

Vivir el camino

Instrucción 2: Refugio y bodichita

Segunda sesión – Servicio

Servicio (o karma yoga)

- Con el deseo de detener el sufrimiento que es sin principio y que podría no tener fin, tomar un tiempo para generar una fuerte determinación de lograr el completo despertar para beneficio de todos.

A continuación, con esta mente de bodichita, hacer algo práctico para poner fin al sufrimiento inmediato de alguien, con la aspiración silenciosa: «Que esta pequeña acción hecha para aliviar tu sufrimiento temporal sirva para que en un futuro pueda poner fin para siempre a todo tu sufrimiento».