

## El tiempo avanza

### El tiempo avanza y no espera

Es asombroso la rapidez con la que el tiempo avanza y es una gran fortuna que todavía estemos aquí y tengamos esta oportunidad con este perfecto renacimiento humano. Tenemos condiciones muy favorables, cuando miramos a otros lugares del mundo con tantos problemas, guerras, hambrunas, desastres naturales.... nosotros estamos libres de esas condiciones y además tenemos la oportunidad de reunirnos aquí. Sentimos muy afortunados de tener estas condiciones y de haber podido venir aquí pues lo que estamos aprendiendo es para ser mejores seres humanos. Tenemos que aprovechar esta vida para purificar y crear virtud. El tiempo transcurre y no espera.

**En nuestro camino espiritual, tenemos diferentes objetivos y metas:** para algunos el objetivo es lograr la iluminación, para otros, es salir del Samsara y para otros puede ser el tener mejores renacimientos en vidas futuras. Todos estos objetivos son válidos.

Si vamos a estudiar algo y a esforzarnos, mejor asegurarse de estar bien encaminados y que lo que estudiemos tenga valor en nuestra vida: procurar que lo que estudiemos sea relevante y que tengamos una motivación correcta. No hacerlo solo por el propio interés de paz y bienestar sino hacerlo con la motivación de poder ayudar y beneficiar a los seres.

Cuando tenemos esta motivación entonces la actividad que realicemos nos llevará hacia ese objetivo y como incluimos a los seres, los méritos que acumulamos son muchos. Es como cuando en un negocio si sabemos que tendremos ganancias nos esforzamos más, pues igual con una motivación superior acumularemos muchos méritos.

Cuando entramos en casa y huele mal, uno pone incienso para que huela mejor, pero ahí se queda el beneficio, te libras del mal olor. Sin embargo, si llevas a cabo la misma acción de ofrecer una varita de incienso con la motivación de tener un buen renacimiento tras esta vida, esa acción se vuelve causa de obtener ese resultado. Se vuelve causa de poder eliminar los engaños, acumular méritos y para la liberación. Ese ofrecimiento se vuelve causa de lograr la iluminación y los méritos que se acumulan son incontables. Esto mismo sucede con otras acciones virtuosas como recitar mantras, oraciones o practicar la generosidad.

Pueden ser acciones tan sencillas como orientar a alguien en la dirección que desea ir, evitar pisar a un insecto, etc... como los seres son incalculables, así también los méritos que se acumulan. Además eso te beneficia enormemente, pero claro que has de practicar sin la expectativa del beneficio que te trae, sino con el deseo profundo de beneficiar a los demás.

### La importancia de la motivación y el esfuerzo

Algunas religiones están enfocadas en el cuerpo, otras en la palabra y otras en la mente. En el budismo, nos enfocamos, principalmente en la mente, es un camino espiritual

interior. En el hinduismo, hay unas prácticas ascéticas muy arduas y admirables, En el budismo no se llega a esos extremos, pero si pusiéramos ese gran esfuerzo en el trabajo interior de transformar la mente, los resultados serían increíbles. Aún así, en el budismo, hay también ejemplos de seres que se esforzaron muchísimo, como Milarepa y Lama Tsong Khapa .Cuando uno se esfuerza logra los objetivos.

### **Las diversas tradiciones budistas tibetanas**

En el Tibet, son muchas las diferentes tradiciones budistas, pero todas están relacionadas. Corresponden a las diversas inclinaciones de los seres , para cada quien pueda seguir las enseñanzas de acuerdo a esas inclinaciones. Al llegar el Budismo al Tibet, se inicia la tradición Ngyma , después , algunos de los monjes budistas se van a India y estableciéndose la tradición Kargyu, y posteriormente aparece la tradición Sakya . Después Lama Tsong Khapa establece la tradición Guelugpa, incorporando todos los linajes previos además del linaje de Manjushri.

### **La mente bondadosa**

Lama Tsong Khapa nos dice que todo depende de nuestra mente, por eso si nuestra mente es bondadosa, las acciones tendrán esa dirección y si nuestra mente es maliciosa las acciones irán por un mal camino. El bienestar y el sufrimiento dependen de nuestra mente, por eso, tener una buena mente es importante, ya que hará que aprovechemos nuestro perfecto renacimiento humano.

Requiere esfuerzo mantener una mente bondadosa, a veces nos vienen problemas y conflictos y es como estar en lucha, pero es una lucha que vale la pena. Puede que pensemos que cuando solo buscamos la propia felicidad las cosas son más fáciles, pero no es así, claro que aparecen adversidades pero lo importante es mantener la mente en la bondad y con el deseo de beneficiar a los demás, cuando aparezcan los problemas hay que mantener la serenidad y paciencia, nunca abandonar la bondad pues a la larga nos va a ayudar mucho. A veces ni siquiera a largo plazo, te beneficia de forma inmediata, si tenemos una mente negativa, nos comportaremos dañando a otros y te aleja de los demás.

Igualmente, precisamos del estudio, pues cuanto más claro tengamos lo que es una acción correcta e incorrecta, mejor podremos actuar. Mediante el estudio también podremos tener claro el proceso gradual de cómo hemos de ir trabajando nuestra mente, conocerla mejor, identificar las emociones aflitivas y como liberarnos de ellas.

No hace falta ser budista para beneficiarte de ese estudio de la filosofía budista que te da estas herramientas para ser una persona más sana, conocer la mente es vital pues de ahí viene la felicidad y el sufrimiento, por eso ese estudio es para todos budistas o no budistas, a todos puede beneficiar.