



Despertar y Sanación (carta 11)

De ahora en adelante

Querido amigo,

El momento ha llegado para darle una estructura al “Libro azul” como lo llamo. De ahora en adelante, voy a hacer todo lo posible para escribir un artículo cada semana acerca de un punto clave de la práctica espiritual. Para darles una estructura y una base confiable a esos artículos, voy a seguir los textos de referencia de la tradición budista e intentar expresar estas enseñanzas comprobadas y dignas de confianza en términos fáciles de entender. Entre otros textos, me voy a inspirar bastante del “Precioso ornamento de la liberación”, un texto tradicional de la escuela Kagyu del budismo tibetano escrito por Gampopa, al que añadiré citas de Buda Shakyamuni y de otros maestros. El “Precioso ornamento” proporciona una buena estructura y es muy respetado como libro de referencia, sin embargo a veces no es muy bien comprendido por lectores de hoy en día. Será entonces un buen ejercicio explicar sus enseñanzas a un público contemporáneo.

Será algo muy alegre escribir y solo lo haré cuando sienta esta alegría. Considero que escribir forma parte de mi práctica, de la misma manera que Gendun Rimpoché consideraba que traducir los textos antiguos era una potente faceta de nuestra práctica. En realidad, no hay una actividad que no pueda ser considerada como nuestra practica.

Esta misma carta que titulo “de ahora en adelante” marca en mi vida el momento en el cual tomé la decisión definitiva de escribir este “Libro azul”. Voy a comunicar mi comprensión de estas enseñanzas antiguas muy útiles para nuestro mundo contemporáneo. No existe ningún plan pre-establecido para este libro; se revelará por sí mismo, de eso tengo plena confianza. Será un viaje en el cual involucraré profundamente todo mi ser, uniendo la reflexión y la meditación profunda con la expresión activa. La fuerza motriz de este trabajo es el deseo de contribuir a la Sanación de este planeta. Mucha gente hace lo mismo simultáneamente en todo el planeta y haciéndolo, el “dharma único” que realmente alienta la Sanación podrá manifestarse.

La sanación completa significa el despertar; es “despertarse a la sensatez, a ser alguien totalmente integro, en armonía, una persona fluida y con compasión, que actúa de una

forma sana". Así entiendo el proceso que nos lleva hacia esta apertura, libertad y entendimiento que impregnan todo y que llamamos budeidad. No tenemos la experiencia directa para saber cómo es un Buda realmente, pero a los seres despiertos se les describe como totalmente libres de cualquier oscurecimiento y de cualquier sentimiento u opinión que pueda cerrar el corazón o estrechar la mente. Se describe su realización como la unión inseparable del amor y de la sabiduría, siendo ellos completamente conscientes, libres de cualquier obsesión, viviendo más allá del miedo y de la esperanza en una presencia abierta y fluida. Eso es lo que llamaría sanación completa; no existe ninguna sanación más profunda.

La inspiración de escribir este Libro Azul me nació con una experiencia extraña hace 25 años, durante nuestra luna de miel en California. Ocurrió mientras estaba sentado en la cima de una pequeña montaña mirando al Océano Pacífico después de una semana de haber vivido en plena naturaleza. Había estado meditando y conectándome con las inspiraciones más profundas de mi vida. Cosas maravillosas ya habían ocurrido durante esta semana como el largo y silencioso encuentro con un venado blanco. En este último día antes de regresar a la civilización, mi esposa y yo habíamos acordado encontrarnos sobre esta montaña. En meditación me conecté con el profundo deseo de conocer claramente el propósito de mi vida. Entonces una especie de visión o una fuerte intuición ocurrió: desde el cielo azul recibí un libro azul con un resplandor dorado. Nadie me lo estaba dando y no contenía nada. No era un libro para leer sino un libro que supuestamente tenía que escribir. Una voz interna me dijo claramente que iba a ser un libro que hablara de sanación. Me quedé bastante abrumado y también profundamente inspirado por un sentimiento de autenticidad.

Durante todos estos años, no mencioné esta experiencia a nadie y casi la había olvidado. Simplemente seguí con mi práctica espiritual y me entrené en la tradición budista tibetana, traduciendo una buena cantidad de textos. Sin embargo nunca volvería a escribir nada por mi cuenta y me apegué sencillamente a los escritos de los maestros del pasado. Recientemente, cuando esta inspiración de años atrás volvió a surgir, decidí llamar a este sitio web "Despertar y Sanación" y le di un color azul que es también el color del Buda de la Medicina, que se suele representar azul con un resplandor dorado incluyendo todos los colores del arco-iris.

Espero que esta pequeña explicación les ayude a entender el propósito de este Libro Azul. Varios aspectos de mi vida se van a unir en este trabajo de escritura: el entusiasmo para la sanación profunda, el amor por la gente, la veneración y el agradecimiento hacia la tradición budista así como la profunda apreciación de las otras tradiciones (de la cuales, claro, conozco mucho menos). Será un proceso de sanación para mí y tengo confianza que también estimulará la sanación en los demás. Con una pequeña sonrisa, debo decir que simplemente no hay elección; lo tengo que hacer. ¡Y ustedes son libres de leerlo o no!

Mi educación protestante me hace recordar unas palabras de Martin Luther cuando lo interrogaron en el tribunal. Dijo algo como "Aquí estoy y no puede ser de otra forma. ¡Que Dios me ayude!". Mi versión sería: "Aquí estoy sentado y es algo que tengo que hacer. ¡Que

los Budas sean pacientes y me ayuden!”. Lo digo de broma, ya que en nuestros días ya no existe la inquisición y a los Seres Despiertos no les falta ni el entendimiento ni la paciencia. Sin embargo, que echen una ojeada sobre mi y otorguen sus bendiciones a este trabajo. ¡Que el escribir y compartir este libro no contribuya al aumento de la confusión sino a la verdadera sanación y al despertar!

Con mis mejores deseos para un día maravilloso,

Tilman Lhundrup