

## APRENDIENDO A AMAR A TRAVES DE LA ACCIÓN

Hace unos meses que estamos trabajando este tema en clases de Dharma, y me pareció bueno verlo durante el verano en las clases de Kaladanda Yoga, para poder ponerle más conciencia a nuestro proceso y hacerlo más despierto e iluminado.

En nuestro linaje Hindo Tibetano, vemos como todo lo que hacemos deja una huella, genera energía, pone en movimiento fuerzas que se plasmaran un día en nosotros mismos y por ende en las situaciones que nos tocan vivir y las personas que vamos a percibir que nos rodean. Venimos estudiando desde el inicio de Kaladanda la ley del karma, de la acción tanto de cuerpo como también así de palabra y mente. Esta ley de causa/efecto funciona debido a que las cosas son vacuas, carecen de existencia propia e independiente. También estudiamos qué y cómo sembrar para obtener la cosecha que deseamos y que creemos nos hará felices.

Seguramente ya te diste cuenta cual es la trampa en la que podemos caer. El camino espiritual tiene muchos obstáculos, unos más obvios y otros más sutiles. Este es uno de los sutiles: creer que el camino te va a ayudar a lograr lo que tu ego cree que necesita, que el camino te va a ayudar a lograr lo que tu ego cree que es lo mejor para que seas feliz. Un ego disfrazado de monje/a usando el camino para satisfacer sus necesidades.

El aprendiz espiritual pone extrema atención en cómo funcionan las leyes de la vida, las semillas corporales, verbales y mentales, aprende de resultados de estas y estudia las conexiones.

El más avanzado, ya tiene todo lo anterior incorporado y fluye por el camino, como un pájaro conectado con la divinidad que esta oculta y omnipresente en cada instante, cada semilla, cada resultado.

Su Santidad el Dalai Lama habla de interés personal iluminado. Se refiere a que cuando empezamos estamos completamente centrados en nuestro pequeño yo, y ese es nuestro punto de partida, y eso está ok. El grado de sabiduría (entendimiento de la vacuidad) es bajo. Al principio vamos a servir a los demás con interés personal/poca sabiduría y está ok, es lo que hay, y es lo mejor que podemos hacer, es mucho mejor que no servir o no ayudar a nadie.

Pero a medida que vamos sirviendo a los demás, algo maravilloso puede empezar a suceder, puede surgir el amor por el servicio y puede incrementarse la sabiduría con la que servimos.

Y ahí viene la parte iluminado de la frase “interés personal iluminado”, eventualmente

nuestra intención se eleva, porque el servicio nos eleva. El servicio nos fuerza a evolucionar. Debido a nuestra evolución, un día Bodhichitta\* y Virya\*\* nacen en nuestro corazón, como pequeños brotes delicados pero ansiosos de vivir y alcanzar el sol de su máximo potencial. Empezamos poniendo en práctica las enseñanzas porque queremos más dinero, una pareja, salud, etc. para nosotros. Y avanzamos hasta que nuestro objetivo pasa a ser iluminarnos en beneficio de todos los seres.

El glorioso Lama Je Tsongkapa dice: “Una vez que te pones, de manera irreversible e irresoluta, la armadura del esfuerzo gozoso (virya), tu maestría en las escrituras y los “darse cuenta” incrementaran en ti como la luna creciente. Harás que todas tus acciones tengan sentido (para alcanzar la iluminación en beneficio de todos los seres), y lograras que todo lo que te propones lo puedas llevar a cabo. Sabiendo esto, los bodhisattvas han creado grandes olas de esfuerzo gozoso haciendo que desaparezca todo tipo de pereza.”

Pero si te fijaste antes dije, “a medida que vamos sirviendo a los demás, algo maravilloso puede empezar a suceder...” puede ser importante, porque implica que tal vez no sucede. No es que necesariamente después de un tiempo de servir a los demás con interés personal nos veamos forzados a evolucionar. También puede suceder que después de un tiempo empezemos a sentir que no estamos cosechando lo que anhelábamos y/o que los resultados sean casi imperceptibles. A veces esto nos enoja, nos cansa y nos aleja del camino espiritual ya que perdemos interés debido a que sentimos que no funciona para nosotros.

Podría escribir mucho sobre este tema, pero por hoy quiero decir que todo lo que hacemos desde el pequeño yo (ego) va a resultar en algo pequeño. Todo lo que hacemos con solo nosotros mismos en mente va a tener un resultado limitado, de corta duración y poca sensación de libertad. Je Tsongkapa nos dice que una vez que nos pongamos la armadura de virya todo lo que nos proponemos lo concretaremos y evolucionaremos como la luna creciente. Mientras tanto el resultado será pequeño y limitado. Parecería que la intención con la que servimos y el grado de sabiduría y concentración que tengamos es la clave.

En el camino espiritual no podemos saltar las etapas, tenemos que pasar por todas e incorporarlas una a una. Así cada vez seremos más anchos, nuestra capacidad de amar se incrementa en la medida en que este pequeño yo se disuelve y se pone en servicio del yo superior. En otras palabras, el pequeño yo se convierte en un instrumento de la divinidad en la tierra.

Es tan bello el camino y tan profundo. Es cansador a veces, pero, como dice Mamerto Menapache, monje Benedictino: “El trabajo sea remunerado o no, dignifica el alma y el espíritu y nos hace bien en nuestra salud mental. En estos días el significado del cansancio es visto como algo negativo de lo cual debemos deshacernos y no como el privilegio de estar cansados porque eso significa que estamos entregando lo mejor de nosotros. A esta tierra

vinimos a cansarnos...Valorar la libertad como una forma de vencerme a mí mismo y entender que ser libre no es hacer lo que yo quiero. Quizás deberíamos ejercer nuestra libertad haciendo lo que debemos con placer, y decir que estamos felizmente agotados y así poder amar más y mejor.”

Me gusta cuando dice “felizmente agotados y así poder amar más y mejor.” Cuando fluimos en nuestro trabajo/servicio, el yo se disuelve por un rato, y nos perdemos en la acción en el eterno presente, no esperamos nada a cambio ya que el futuro no existe. Al terminar el día, quedas “felizmente agotado” de servir a los demás, o de amar a los demás. Es un instante en el camino espiritual, en que nos damos cuenta del sudor de servir y es un sudor tan feliz que le da sentido a la vida. Pasamos de estar solos a ser parte del todo y de todos. No te lo pierdas, una vida vivida así vale la pena vivirla.

Este verano podemos aprovechar para:

- Ver si estamos usando el camino espiritual para satisfacer los deseos del ego y por lo tanto en vez de practicar la renuncia, (renunciar a la creencia de que “algo” que creemos que existe de su propio lado puede hacernos felices), estamos usando el camino para acumular más “cosas o personas” que creemos que existen de su propio lado y tienen poder de hacernos felices.
- Observar si nuestra vida tiene algo o mucho de virya servicio gozoso. Y si no lo tiene, meditar en cómo sería una vida con virya.
- Descansar y reconectarnos con el profundo sentido de nuestra vida.

Muchas felicidades para todos,

Carola Terreni

\*Deseo de iluminarse en beneficio de todos los seres. De a poco cada acción que realizamos empieza a colmarse de este deseo. \*\*Esfuerzo gozoso, trabajar con alegría para ayudar a los demás.

[www.kaladanda.com.ar](http://www.kaladanda.com.ar) / <http://carolaterreni.blogspot.com.ar>