

# 10 frases para entender el karma



Mucho se menciona la palabra karma en el día a día. En general, se habla del karma cuando nos ocurre algo negativo, entendiéndolo como una especie de venganza de la vida por algo malo que hicimos. Pero en realidad, esta concepción no es tan exacta. Por eso es recomendable que conozcamos algunas frases para entender el karma, es decir, para que compremos mejor su significado.

La palabra karma viene del sánscrito y se entiende básicamente como una fuerza invisible y trascendente que se conforma con cada una de las acciones que realiza una persona. Esa fuerza da origen a una cadena de consecuencias. y representa, fundamentalmente, la ley de causa y efecto.

“Problemas o éxitos, todos son resultados de nuestras propias acciones. El karma. La filosofía de la acción es que nadie es el que da la paz o la felicidad. El karma propio, las propias acciones son responsables de traer la felicidad, el éxito o lo

que sea”.

-Maharishi Mahesh Yogi-

El ser humano es libre y siempre puede elegir cómo actuar. De esa elección dependerá lo que le ocurra en el futuro. No existe la buena o mala suerte, sino las consecuencias de las acciones. Muchas de ellas solo llegan después de un largo tiempo. Veamos algunas frases para entender el karma.

## **Frases para entender el karma cotidiano**

Comencemos con una de esas bellas frases para entender el karma que nos remiten a su significado esencial. Esta frase es de Edwin Hubbel Chapin y dice: “Cada acción de nuestras vidas toca alguna cuerda que vibrará en la eternidad”. Quiere decir que no hay acción, por pequeña que sea, que no tenga un efecto en el tiempo.

Esta otra frase de Eckhart Tolle nos llama a entender una verdad que a veces se nos escapa: vivimos exactamente lo que debemos vivir. Y eso se manifiesta en el día a día. La frase dice: “La vida te dará cada experiencia que sea más útil para la evolución de tu conciencia. ¿Cómo sabrás que es la experiencia que necesitas? Sencillo: es la experiencia que estás teniendo en estos momentos”.

Por su parte, el pensador Robert Louis Stevenson ofrece maravillosas frases para entender el karma cotidiano. Una de ellas señala lo siguiente: “No juzgues cada día por la cosecha que recoges, sino por las semillas que plantas”. En esta afirmación se ve también uno de los aspectos esenciales del karma: se recoge aquello que se siembra.

## **La relación con los demás y el**

# karma

La relación que tenemos con los demás es uno de los aspectos que más se tocan en la ley del karma. Esta frase, por ejemplo, nos recuerda que cada persona que llega a nuestras vidas no lo hace por casualidad. Dice: “Nos conocimos por una razón. O eres una bendición o eres una lección”.

De la misma manera, Elbert Hubbard nos recuerda que nuestros vínculos con los demás, buenos y malos, no dependen del azar. Somos nosotros mismos quienes construimos esos lazos y les damos la forma que tienen. La frase señala: “Despertamos en otros la misma actitud mental que tenemos con ellos”.

Esto se ve complementado con una frase de Wayne Dyer que afirma: “La forma en la que te trata la gente es su karma; cómo les tratas tú es el tuyo”. Esto nos invita a centrarnos en nuestra forma de actuar y no en la de los otros.

Otra de esas bellas frases para entender el karma fue escrita por un maestro budista llamado Ma Jaya Sati Bhagavati. Dice así: “Cuando plantas una semilla de amor, eres tú quien florece”. Es una manera de decir que nos engrandece mucho más el dar que el recibir.

## El karma y la conciencia

Esta es una frase de Vera Nazarian y describe muy bien lo que es el karma. Dice lo siguiente: “El karma no es un motor inviolable del castigo cósmico. Más bien, es una secuencia neutral de actos, resultados y consecuencias”. Esta frase en particular aclara el hecho de que no hay un castigo que venga del cielo por nuestros actos, sino que son esos mismos actos los que dan origen a una cadena de consecuencias positivas o negativas.

Algo similar se plantea en esta frase de Deepak Chopra: “El karma, cuando se entiende correctamente, es solo la mecánica a

través de la cual se manifiesta la conciencia". Se deja claro que es el propio ser humano quien se encarga de generar acciones de castigo para sí mismo. Si se actúa de manera incorrecta no se puede esperar que de ello se derive una dinámica de vida positiva. Un mal lleva a otro mal, así como un bien lleva a otro.

Otra de las características del karma es la eterna repetición. Tiene que ver con el hecho de que la vida nos trae las mismas experiencias difíciles hasta que tengamos conciencia sobre ellas. Esta frase de Ben Okri lo describe muy claramente: "La ley es simple. Cada experiencia se repite o la sufres hasta que la experimentes de manera adecuada y completamente por primera vez".

Las culturas orientales siempre nos ofrecen grandes enseñanzas. La ley del karma no es la excepción. Aunque para algunas sociedades esto tiene unas connotaciones muy profundas, que van mucho más allá de lo expuesto, también a los occidentales nos dan una valiosa guía. Está en nosotros saberla aprovechar.

Fuente: lamenteesmaravillosa.