

ENSEÑANZAS

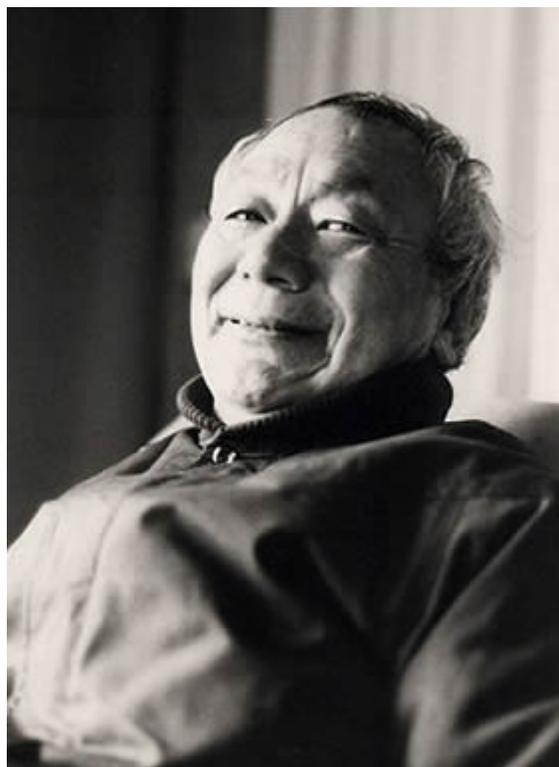
Practicar sin la motivación basada en el ego Lama Guendun Rinpoche

Uno de los defectos principales de un practicante es pensar: **“Yo soy el que practica, de modo que “yo” será el que realizará esto y lo otro a través de mi práctica”**. Mientras creamos que somos los que practicamos y que cualquier resultado que obtengamos se deberá a que hicimos el esfuerzo necesario, estaremos completamente equivocados. De esta actitud no obtendremos nada más que un mayor apego al ego y una mayor arrogancia.

Deberíamos pensar justamente lo opuesto: todo lo que emerge a través de nuestra práctica es gracias al Dharma. Todas las cualidades que aparecen lo hacen sólo a través el Dharma. Únicamente gracias a la calidad, el poder y la pureza del propio Dharma, puede cambiar algo en nosotros. Ésta es la manera en que todos los grandes **Bodhisattvas** han practicado.

No hay nada que proceda del individuo; **todo surge debido a la calidad de la enseñanza**. Ha través de su relación con el Dharma, un practicante ordinario puede transformarse y convertirse en un gran bodhisattva. **Ninguna de las cualidades que surgen en un gran bodhisattva tiene que ver con la persona individual**. Son las mismas cualidades que se encuentran en todos los Bodhisattvas, porque proceden del mismo Dharma expresando las cualidades de la enseñanza misma.

Debemos sentirnos contentos y pensar: **“He decidido definitivamente practicar el Dharma; no hay nada que me interese más en esta vida. Quiero dedicarle mi vida por completo. Todo lo que obtenga a**



través de mi práctica se lo debo al Dharma; no tiene nada que ver conmigo. No voy a enorgullecerme de los resultados como si fueran míos". Cuando nos entregamos de esta manera y simplemente practicamos el Dharma sin especular sobre el resultado, nos abandonamos completamente a la práctica. No esperamos nada de ella. Abandonamos todo apego a las experiencias y resultados de la misma y nos comprometemos a la actividad del Dharma. **De esta manera pueden desarrollarse las verdaderas experiencias y realizaciones.**

Pero primero debemos abandonar por completo este sentimiento de: "Soy yo el que estoy practicando; soy yo el que estoy obteniendo resultados", en el que siempre lo atribuimos todo al "yo". Si no lo hacemos así simplemente estaremos alimentando el ego, lo cual revela una falta de confianza en la enseñanza. Si tenemos una confianza completa en el Dharma, abandonaremos todo sentimiento de "yo". Simplemente practicaremos y entonces el Dharma empezará a trabajar **y tendrá lugar la verdadera transformación.** Ésta es la única forma de desarrollo de toda experiencia y realización.

De esta manera podemos medir el progreso en nuestra práctica. Si pensamos: "Yo he estado practicando y "yo" he realizado...", entonces el único resultado de nuestra práctica es que nuestro sentimiento de "yo" se irá volviendo más y más preponderante, de manera que nuestra práctica será completamente errónea puesto que el propósito del Dharma es reducir la influencia del ego. **Pero si pensamos: "No soy un buen practicante, no poseo las verdaderas cualidades", eso muestra que nuestro sentimiento del "yo" está debilitándose y haciéndose más sutil y que estamos volviéndonos genuinos practicantes. Un verdadero practicante del Dharma es alguien que constantemente está dejando de lado su propio beneficio y la preocupación por sí mismo.**

Final del Documento

Tomado de:

<http://www.dhagpo-kagyu.org/esp/enseignements/praticar-lgr.htm>