compañerismo que impregna la atmósfera del Dhamma. Al seguir las instrucciones los servidores aprenden a dejar de lado las preferencias y los prejuicios personales haciendo lo que se necesite para el bien de los meditadores y el funcionamiento eficiente y armonioso de los cursos y del Centro. Los problemas se deben resolver abiertamente y con humildad. Las sugerencias positivas son siempre bienvenidas.

## **Relación Con Los Meditadores**

En todas las situaciones, los servidores del Dhamma deben dar prioridad a los estudiantes que se sientan en el curso. Los cursos y los centros son para los meditadores; ellos son los más importantes y los que están realizando el trabajo esencial. La tarea de un servidor del Dhamma consiste simplemente en ayudar a los meditadores en todo cuanto sea posible; por eso los estudiantes deben tener preferencia en el alojamiento y la comida. A menos que tengan que realizar algún trabajo urgente los servidores no deben empezar a comer hasta que no se haya servido a los estudiantes ni deben sentarse con ellos en el comedor. Los servidores deben utilizar los cuartos de baño para ducharse y lavar en horas diferentes a los estudiantes, y deben irse a dormir después de que se hayan acostado los estudiantes, por si surgiera algún problema. En el resto de las instalaciones los estudiantes tienen siempre preferencia y los servidores deben evitar molestarlos dentro de lo posible.

## **Trato Con Los Estudiantes**

Sólo los coordinadores del curso deben tratar de forma directa con los estudiantes —la coordinadora con las mujeres y el coordinador con los hombres. Necesitan estar atentos a que los estudiantes estén siguiendo la disciplina y el horario, y deben hablar con ellos en caso de que no lo estén haciendo. Esta tarea debe hacerse siempre de una manera amistosa y compasiva con la volición de alentar a los meditadores para que superen sus dificultades, conscientes de que las palabras deben formularse de forma positiva, nunca con dureza. Si uno no es capaz de hacerlo así, otro servidor debe manejar la situación. Los coordinadores deben siempre tener cuidado y preguntar antes de suponer la causa de una aparente mala conducta.

Todos los servidores del Dhamma deben ser respetuosos y educados y estar disponibles para ayudar cuando alguien se les acerque. Generalmente es bueno preguntar el nombre al estudiante. Los servidores deben tratar de poner en contacto al estudiante con la persona adecuada con un mínimo de charla o distracción, ya sea con el profesor asistente o el coordinador del curso, dependiendo de la naturaleza del problema. Los servidores del

Dhamma no deben intentar responder las preguntas de los estudiantes con relación a la meditación, sino que deben sugerir que tales preguntas se les hagan a los profesores asistentes, quienes deben ser informados de cualquier contacto con los estudiantes. Los asuntos privados de los estudiantes no se deben comentar innecesariamente con otros servidores.

## **La Práctica De La Meditación Para Los Servidores**

Los servidores deben servir con plena conciencia, sin perder el tiempo y poniendo plena atención a su trabajo; éste es su entrenamiento. Al mismo tiempo deben también mantener su práctica de meditación. Todos los servidores deben meditar al menos tres horas al día, preferiblemente durante las meditaciones en grupo: a las 8:00 a.m., 2:30 p.m. y a las 6:00 p.m. Además cada noche en que un profesor asistente esté presente habrá una corta sesión de meditación para los servidores en la sala de meditación a las 9.00 p.m. Estos períodos de meditación son esenciales para el bienestar de los servidores del Dhamma. Los servidores en un curso deben practicar Vipassana, utilizando Anapana cuando lo consideren necesario y pueden cambiar de postura durante las meditaciones en grupo si así lo desean.

En todo momento, los servidores del Dhamma tienen la responsabilidad de observarse a sí mismos. Deben tratar de ser ecuanímenes en todas las circunstancias y ser conscientes de su volición mental. Si no les resulta posible hacerlo debido al cansancio o por alguna otra razón, deben meditar más o descansar más, aunque el trabajo que deban realizar les parezca urgente. Los servidores no deben imaginarse que son indispensables. Se puede dar un buen servicio al Dhamma cuando hay paz y armonía en el interior. Si la base no es positiva, el trabajo realizado no será verdaderamente beneficioso. Los servidores que permanezcan durante largo tiempo en un Centro, deberán sentarse periódicamente en un curso de diez días, dejando de lado completamente cualquier trabajo y sin esperar ninguna preferencia especial o privilegio como resultado por haber dado servicio al Dhamma.

## **Reuniones Con El Profesor**

Los servidores deben discutir cualquier problema o dificultad con el profesor o profesores asistentes. El momento más adecuado para realizar preguntas sobre el trabajo o sobre cuestiones generales es después de las 9.00 p.m., tras la sesión de meditación para los servidores. También se pueden pedir entrevistas privadas. En ausencia de los profesores, los servidores deberán dirigir sus preguntas o dificultades a los administradores del Centro.

## **Segregación De Sexos**

La segregación siempre está en efecto tanto durante el curso como entre cursos. En algunas partes del mundo, los servidores trabajan en condiciones que no les permiten la absoluta segregación de sexos. Esta situación no debe ser mal interpretada como una oportunidad para que los hombres y mujeres socialicen más allá de lo necesario para realizar su trabajo del Dhamma. Esta regla es todavía más importante en el caso de parejas.

## **Contactos Físicos**

Para mantener una atmósfera meditativa pura y la naturaleza introspectiva de la práctica, los servidores darán buen ejemplo a los estudiantes si evitan cualquier contacto físico con los meditadores y otros servidores del sexo que sea. Esta regla tiene que seguirse durante el curso y entre cursos.

## **Noble Palabra**

Los servidores del Dhamma deben respetar el silencio que observan los meditadores. Deben intentar guardar silencio dentro del recinto, hablando sólo cuando sea necesario. Es importante no perturbar el silencio innecesariamente, incluso si no hay estudiantes cerca o un curso en el Centro.

Los servidores deben practicar la Noble Palabra cuando hablen y abstenerse de:

- Decir mentiras o cualquier cosa en detrimento de la verdad.
- Utilizar palabras malsonantes o lenguaje áspero. Alguien que practica el Dhamma debe ser siempre educado y hablar de un modo suave.
- Hablar mal de alguien, murmurar. No debe haber críticas hacia los demás surgidas de los propios sentimientos negativos. Si hay algún problema debe ponerse en conocimiento a la persona implicada, a los profesores o a los administradores.
- Incurrir en chismes, charlas banales, cantar o silbar.

Indudablemente la Noble Palabra es mucho más difícil que el silencio; por eso, es un entrenamiento muy importante para todo el que siga el sendero del Dhamma.

## **Aspecto Personal**

El servidor del Dhamma es ante los ojos de los demás el representante de la Enseñanza y del Centro. Por esta razón, la apariencia de los servidores, debe ser siempre limpia y cuidada y no se debe llevar ropa ajustada, transparente, ostentosa, atrevida o que llame indebidamente la atención (como pantalones cortos, faldas cortas, ropas muy ceñidas y mallas, tops muy cortos y sin mangas). Las joyas o adornos deben reducirse al mínimo o no usarse en absoluto. La actitud de modestia debe prevalecer en todo momento.

## **Fumar**

Se entiende que quien ha aceptado el Dhamma no puede consumir intoxicantes tales como alcohol, hachís, marihuana, etc. El uso del tabaco está completamente prohibido en todas sus formas dentro y fuera del recinto del Centro. Los servidores tampoco podrán salir del Centro para fumar.

## **Comida**

El Centro facilita comida vegetariana sencilla y saludable sin seguir ninguna filosofía alimenticia en particular. Los servidores, al igual que todos los estudiantes, deben aceptar lo que se les ofrece en un espíritu de renuncia.

Puesto que las comidas que se sirven en los cursos son completamente vegetarianas, no se debe traer al Centro ningún alimento preparado con alcohol o licores, huevos o productos que contengan huevo (como repostería, mayonesa, etc.), así como tampoco quesos elaborados con cuajo animal. En general, la comida del exterior debe limitarse al mínimo.

Los servidores observan los Cinco Preceptos; por lo tanto, pueden comer algo al final de la tarde si lo desean. El ayuno no está permitido.

## **Lectura**

Los servidores que así lo deseen pueden leer periódicos o revistas de acontecimientos pero solamente en las zonas reservadas para ellos donde los estudiantes no puedan verles. Si desean leer otra cosa que no sean periódicos, pueden utilizar la librería del Dhamma del Centro y escoger libros de la lista de lecturas recomendadas. No se permiten novelas u otro tipo de libros de entretenimiento.

## **Contactos Con El Exterior**

No se requiere que los servidores se divorcien enteramente del mundo exterior. Sin embargo, al servir en un curso se debe salir del sitio solamente cuando es urgente y con el permiso de los profesores. Las llamadas telefónicas se deben reducir al mínimo. Las visitas privadas sólo pueden acudir al Centro con permiso previo de los organizadores.

## **Mantener La Limpieza Del Centro**

Es deber de los servidores ayudar a mantener el Centro limpio y ordenado. Además de la cocina y el comedor, pueden necesitar atención la sala de meditación, (la pagoda), las habitaciones, las oficinas, los baños y otras áreas. Los servidores deben estar preparados, si es necesario, a realizar tareas no relacionadas con la preparación de alimentos y limpieza.

## **Utilización De Las Propiedades Del Centro**

Todos los estudiantes de Vipassana se comprometen a no tomar nada que no les haya sido dado. Los servidores del Dhamma deben tener cuidado de no apropiarse de pertenencias del centro, y no deben llevar a sus habitaciones nada para uso personal sin pedir previamente permiso a los organizadores.

## **Estancias Largas En Un Centro**

Con el consentimiento de un profesor asistente, los estudiantes serios podrán quedarse en el Centro por períodos más largos para establecerse más en la teoría y la práctica del Dhamma. Durante este tiempo podrán meditar en algunos cursos y servir en otros, tal y como lo decidan, tras consultar con los profesores y la administración.

## **Dana**

Tal y como se especifica en el Código para los Meditadores no se cobra nada en los cursos o en los centros por la enseñanza, la manutención, el alojamiento o cualquier otra comodidad que se dé a los estudiantes. Lo mismo se aplica a los servidores del Dhamma.

La enseñanza del Dhamma puro siempre es gratuita. La comida, alojamiento, etc., se ofrecen como regalos, y esto es posible gracias a las donaciones de estudiantes en el pasado. El servidor del Dhamma debe reconocer esto y dar su servicio, haciendo el mejor uso de los regalos recibidos para que los donantes obtengan el máximo beneficio de su dāna. A su vez, los servidores, pueden desarrollar su propio pārami de dāna haciendo donaciones, según sus propios medios para beneficio de otros. En definitiva los cursos y los centros sólo funcionan con las donaciones de estudiantes agradecidos.

Nadie puede pagar por sí mismo, ni dando dinero, ni de ninguna otra manera. Todo lo que se da es para beneficiar a otros. El servicio del Dhamma no puede convertirse en una forma de pago por la estancia y la comida. Al contrario, el servicio beneficia al propio servidor puesto que le proporciona un valioso entrenamiento en el Dhamma. Un curso o un centro brindan la oportunidad de practicar la meditación y también de aplicar el Dhamma en la vida exterior aprendiendo a tratar y a servir a los demás con humildad y con compasión.

## **Conclusión**

Los servidores del Dhamma deben servir siguiendo la guía de los profesores y de la administración, haciendo todo lo posible para ayudar a los estudiantes y evitar molestarles en ningún sentido. La conducta de los servidores debe inspirar confianza en el Dhamma en aquellos que tengan dudas y una mayor fe en aquellos en que ya exista. Deben comprender siempre que el propósito del servicio es ayudar a los demás y ayudarse a sí mismos a crecer en el Dhamma.

Si alguna de estas reglas le resulta difícil, por favor, pida inmediatamente una aclaración a los profesores o a la administración.

Que su servicio les ayude a avanzar en el Sendero del Dhamma, de la liberación, de la eliminación del sufrimiento, de la verdadera felicidad.

**¡QUE TODOS LOS SERES SEAN FELICES!**

---

## **Un mensaje de Goenkaji sobre el valor del servicio al Dhamma**

*Mientras sirves, estás aprendiendo a aplicar el Dhamma en la vida diaria. Después de todo, el Dhamma no es un escape de las responsabilidades cotidianas. Aprendiendo a actuar según el Dhamma en el trato con los estudiantes y con las situaciones en el pequeño mundo de un curso de meditación o en el Centro, aprendes a actuar de la misma manera en el mundo exterior. A pesar de que estén sucediendo cosas que no desees, mantienes en equilibrio tu mente y en respuesta generas amor y compasión. Esta es la lección que estás tratando de aprender y dominar aquí. Tú eres un estudiante igual que los que han venido a sentarse.*

*Sigue aprendiendo mientras sirves a los demás con humildad. Sigue pensando "Estoy aquí aprendiendo a practicar el servicio sin esperar nada a cambio. Estoy trabajando para que otros puedan beneficiarse del Dhamma. Estoy ayudándolos dando un buen ejemplo y haciéndolo así me ayudo a mí mismo también."*

*Que todos aquellos que dan servicio al Dhamma se hagan fuertes en Dhamma. Que aprendan a desarrollar su buena voluntad, amor y compasión hacia los demás. Que todos ustedes progresen en el Dhamma y disfruten de auténtica paz, auténtica armonía y felicidad auténtica.*

**S.N. Goenka**

