

LA FELICIDAD

La felicidad no se encuentra con mucho esfuerzo y voluntad,
sino que reside ahí, muy cerca, en el sosiego y el abandono.
No te inquietes, no hay nada que hacer.

Todo lo que se eleva en la mente no tiene ninguna importancia,
porque no tiene ninguna realidad.
No te apegues pues, no juzgues, no te juzgues.
Deja que el juego de las apariencias se desarrolle por si mismo,
se eleve y caiga, sin cambiar nada,
pues todo se desvanece y empieza de nuevo sin cesar.

Solamente la búsqueda de la felicidad es lo que nos impide verla.
Es como el arcoiris que uno persigue sin jamás alcanzarlo,
porque no existe,
aunque siempre esté ahí y te acompañe en todo instante.
No creas en la realidad de las cosas, buenas o malas,
son como el arcoiris.

Al querer atrapar lo inasible uno se agota en vano,
pero cuando se abandona este propósito, el espacio está ahí,
abierto, hospitalario y confortable.
Entonces, aprovéchalo.

Todo está ya en ti. No busques más.
No vayas a buscar en la jungla inextricable
al elefante que está tranquilamente en casa.
Nada que hacer...nada que forzar...nada que querer...,
y todo se hace completamente sólo.

Lama Guendun Rimpoché

