

El corazón tierno del guerrero

POR CHÖGYAM TRUNGPA RINPOCHE

El fundamento de la valentía dice Chögyam Trungpa Rinpoche, es renunciar a la dureza de corazón y permitirnos ser tiernos, tristes y estar completamente presentes.

El fundamento de la valentía, la base para vencer la duda y las creencias erróneas es el desarrollo de la renuncia. Renunciar aquí significa superar esa mentalidad muy dura, resistente y agresiva que evita que en nuestros corazones pueda anidar cualquier tipo de dulzura. El miedo no permite que la ternura básica entre en nosotros. Cuando la ternura teñida por la tristeza toca nuestro corazón, sabemos que estamos en contacto con la realidad. Lo sentimos. Ese contacto es genuino, fresco y bastante tosco. Esa sensibilidad es la experiencia básica del guerrero y es la clave para desarrollar una renuncia sin miedo.

A veces las personas encuentran que ser tierno y rústico es amenazante y aparentemente agotador. La apertura parece exigente y consume mucha energía, por lo que prefieren ocultar su corazón tierno. La vulnerabilidad a veces puede ponerte nervioso. Es tan incómodo sentirse real, que deseas anestesiarte. Buscas algún tipo de anestesia, cualquier cosa que te proporcione entretenimiento. Entonces puedes olvidar la incomodidad de la realidad. La gente no quiere vivir con su rusticidad básica por más de quince minutos. Cuando las personas dicen que están aburridas, a menudo quieren decir que no desean experimentar la sensación de vacío, que también es una expresión de apertura y vulnerabilidad. Así que cogen el periódico o leen cualquier otra cosa que esté por ahí, incluso lo que dice en una caja de cereal para entretenerse. La búsqueda de entretenimiento para cuidar su aburrimiento pronto se legitima como pereza. Tal pereza en realidad implica mucho esfuerzo. Tienes que mantener constantemente cosas en que ocuparte; superas tu aburrimiento siendo indulgente con la pereza.

Para el guerrero, la valentía es lo opuesto a ese enfoque. La intrepidez es una cuestión de aprender a ser. Esté allí todo el tiempo: ese es el mensaje. Eso es bastante desafiante en lo que llamamos el mundo del sol poniente, el mundo de la comodidad neurótica, donde usamos todo para llenar el espacio. Por otro lado, si estamos en contacto con la bondad fundamental,

siempre nos relacionamos directamente con el mundo, sin elección, sea que la energía de la situación exija una respuesta destructiva o constructiva. La idea de la renuncia es relacionarse con lo que surge con un sentimiento de tristeza y ternura. Rechazamos la mentalidad agresiva y dura de los luchadores callejeros. Los trastornos neuróticos creados por las emociones en conflicto, o los kleshas, surgen de la ignorancia o avidya. Esta es la ignorancia fundamental que subyace a toda actividad orientada al ego. La ignorancia es muy dura y está dispuesta a seguir con su propia versión de las cosas. Por lo tanto, se siente muy justa. Superar eso es la esencia de la renuncia: no tenemos límites duros.

Guerrero es tan tierno, sin piel, sin tejido, desnudo y tosco. Es suave y dulce. Has renunciado a ponerte una nueva armadura. Has renunciado a tener una piel gruesa y dura. Estás dispuesto a exponer desnudos carne, hueso y médula al mundo.

Adaptado de Smile at Fear: Awakening the True Heart of Bravery, por Chogyam Trungpa. Copyright 2009 by Diana J, Mukpo. Extraído con permiso de Shambhala Publications.