

Comentarios del Venerable Maestro Thich Nhat Hanh sobre Los Catorce Entrenamientos de la Plena Consciencia.

OCTAVO ENTRENAMIENTO – COMUNIDAD Y COMUNICACIÓN

Conscientes de que la falta de comunicación siempre trae desunión y sufrimiento, nos comprometemos a entrenarnos en la práctica de escuchar con compasión y hablar con amor. Aprenderemos a escuchar profundamente sin juzgar o reaccionar y nos abstendremos de pronunciar palabras que puedan provocar discordia o división en la comunidad. Haremos todo lo posible para mantener las comunicaciones abiertas, así como para reconciliar y solucionar todos los conflictos, por pequeños que sean.

Comentario:

El Octavo y Noveno Entrenamientos tratan del hablar. La esencia del Octavo es la concordia. La vida en comunidad sólo es posible si hay armonía. El Buda prescribió las Seis Concordias, seis principios de la vida comunitaria: vivir juntos en un mismo lugar, compartir los recursos materiales, observar los mismos entrenamientos de la Plena Consciencia, practicar juntos y compartir la comprensión del Dharma, reconciliar los diferentes puntos de vista, y practicar el lenguaje amoroso para evitar disputas. Estas Seis Concordias han sido practicadas por las comunidades budistas desde los tiempos de Buda y siguen siendo importantes. A pesar de que el Octavo Entrenamiento trata del habla, se relaciona también, y en forma directa, con las Seis Concordias. Cuando las primeras cinco concordias son practicadas, es sencillo observar el habla amorosa. Cuando hay una buena comunicación en relación a las ideas e intereses, es difícil que ocurran disputas.

El habla amorosa nace de la comprensión y la paciencia. Practicando el Sexto Entrenamiento de la Plena Consciencia nos damos cuenta de que el recriminar no nos ayuda. Sólo la comprensión y el amor pueden traer transformación. La reconciliación es un arte que requiere de nosotros que comprendamos ambos lados del conflicto. No solamente esos dos lados tienen su parte de responsabilidad, también nosotros, que no estamos en el conflicto, llevamos cierta responsabilidad. Si viviésemos en Plena Consciencia, habríamos visto las tempranas fases del conflicto cuando comenzaban a formarse, y podríamos haber ayudado a evitarlo. Reconciliar no es juzgar colocándonos fuera del conflicto. Es asumir cierta responsabilidad por la existencia del conflicto y hacer todos los esfuerzos posibles para comprender el sufrimiento de ambas partes. Luego le podremos comunicar a cada lado el sufrimiento experimentado por el otro, y ofrecer algún tipo de resolución basada en un ideal común a ambas partes. El propósito de la reconciliación no es salvar nuestro pellejo o el puro interés personal, sino realizar la comprensión y la compasión. Para ayudar a reconciliar, nosotros mismos debemos encarnar la comprensión y la compasión. Nuestra consciencia de la necesidad de la reconciliación y de nuestro deber de trabajar por ella nos facultarán a actuar, y el éxito de nuestros esfuerzos dependerá de nuestro grado de comprensión y compasión, no solamente de ambos lados, sino de nosotros mismos también.

Cada verdadera comunidad es una comunidad de concordia. En una comunidad budista, antes de comenzar una actividad como recitar los Entrenamientos de la Plena Consciencia, tomar decisiones, o llevar adelante las ceremonias de Transmisión de los Entrenamientos de la Plena Consciencia, el sanghakarman o maestro de ceremonias siempre comienza preguntando:

“¿Está reunida la comunidad?”

“Sí, la comunidad está reunida.”

“¿Hay armonía en la comunidad?”

“Sí, hay armonía en la comunidad.”

Si esta no fuera la respuesta, la reunión no podría llevarse adelante. Esta práctica, llamada “Proceso del sanghakarman”, fue establecida en la época del Buda y ha sido practicada por las comunidades de monjas y monjes durante los últimos veinticinco siglos.