

Vivir el camino

Módulo 8: El secreto de la mente

Primera y Segunda sesión – Servicio

Servicio (o karma yoga)

- Manteniendo *in mente* que abstenerse de dañar a los demás ayuda a que *otros* no se vean forzados por el karma a devolvernos el daño en el futuro, escoger una de las diez acciones no virtuosas que perjudica a los demás y abstenerse de realizarla, para *su* beneficio a largo plazo.

Para inspirarnos, podemos repasar la lista de las diez acciones no virtuosas y sus resultados (*Apéndice 1*, pág. 43).

«Refirámoslo a los demás. ¿Por qué digo a los demás? Si no abandonamos dicho daño, será la causa de que otros nos dañen a nosotros durante cientos de miles de vidas. Debemos pensar en lo que significa que es la causa de que otros nos devuelvan el daño, pues se trata de algo importante a comprender: causa que otros nos hieran durante cientos de miles de vidas. Y así, estamos provocando que otros creen causas para el sufrimiento. Por lo que evitar aunque sea un solo acto dañino realizado con el cuerpo, la palabra o la mente, se convierte en una paz increíble para otros seres.»

Lama Zopa Rimpoché