

# CONSEJO

## POR KADAM GESHE KARAG GOMCHUNG

TRADUCIDO POR  
LA REV. YIN ZHI SHAKYA, OHY

**Esta enseñanza fue interpretada por Lama Zopa Rinpoche, escrita por el Ven. Lhundup Damchö y editada por Nicholas Ribush en agosto de 2003. Geshe Karag Gomchung es citado varias veces de su obra: 'Liberación en la Palma de Su Mano'.**

Incluso, una pequeña causa presente de sufrimiento, creada por un karma negativo, finaliza y trae felicidad en las vidas futuras. No miren al sufrimiento como negativo o como un obstáculo. Regocíjense. Sean felices de estar sufriendo.

Si alguien los alaba, eso es malo; si alguien los critica, eso es bueno. La alabanza y admiración causan que el orgullo y la arrogancia surjan; el criticismo causa que cambies tus malas cualidades en buenas. El criticismo es bueno – te hace una persona mejor y te permite que practiques el Dharma. En esta forma puedes beneficiar a otros y traer paz y felicidad para ti mismo, ambas, ahora y en el futuro.

Si eres rico, tienes el gran sufrimiento de acumular y proteger. Si eres un mendigante, eres libre de deseo en esta vida, que resulta en la riqueza interior de la paz y la felicidad.

La comodidad y el placer no son buenos; la incomodidad y el sufrimiento son mejores. La comodidad y el placer gastan tus méritos; la incomodidad y el sufrimiento gastan tu karma negativo.

Cualquier sufrimiento que experimenten, como la enfermedad, es una bendición de tu gurú. El sufrimiento purifica tus corrupciones. Él es una manifestación de la Vacuidad y simplemente es imputado por tu mente, y por lo tanto carente de un 'yo' verdadero. No hay sufrimiento verdadero existiendo en su propia esfera; ni enfermedad verdadera existiendo en su propia esfera; ni dolor verdadero existiendo en su propia esfera; ni problema verdadero existiendo en su propia esfera. Los problemas que parecen ser verdaderos son como los problemas en un sueño. La experiencia de ellos es totalmente vacía – ellos definitivamente no existen de ninguna manera en la forma que aparecen y que tú crees que son.

**Final del documento**  
**Domingo, 20 de marzo de 2005**  
**4:44 p.m.**