Apertura, honradez y sinceridad: Tres cualidades fundamentales

Phakchok Rinpoche

¿Qué significa ser una persona abierta, honrada y sincera? Phakchok Rinpoche describe estas tres cualidades fundamentales y explica que son principios esenciales para la práctica espiritual. Estas cualidades también resultan fundamentales para vivir una buena vida secular. Más adelante, Rinpoche detalla cada cualidad tanto en el contexto espiritual como en el secular.

APERTURA

¿Qué significa ser una persona abierta? La apertura en el camino espiritual significa ser menos obstinado en los asuntos espirituales. En la vida cotidiana significa reducir el juicio y no aferrarnos a nuestras propias opiniones. Cuando desarrollamos una actitud de apertura, nos permitimos aprender de los demás. ¡Y reconocemos la verdad fundamental de que no siempre tenemos la razón! De esta manera, podemos seguir creciendo y expandiendo nuestros horizontes a lo largo de nuestras vidas. Y esta misma apertura nos permite desarrollar nuestro sentido del humor y nuestra amabilidad porque dejamos de estar tan ocupados en defendernos.

SAMYE ©Copyright samyeinstitute.org

HONRADEZ

La honradez puede atemorizar un poco a un practicante espiritual. Escucharás que no existes, que no tienes un "yo". Este puede ser un pensamiento aterrador. Y es posible que no queramos aceptar este mensaje. Entonces, en el sentido espiritual, ser honrado significa no retirarse o alejarse de las enseñanzas que nos resultan incómodas. Reconocemos lo que nos asusta y examinamos por qué estamos reaccionando de esta manera. También es importante que conozcamos el verdadero propósito de las enseñanzas "secretas". Son "secretas" porque nos pueden transformar interiormente. Si hemos recibido las enseñanzas, pero en realidad no hemos cambiado, entonces algo no está funcionando correctamente. No hemos aplicado la enseñanza realmente.

En la vida cotidiana, ser una persona honrada es la mejor forma en que uno puede relacionarse con su familia y sus amigos. Eso es fácil de entender.

SINCERIDAD

Finalmente, debemos ser personas sinceras. A nivel espiritual, esto significa que no intentamos ocultar nada. Debemos ser transparentes. Podemos mirar nuestros defectos y deficiencias con desapego y decidir purificarlos. No es beneficioso quedarse atrapado en la autocrítica o la culpa. Y, por otro lado, tampoco nos llenamos de orgullo. En nuestra vida diaria podemos decidir hacer lo mismo. Debemos ser honestos con las demás personas (sin olvidar tratarlas con respeto) y no tener miedo.

Integrar estas tres cualidades de ser una persona abierta, honrada y sincera implica no tener intereses ocultos. Podremos desarrollar naturalmente muchas buenas cualidades, como la compasión, una vez que hayamos establecido esta base sólida.

Artículo traducido por la Asociación Bodhicitta Escola de L'Ésser.

Si te interesa escuchar más enseñanzas de Phakchok Rinpoche, te recomendamos los cursos en línea en la plataforma de estudios del Instituto Samye, como Entrenando la mente y El sutra de la noble sabiduría de la muerte, ambos aptos para todo público, disponibles en español, de donativo voluntario y esenciales para aprender sobre la meditación.

Si quieres leer más artículos del Instituto Samye que se han traducido al español, puedes dar clic aquí. (En cada artículo hay una sección "Translations" hasta abajo).

SAMYE ©Copyright samyeinstitute.org