

## Trabajando con la duda

por Zopa Herron

Quiero compartir un excelente entendimiento profundo que obtuve durante el retiro de Tara Blanca. La semana pasada, repentinamente, durante una sesión estaba completamente agobiada por la DUDA –era como una gran ola. Al final le pude poner un nombre y la reconocí, sin embargo, llenaba mi mente. Recordé una indicación de Gueshe Kalsang Damdul, “Cuando los kleshas aparezcan, simplemente deja que bailen frente a ti. No te involucres, tan solo déjalos bailar”. Así es que decidí relajarme un poco y dejar que la DUDA dijera lo que se quisiera, y no paraba de hablar del tantra. De que era algo supersticioso, solo cultura tibetana, no científico, no verdadero, fabricado, demasiado difícil, innecesario, etc., etc.... fue un discurso bastante largo. Y yo escuché, pero no lo creí.

Fue como escuchar un alegato de clausura de una de las partes de un juicio, y luego esperar para oír a la otra parte. Entonces, cuando esa “voz de la duda” se callaba, surgía una pregunta clara: ¿Por qué estoy haciendo esta práctica? No tengo que hacerlo... puedo detenerme, puedo hacer algo más”. Y aparecía la respuesta, “Los mejores seres humanos que he conocido en 63 años, que viven de acuerdo con los valores que aprecio, todos recomiendan este camino. Todos ellos practican este camino: Su Santidad el Dalai Lama, mis propios maestros y todos los maravillosos lamas y gueshes practican este camino”.

Y eso fue todo –la duda simplemente se desvaneció. Y luego, sin que lo hiciera conscientemente, me descubrí pensando en Lama Yeshe y empecé a releer *Introducción al Tantra*. Es increíble. Parecía completamente nuevo. Esta duda me empujó a buscar al Lama.

Que maravilla. Me he sentido muy feliz escuchando al Lama a lo largo del libro. Verdaderamente feliz. Estoy agradecida por esta maravillosa oportunidad que me da el retiro de mirar a la mente y experimentar su transformación.