

Un gran corazón y una mente fuerte (Khokpa Chenpo)

Queridos amigos que se encuentran cerca y lejos:

Espero que este mensaje los encuentre bien, sanos y felices en este primer día de Guru Rinpoche, en el nuevo año de la rata. Mis deseos para ustedes en este inicio de un nuevo año es que comprendan los puntos clave de la práctica, en particular mantener un gran corazón y una mente fuerte, que en tibetano se llama “khokpa chenpo”.

Antes que nada, para ser honesto, aunque necesitamos estudiar para obtener un conocimiento del Dharma más profundo, cuando se trata de la práctica, el ingrediente clave es mantener las cosas simples. Claro que parece que hay muchas prácticas diferentes que debemos realizar y mucho que necesitamos aprender; pero, de hecho, debes aprender a combinar todo de una manera sencilla. Ser sencillo ayuda a mantener la práctica pura, más sincera. No practiques como un intelectual que siempre tiene muchas preguntas y dudas: la práctica es como la vida, es mejor mantenerla simple. La simplicidad en nuestra práctica nos ayudará a acertar los puntos clave de manera más directa. Así que, sea lo que sea que estés practicando, solo enfocate en cualidades tales como la confianza, pensar en los demás, compasión, certitud y devoción ... y, ¡no te preocupes mucho por los detalles!

Claro que el estudio y la reflexión son importantes, pero a veces pueden llevarte por un camino equivocado. Las personas eruditas que han leído muchos libros terminan discutiendo sobre los diferentes *estilos Dzokchen* de diversos lamas... y, ¡no hay tal cosa como un *estilo Dzokchen*! ¡La mente no tiene *estilo*! De la misma manera, la práctica no es una cuestión de estilo, ni siquiera de prácticas más o menos “avanzadas”. Como Chokgyur Lingpa dijo sobre todas las enseñanzas y linajes de budismo: “la meta superior y el destino siguen siendo lo mismo, es la única intención de los Victoriosos, de todos los sutras y los tantras, de las escrituras y los comentarios”. Como el mismo gran tertön dijo, pasar el tiempo analizando las pequeñas diferencias entre las enseñanzas y los maestros, las maneras diversas en las que usan el vajra y la campana, etc., no tiene sentido, te confunde e incluso es perjudicial para ti y para otros. Es muy importante comprender que el valor de todas las enseñanzas de Buddha

es el mismo y la meta es la misma. Entonces, en vez de enfocarte en las diferencias superficiales, trata de recordar los puntos esenciales de la práctica y las bases de tener un corazón grande y una mente fuerte. Este corazón grande es el fundamento de todos los valores humanos y espirituales. Es lo que apoyará tu práctica de Dharma y también te va a traer felicidad mundana. ¿A qué me refiero con un gran corazón y una mente fuerte? Me refiero a ser estable, no tener un estado de ánimo cambiante, que se altera con facilidad, o que se emociona o se desanima fácilmente. Me refiero a tener una mente abierta, amable y comprensiva, que no se deja influenciar fácilmente por los demás ni cae rápidamente en el juicio. Cuando tenemos estas cualidades, cometemos menos errores, generamos menos daño, creamos menos malos entendidos y somos más felices.

Por eso, en este primer día de Guru Rinpoche del año, quiero recordarles a todos ustedes que cultiven un gran corazón y una mente fuerte. Trata de revisarte a ti mismo y darte cuenta de qué tan amplia y abierta es tu mente, cuán amable y paciente es tu actitud y cuán fuerte y firme es tu corazón. Para mejorar en tu práctica, la clave es siempre recordar estas cualidades y aconsejarte a ti mismo de cultivarlas. Si realmente te acuerdas de esto, no puedes equivocarte y esto es lo que se llama “khokpa chenpo”.

Sarva mangalam!



Kyabgön Phakchok Rinpoche