

Lama Michel Rimpoche Almería 2009

Hay cuatro tipos de pereza: el primero es la pereza de no hacer algo por indolencia, sabemos que nos viene bien pero somos vagos y no lo hacemos. Esta es la pereza que conocemos normalmente. Hace mucho calor, para hacer ahora la practica o hace mucho frío, buscamos alguna razón para no practicar.

La segunda forma de pereza es cuando reconocemos que meditar es muy importante para nosotros, pero no ahora, después. Y esto quiere decir mañana, pasado mañana y así sucesivamente. Esta es la segunda clase de pereza, tenemos todas las condiciones para hacerlo pero lo vamos posponiendo para después.

La tercera forma de pereza es cuando dejamos de hacer algo que es muy importante para nosotros porque tenemos que hacer otra cosa. Se dice, hacer algo inútil para no hacer algo útil. Por ejemplo, tengo que ver esta película tan bonita por eso no puedo practicar. Hoy tengo que asistir a las enseñanzas pero no puedo porque tengo que limpiar la casa. Puedo limpiar la casa en muchos momentos, no es que tenga que ser hoy. Una vez cuando estaba en el monasterio, quería hacer una práctica todos los días, hacía la versión corta y quería hacer la versión larga de la sadana. Durante la semana, el tiempo verdaderamente era poco porque tenía que hacer la sesión de debate, las lecciones y todo lo demás, por eso no era posible y me dije: muy bien, el martes que es mi día libre, voy a hacer la sadana larga. Al despertar la mañana del martes me dije: "Ah, tengo que hacer la sadana hoy". Primero me voy a lavar y después, "ah, la habitación está un poco sucia, tengo que limpiarla", podría limpiar otro día, pero no lo voy a hacer ahora. Después, tengo que hacerme el desayuno y limpiar la cocina, también es necesario organizar y limpiar esto me digo. Podría hacerlo otro día; pero no, voy a limpiar la cocina ahora. Cuando termino de limpiar la cocina es hora de hacer el almuerzo. Comienzo a cocinar, "después del almuerzo haré la práctica". Después de comer con el calor que hace en el sur de India en julio hay que dormir la siesta. Al final del día, con una cosa después de la otra no hice la práctica. Hacer cosas inútiles para no hacer algo útil. Esto no quiere decir que no se deba limpiar y todo esto pero es posible hacerlo en otro momento, no es una disculpa para no hacer la práctica, es una forma de pereza.

La última forma de pereza es la más peligrosa en la práctica del Dharma, es cuando decimos: "Si, me gustaría mucho poder practicar el Dharma, desarrollar la bodichita, pero yo no soy capaz". "No puedo, soy muy inferior". Cuando decimos no soy capaz es porque tenemos pereza. En la práctica del Dharma, nunca debemos poner esta disculpa. Claro que puedo decir que yo no soy capaz de meditar en la vacuidad durante dos horas sin perder la concentración, pero si quiero lograrlo, tengo que empezar ahora a meditar para conseguir concentración,

puedo empezar a comprender la vacuidad, hacer muchas cosas. Nunca debemos tener esa disculpa de no poder por no ser capaces. Todos nosotros tenemos el mismo potencial para alcanzar la iluminación. El mismo que tenía Buda, Lama Tsong Khapa, Milarepa, todos los grandes practicantes. Nosotros tenemos el mismo potencial. No podemos decir que no soy capaz. Tengo que hacerlo de una forma gradual pero soy capaz, soy potencialmente un Buda.