

Espacio es todo lo que necesitamos

Lama Gangchen Rinpoche

Breve compendio de enseñanzas sobre el espacio impartidas por Lama
Gangchen Rinpoche en Málaga y Madrid entre 1993 y 1994

Aprendamos a utilizar el espacio

Cuando estáis demasiado cansados, demasiado contaminados, digamos, y salís a un espacio abierto como un parque, eso os da una sensación de frescura, de alguna manera os beneficiáis de la cualidad del espacio. Pero los yoguis pueden estar siempre sentados en una habitación y experimentan el espacio sin necesidad de ir a ningún lado, porque saben utilizar el espacio interior.

En el mundo en que vivimos hay bosques, selvas, agua, grandes fuegos, parques enormes y si investigáis, os daréis cuenta de que cada persona tiene en sí su *samsara* personal, los cinco elementos que hay en el exterior están también en cada uno de nosotros: espacio, fuego, viento, tierra, agua. Examinando vuestro cuerpo de arriba abajo podréis reconocer todos estos componentes. Si no llegamos a reconocerlos, sin darnos cuenta vamos a tener más contaminación. Y de la misma forma que en la sociedad moderna suena una alarma cuando hay algún peligro, alguna situación límite, nuestro cuerpo tiene su alarma en forma de dolor. Cuando algo nos duele, ese dolor es un mensaje para que prestemos atención a esa zona del cuerpo.

Este reconocer los elementos supone reconocer el inmenso espacio que hay en nuestro interior. Los cinco elementos están presentes en todo nuestro cuerpo y en los cinco chakras principales, pero hay una relación preponderante entre cada uno de los chakras y un elemento concreto. El chakra de la coronilla está asociado con el elemento espacio. Ahí hay mucho más espacio que todo el que podamos observar en el exterior. Es algo difícil de creer, pero lo cierto es que los cinco elementos están en nuestro organismo y, considerándolos en un plano absoluto, están presentes en cantidades inimaginables.

En este plano absoluto, el espacio se denomina *sunyata*. Yo prefiero llamarlo espacio absoluto para que se comprenda con la mentalidad actual. Hoy día tenéis más capacidad para comprender fácilmente los conceptos. En los tiempos antiguos, este tipo de comprensión abundaba mucho menos, pero era más fácil lograr realizaciones; ahora ocurre lo contrario; se comprende todo mejor, pero es más difícil obtener realizaciones.

Así pues, en nuestro interior hay muchísimo más espacio que todo el espacio exterior que podamos imaginar. Pero no lo utilizamos porque está muy bloqueado. Solo usamos una porción minúscula. Lo usamos de forma errónea.

Todas las enseñanzas del Buda giran en torno al espacio, al concepto de espacio, sunyata. Se puede entender de forma absoluta o de forma relativa, pero, en cualquier caso, repito: si creáis un espacio interior lo suficientemente grande, tanto en vuestro cuerpo físico como en vuestra mente, si abris ese espacio, los sufrimientos pierden su importancia, no son nada dentro de ese espacio. Por ejemplo, si sufres una inquietud enorme, esta se convierte en nada si estás sintiendo ese espacio inmenso. Si no lo sientes en tu interior, entonces sí aparecen los problemas, es cuando uno se siente constreñido, presionado.

Por tanto, es necesario desbloquear el espacio y purificarlo, en los planos relativo y absoluto. Si no, crea muchos problemas. Por eso, en la práctica de Autocuración, lo purificamos con *shuddhe shuddhe soha* («puro, puro, así sea») y lo desbloqueamos con el mudra del loto. Con este mudra se trata de masajear los nudos de nuestros chakras para ir distendiendo estas opresiones, para crear positividad al abrir el espacio. Así que, por favor, rápida o lentamente, dependiendo de vuestras mentes, id creando este tipo de condiciones.

Mejor que tener o pedir paciencia sería hacer espacio, abrir espacio.

En general pasamos la vida corriendo de un lado para otro sin saber muy bien por qué, sencillamente actuamos por mimetismo, como una fotocopia. Europa actúa como una fotocopia de Estados Unidos, del modo de vida norteamericano. Si uno tiene un camino correcto en su vida, no tiene mucho sentido estar copiando otro modelo. En Estados Unidos hay muchos dólares, es cierto, pero también hay muchos problemas. Recuerdo que las diversas veces que he estado en Nueva York, sin razón alguna me he puesto nervioso, estaba inquieto. El linaje del nerviosismo viene de allí y eso no nos interesa para nada. España es un país muy hermoso y con una cultura muy rica, no necesita este linaje del nerviosismo. No es necesario correr de un lado a otro, hay que saber usar el espacio interior.

Cuando somos capaces de emplear por completo el espacio que hay en nuestra mente, eso es lo que se llama Iluminación.

La persona que sabe usar todo el espacio interior es «aquel que todo lo conoce, un buddha», un ser iluminado.

Espacio y karma

La cualidad del espacio es la vacuidad. Cuando trazamos líneas en un papel, esa cualidad es la que permite que las líneas se manifiesten de una forma concreta, que vaya formándose algo que ya no es el papel mismo. En la vida ocurre algo parecido: vamos formando un dibujo con todo lo que hacemos, y ese dibujo es el resultado final.

La cualidad del espacio es también como la de un espejo. Aunque sea muy pequeño puede reflejar a una persona entera o más. Este espejito que tengo aquí incluye a todas las personas que hay en la sala. Sucede lo mismo con la fotografía, una de pequeñas dimensiones que puede incluir a miles de personas.

Otra forma de explicarlo es que la cualidad del espacio es como la de los ordenadores. Estos son capaces de almacenar cantidades ingentes de información. De la misma forma, desde que nacemos, todo lo que hacemos con el cuerpo, la palabra, la mente, las cualidades y las acciones, cada uno de estos movimientos, se va grabando en nuestro espacio, en el disco del ordenador de nuestra persona, por así decir. Todo queda allí registrado y, de alguna manera, sale al exterior en forma de resultado. Tal como la impresora saca fuera lo que hay en el disco de un ordenador, así lo que hayamos ido grabando a lo largo de la vida saldrá al exterior, aparecerá en nuestras experiencias.

Tarde o temprano saldrá todo lo negativo que hayamos hecho, no tiene nada que ver con los demás, las experiencias que tenemos en la vida están relacionadas con lo que hayamos grabado en el pasado, esto es lo único que se manifiesta. En el budismo y en el hinduismo esto se llama karma. La gente puede pensar que es un término religioso, algo que puede producir miedo, pero no es así. El karma es el resultado de las acciones que hemos hecho. Todo lo que hacemos nos pasa factura y hay que pagarla.

¿Cómo es posible cambiar esta información? Una de las formas es lo que podemos llamar la purificación. Si mirando hacia atrás reconocemos errores cometidos, actitudes y acciones erróneas, cosas que hicimos por ignorancia y de las que ahora nos damos cuenta, este reconocimiento inicia un cambio. Es posible aligerar la factura de lo que debemos por las acciones cometidas en esta vida. O también en vidas pasadas. Por ejemplo, si uno tiene una tendencia muy pertinaz y reiterada al enfado, una reacción que siempre repite dejándose llevar por el fuego, siempre y cuando surja el pensamiento, el deseo de cambiar, aparecerán nuevas condiciones externas que lo harán posible. Así, después de haberlo reconocido en esas nuevas condiciones, se puede iniciar un cambio.

Yo quiero promover un linaje dedicado a la paz, el linaje de la paz interior. En el disco interno de la mente de muchos lamas se han ido grabando durante muchísimas vidas conceptos y experiencias de paz, estabilidad, amor, compasión, generosidad, etc. Todo esto quiero transmitirlo de mente a mente, de ordenador a ordenador, como si dijéramos. Es información energética la que quiero que establezcamos, esto es lo más importante que podemos traspasarnos. Soy una persona del siglo X, un pequeño lama que quiere compartir esto con vosotros. En Tíbet aún hay personas que viven como en el siglo VII, pero saben usar el ordenador de la mente. Y esto es lo que debemos aprender.

Este texto solo puede ser reproducido por propósitos personales (no comerciales) de práctica y estudio del Dharma.