

## **Tu eliges que camino tomar.**

### **El control de la mente**

El Buda dijo: evita cualquier acción negativa y cultiva toda acción virtuosa que esté en tus manos, para ello es preciso controlar la mente, pero ya sabemos que no es fácil. Ese control no se puede comprar con dinero ni con las pujas o ceremonias religiosas. Para controlar la mente necesitamos leer, estudiar, y además de estudiar hay que comprenderlo y guardarlo en la memoria, mediante la reflexión y el análisis de manera constante, de tal forma que nos familiaricemos con esas ideas.

### **Importancia de una ética correcta**

En clases anteriores, se estuvo hablando de mantener una ética correcta y por eso se expusieron las 10 acciones negativas a evitar. La ética correcta es la base para avanzar en el camino, para dirigir correctamente todas nuestras acciones. Mantener la ética correcta es como una joya que embellece a todos, no como una joya ordinaria que puede quedar mejor o peor a los seres, pero mantener una ética correcta embellece a cualquiera que la lleve independientemente de su cuerpo.

### **Continuación de la exposición de las 10 acciones negativas**

Esta lista no abarca todas las negatividades que hemos de evitar, pero estas, seamos creyentes o no hay que evitarlas. Las tres acciones negativas de la mente son la codicia, la malicia y las visiones erróneas. La malicia es la mente que desea dañar a los demás, por eso la malicia va en contra de lo que la filosofía budista enfatiza. La codicia es la mente que continuamente desea más y más. Las visiones erróneas se refieren a negar algo que existe como por ejemplo negar activamente la existencia de vidas futuras o pasadas. Mantener una ética correcta conlleva abstenerse de estas diez acciones negativas.

Maitreya describe estas diez acciones negativas diciendo que cuando las realizamos es entrar en el camino que conduce al sufrimiento. Cuando evitamos cometerlas es el camino que conduce al bienestar. Tu eliges que camino tomar. A esas 10 acciones podríamos agregar otras como aquellas acciones que distancian o dividen. Maitreya también nos dice que las acciones negativas nos llevan a renacimientos desafortunados. Dependiendo de la gravedad de negatividad en las acciones negativas nos llevarán a un renacimiento infernal, como espíritu hambriento o como animal.

### **Controlar la mente**

Para poder mantener una ética correcta hace falta controlar la mente, si mantenemos una ética correcta y realizamos oraciones puras para un buen renacimiento, entonces estaremos creando las causas para un perfecto renacimiento humano. Si nuestra oración es para un renacimiento como dios, al guardar una ética correcta estaríamos creando las causas para tal renacimiento. Pero si mantenemos una conducta correcta con la motivación de querer salir del Samsara, estaremos creando las causas para la liberación.

Igualmente podemos ir más allá, siendo conscientes de que al igual que tú, los otros sufren y generas ese deseo de que los seres se liberen del Samsara, entonces con tu practica de la ética correcta, estarás creando las causas para la iluminación.

### **Trabajando retomando el control**

Nuestra situación presente es que las emociones aflictivas tienen el mando, nos dominan, pues aunque conscientemente no queramos actuar negativas, esos engaños nos impulsan a realizar acciones negativas, por ello, seguimos en Samsara. ¿Cómo podemos trabajar sobre esta realidad de estar controlados por las emociones aflictivas? Por ejemplo, si hemos pronunciado unas palabras hirientes, si en vez de alegrarnos, reconocemos que estuvo mal y que no debía haberlo dicho, siendo consciente de que no estuvo bien, generando arrepentimiento, de esta forma, la negatividad disminuirá. Si nos alegramos por la negatividad, lo que estamos es fortaleciendo esa tendencia y volver a repetirla se dará con más facilidad.

Si además aplicamos los 4 poderes oponentes, entonces empezaremos a corregir las tendencias de esos errores cometidos.

Quiero compartir la experiencia de una persona que conocí, esa persona no era budista, era un chef en un restaurante lujoso. Un día tomo vacaciones y fue a Nepal, allí coincidió con el curso de Kopan en noviembre. En el curso se mencionaron las acciones negativas y la primera de ellas es el matar, escuchar eso le impactó profundamente de tal forma que al volver a su país, dejó el trabajo. Le ofrecieron trabajo en investigación, pero eso conllevaba experimentar con animales y aunque consiguió el trabajo que tanto necesitaba no lo tenía claro y por eso consultó con Gueshela quién le dijo que a fin de cuentas era una decisión que tenía que tomar personalmente. Finalmente decidió no tomar ese puesto de trabajo, finalmente consiguió un puesto de profesor. Cuando uno entiende algo, hay que aplicarlo, aunque no sea fácil o el beneficio en el momento.

Llevamos varias clases hablando sobre la importancia de una ética correcta y esto es para que nos demos cuenta de la importancia de aplicarla en nuestra vida.