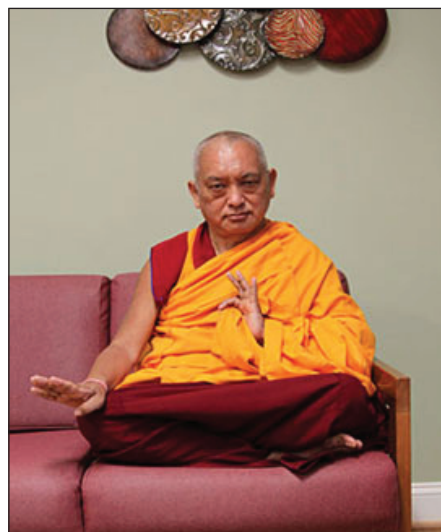




## Noticias de la FPMT · Enero de 2010

### Contenidos

Programa de Rimpoché .....	2
Nuevo consejo de Lama Zopa Rimpoché.....	2
• Los beneficios de hacer la Puja del Guru (Lama Chöpa).....	2
Noticias de la oficina internacional.....	4
• Damos la bienvenida a Sherri Rita .....	4
• Mejoras en la sección de videos de Lama Zopa Rimpoché.....	4
• Servicios Educativos .....	4
- Programas .....	4
- Materiales .....	5
• Para los directores de centro, coordinadores del programa espiritual y maestros.....	6
- Puesta al día de la CPMT 2009 .....	6
Noticias breves de la FPMT .....	6
• Récord de participantes en el curso de noviembre de Kopan y noticias sobre la puja de larga vida ...	6
• El Instituto Tara participa en el Parlamento de las Religiones del Mundo. ....	8
• Su Santidad el Dalai Lama consagra la estatua del Buda de Jade en Sydney, Australia.....	8
• Ling Rimpoché visita los centros de la FPMT en Malasia.....	8
Oportunidades para ofrecer tu servicio a la FPMT .....	9
Impermanencia en el trabajo.....	9



Lama Zopa Rimpoché en el retiro de Una luz en el camino, septiembre 2009. Foto de Vble. Roger Kunsang.

Versión en castellano de las noticias de la FPMT publicadas en <http://www.fpmt.org/enews/2010/fpmt/default.htm>  
Traducción al castellano de Joan Dombón del Servicio de Traducciones de la FPMT Hispana. • Maquetación: Hans Burghardt.  
Piensa en el medio ambiente antes de imprimir este documento.



## Programa de Rimpoché

Para poder encontrar más información sobre el programa de Rimpoché, por favor dirígete a *Rinpoche's Schedule* <<http://www.fpmt.org/teachers/zopa/schedule.asp>>, donde encontrarás la última actualización sobre su programa. Además, esta página te indica cómo contactar con el centro que organiza el evento, y si lo deseas, podrás inscribirte. ¡Hemos realizado algunos cambios en la página web para que te sea más fácil usarla!

### 2010

Del 22 de enero al 7 de febrero.

Iniciación de Guhyasamaya y comentario sobre Lama Chöpa en el *Potowa Center*, Indonesia.

Del 15 al 23 de febrero.

Iniciación de Yamantaka y comentario sobre el Yoga del Guru de Lama Tsong Khapa en el Amitabha Buddhist Centre, Singapur.

Del 3 al 31 de marzo.

Retiro de Hayagriva más secreto en el Tushita Retreat Center en Dharamsala, India.

Del 11 al 14 de junio.

Iniciación de Chenrezig y comentario sobre nyung nä en Kuala Lumpur, Malasia (organizado por Lapis Lazuli Group, aún no disponemos de más información).

Del 18 al 20 de junio.

Iniciación de Yamantaka en el Losang Dragpa Center, Malasia.

---

## Nuevo consejo de Lama Zopa Rimpoché

### Los beneficios de hacer la Puja del Guru (Lama Chöpa)

Sería conveniente que pudieras realizar la Puja del Guru cada día, incluso si no puedes realizar las sadanas de otras deidades como *Chakrasamvara*.

La práctica de la Puja del Guru es muy profunda, genera muchos beneficios extras y nos lleva rápidamente al despertar. Dentro de la Puja del Guru encontramos la oración del camino gradual al despertar (oración del *lam rim*) que incluye tanto la práctica del *lam rim* como la de



*lojong*, la transformación de la actitud. En términos generales, podemos decir que todo el *lam rim*, desde la devoción al maestro hasta alcanzar el despertar, es transformación de la actitud. ¿Cómo podéis alcanzar los logros del camino si no sois capaces de transformar vuestras actitudes en él? Si no transformáis vuestras actitudes, es imposible... La oración del *lam rim* en la Puja del Guru contiene la práctica del *lam rim*, la transformación de la actitud, las seis perfecciones y, finalmente, las etapas de generación y completación del camino tántrico. En la oración hay los versos que nos muestran estos caminos.

Pabongka Dechen Nyingpo menciona que la realización de esta práctica no se ha de convertir en una recitación mecánica de palabras: bla, bla, bla, bla, cómo si fuésemos un tren de alta velocidad. Todo lo contrario, debemos pensar en el significado de las palabras y meditar en él. Es importante reflexionar sobre su significado profundo tanto como nos sea posible. Practicando de este modo, sin duda, dejamos una extraordinaria huella del camino completo hacia el despertar en nuestro continuo mental. De esta manera, nos aseguramos dar sentido a nuestra vida y sacar toda su esencia, lo que implica que definitivamente conseguiremos la felicidad más allá de esta vida y lograremos alcanzar el despertar.

Nuestro objetivo cuando lanzamos una flecha es dar en el blanco, al disparar una pistola es dar al enemigo y al lanzar una bomba queremos destruir nuestro objetivo. De la misma manera, al realizar la Puja del Guru golpeamos en el blanco de forma precisa y eficaz. Pabongka Dechen Nyingpo al decir "Mil aguas son contenidas en la Puja del Guru", probablemente nos está diciendo que al igual que los diferentes ríos, que nacen en las montañas nevadas, desembocan en el océano, asimismo todas las prácticas importantes del sutra y el tantra están incluidas de forma concisa en la Puja del Guru. Por lo tanto, debes intentar integrar todas las prácticas de esta manera. Si realizas la Puja del Guru cada día tu práctica será completa, no le faltará nada.

Debido a que esta práctica es la esencia de las escrituras de la manifestación de Aquel que ha alcanzado el gozo, las bendiciones que recibes no se pueden comparar con ninguna otra práctica, y eso tiene una gran importancia.

Teniendo en cuenta todo lo hemos mencionado, medita en el *lam rim* y practica el camino de tu deidad tántrica. Esto también contiene todas las prácticas preliminares más importantes, la principal de las cuales es la devoción al maestro, que es la raíz que nos permite recibir las bendiciones y la causa para poder alcanzar los logros del camino al despertar.

Lama Zopa Rimpoché dio estas enseñanzas en el *Land of Medicine Buddha*, California, en 2001. Extracto de *Teachings at the Medicine Buddha Retreat*, editado por Ven. Ailsa Cameron y publicado recientemente en *Lama Yeshe Wisdom Archive* <<http://www.lamayeshe.com/index.php?sect=article&id=570>>.

Rimpoché dará el comentario sobre *Lama Chöpa* del 25 de enero al 7 de febrero de 2010, en Indonesia. En los próximos años nos orientará de forma detallada en esta importante práctica. ¡Animamos a los estudiantes a asistir a ellas!



Puedes bajarte los tonos correctos para los cantos de *Lama Chöpa* a través de la página web de la FPMT <<http://onlinelearning.fpmt.org/login/index.php>>.

## Noticias de la oficina internacional

### Damos la bienvenida a Sherri Rita

Estamos muy contentos de poder presentaros a Sherri Rita que se ha unido a nuestro equipo como directora de desarrollo. Sherri coordinará el proyecto de Amigos de la FPMT y dirigirá dos de los proyectos fundamentales para recaudar fondos (“Ofrece un día de trabajo a Rimpoché” y “La caja de méritos”), a la vez que buscará nuevos proyectos para que la misión de la FPMT se convierta en realidad. Cuando lo necesitemos contaremos con su asesoramiento en el ámbito legal, gracias a su experiencia como abogada de los derechos civiles en California y Oregon. Sherri es una estudiante intermitente del *Maitripa College* y apreciamos mucho el entusiasmo que muestra por su nuevo puesto en la FPMT.

### Mejoras en la sección de videos de Lama Zopa Rimpoché

Estarás encantada de ver las mejoras que Adam Payne, nuestro administrador de la web, ha hecho en la sección de videos de Lama Zopa Rimpoché <[http://www.fpmt.org/streaming/rinpoche\\_videos.asp](http://www.fpmt.org/streaming/rinpoche_videos.asp)>. Se han rediseñado la organización de los enlaces de los videos y el funcionamiento del reproductor. Por ejemplo, al abrir el reproductor podemos ver *Previous* y *Next*, que nos permiten desplazarnos por los videos como en una galería de imágenes. ¡A disfrutarlo!

## Servicios Educativos

### Programas

*Descubriendo el budismo*: Al organizar los programas para 2010, por favor recordaros de enviar las fechas de los retiros de DB a los Servicios Educativos. Muchos estudiantes del DB en casa tienen como referencia la página de *DB retreats* de la FPMT <<http://www.fpmt.org/retreat/dbschedule.asp>>. Les permite encontrar un centro que les sea vecino para poder cumplir con los requisitos del programa.

*Vivir el camino* (antes “Una luz en el camino”): Como podéis ver Lama Zopa Rimpoché le ha cambiado el nombre por Vivir el camino (VC), el cual refleja mejor la visión y el propósito del programa. VC incluirá muchos más contenidos además de las enseñanzas de “Una luz en el camino” en *North Carolina*. El primer módulo de VC *online* <<http://onlinelearning.fpmt.org/course/category.php?id=5>> estará disponible en inglés en febrero de 2010.



Te recordamos que puedes descargar todos los videos de las enseñanzas de “Una luz en el camino” <<http://onlinelearning.fpmt.org/login/index.php>>.

*Budismo en pocas palabras*, el libro y las grabaciones para estudiarlo en casa, con Ven . Amy Millar, está en la imprenta y estará disponible en enero.

## **Materiales**

*Heart Advice for Death and Dying* es un comentario de Lama Zopa Rimpoché con grabaciones de audio realizadas por Ven. Sangye Khadro, que ha sido adaptado por *Wisdom Publications* para abarcar un público más amplio. Titulado *Wholesome Fear: Transforming Your Anxiety About Impermanence and Death*, es una introducción impactante y concisa sobre un tema que nos desafía y que debemos afrontar.

Los Servicios Educativos nos ofrecen una nueva lista, revisada y completa, de los materiales publicados y disponibles. La podemos descargar desde la página de la *Foundation Store*. Recomendamos poner la lista en un lugar visible en vuestro centro; tened en cuenta que tiene 46 páginas.

Los tonos del *Lama Chöpa* enseñados por Rimpoché están disponibles para su descarga en la página de *Living in the Path*. Rimpoché guió gentilmente cada tono de la puja durante el retiro de Una luz en el camino, entonándolos algunas veces de forma más lenta, media o rápida. Notad que la grabación no cubre toda la puja, sino que sólo hay uno o dos versos de cada tono. Te invitamos a disfrutar de esas preciosas grabaciones.

El *FPMT Retreat Prayer Book* usado en los retiros de 2009: Mani y “Una luz en el camino” están en la imprenta. En los próximos retiros de Rimpoché se usará este nuevo libro de oraciones de la FPMT, que también se recomienda para vuestros retiros individuales.

Los siete componentes del *FPMT Display Pack* están disponibles en francés para poder ser usados el tablón de anuncios del centro.

Los dos nuevos posters, solicitados por el *Maitreya Instituut Emst*, para la promoción de los cursos de Descubriendo el budismo y el Programa básico están disponibles en la *Members Area*. Te sugerimos colgarlos en el centro el día de puertas abiertas.

Ven. Mindrol realizará un retiro hasta el 15 de abril de 2010, por lo tanto, las solicitudes de material pueden sufrir algún retraso. Por favor, para solicitar materiales escribid a Merry y recibiréis respuesta de Merry, Heather or Kendall.



## Para los directores de centro, coordinadores del programa espiritual y maestros

### Puesta al día de la CPMT 2009

En el CPMT Rimpoché realizó una revisión del verso sobre la práctica de la compasión, el cual ha sido refinado, y puso mucho énfasis en que sea usado en nuestra vida diaria para ser conscientes de nuestras acciones.

La Oficina Internacional usó el verso en la tarjeta de felicitación del periodo navideño. La tarjeta, llena de color, fue diseñada por Kennedy Koh. Si te ha gustado la puedes descargar en formato pdf y usarla en el *Display Pack*. La FPMT-Australia ha convertido el verso en un punto de libro que ha sido distribuido en las enseñanzas de S.S. el Dalai Lama en Sydney.

Más cositas del *Display Pack*: Nos permite reconocer de forma rápida las raíces del centro, grupo de estudio o proyecto de la FPMT. Las personas que nos visitan aprecian tener esta información. Si estás usando el *Display Pack* nos gustaría conocer tu opinión.

---

## Noticias breves de la FPMT

### Récord de participantes en el curso de noviembre de Kopan y noticias sobre la puja de larga vida

Ani Fran nos envía una actualización del Curso de noviembre 2009 y las actividades de Rimpoché:

El 5 de diciembre Rimpoché, a su llegada a Kopan, fue recibido por unos 700 monjes y monjas. También estaban presentes los 240 participantes del Curso de noviembre que establecen un nuevo récord de asistencia. Kopan estaba rebosante de energía.

Este año el Curso de noviembre, debido al gran número de participantes, se realizó en la gompa principal donde los estudiantes disfrutaron de un espacio más amplio.



Rimpoché enseñando en el Curso de noviembre de Kopan 2009.



Puja de laga vida en Kopan, diciembre 2009.

Uno de los días más memorables del curso fue el día de Lama Tsong Khapa, en el que se hizo una excursión a la estupa de *Boudha*. El grupo, formado por estudiantes y personas que se decidieron unirse a ellos, bajaron la colina de Kopan y estuvieron circunvalando la estupa, al mismo tiempo que realizaban extensos ofrecimientos siguiendo las detalladas instrucciones de Rimpoché. La jornada terminó con cada uno de los participantes ofreciendo un lámpara de mantequilla en el lugar más alto de la estupa.

El grupo de estudiantes también patrocinó los ofrecimientos de luces eléctricas, creando una atmósfera muy especial en la estupa. La gente volvió muy conmovida

con la experiencia vivida. Finalmente, todos se unieron a la realización de la puja de Lama Chöpa y la procesión con velas.

El 18 de noviembre fue ofrecida por la FPMT la puja anual de larga vida a Rimpoché. Fue un día maravilloso en el que después de la puja se realizó un picnic y los tradicionales ofrecimientos de *cham*, danzas religiosas, por parte de los monjes del monasterio tántrico. El día terminó con una extensa sesión de cantos en la gompa principal, que permitió que mucha gente conociera a Rimpoché por primera vez. Rimpoché nos dio enseñanzas improvisadas hasta entrada la noche y nos explicó historias sobre su vida y Tíbet. Además, fuimos inspirados por la presencia de Serkong Dorle Chang, la reencarnación de uno de los maestros de Rimpoché.

Durante su estancia Rimpoché presenció el examen de gueshe de cuatro monjes que habían finalizado sus estudios y realizaban el examen de debate. Uno de ellos era Thubten Jinpa, ahora Gueshe Jinpa, que ha sido el asistente de Rimpoché en sus visitas a Asia, y otro de los examinados fue el maestro de canto de Kopan, Losang Sherab. Durante la celebración del *Monlam* que tendrá lugar el próximo marzo, esos gueshes tendrán que desafiar en debate a los gueshes y a los monjes seniors de Kopan, en un evento que promete ser muy excitante.

Rimpoché se reunió con los profesores de la escuela de Kopan y dio largas bendiciones a uno de los monjes más viejos de Kopan, Gueshe Kechok, que tiene 92 años y está muy débil.

El tiempo que disponía Rimpoché lo utilizó para entrevistarse con los participantes del curso, les dio consejos y cambió el rumbo que llevaba la vida de unas cuantas personas. También tuvo tiempo para encontrarse con políticos, benefactores, monjes, monjas y muchas más personas. Nos inspiró en cada momento y no malgastó ningún minuto, nos produjo un gran regocijo ver las actividades despiertas de Rimpoché.



## El Instituto Tara participa en el Parlamento de las Religiones del Mundo.

Adele Hulse nos envió estas noticias:

Melburne acogió el IV Parlamento de las Religiones del Mundo en diciembre del 2009. La lista de ponentes era inmensa y la sesión final del parlamento incluía la participación del S.S. el Dalai Lama como figura central. El *Melbourne Convention Center* tenía un aspecto multicolor, ya que la mayoría de participantes lucían los vestidos tradicionales de sus religiones.

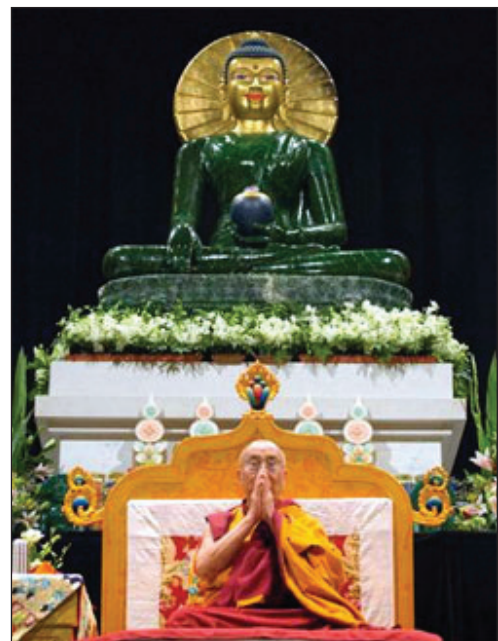
El Ven. Michael Losang Yeshe, Ross Moore y el que escribe estábamos entre los participantes, compartimos parte del tiempo con el Grupo Ecologista Judío de B'nai Brith.

Cuando estábamos en el escenario vimos a Ven. Samdhong Rimpoché que entraba silenciosamente en el auditorio y se sentó en la última fila durante nuestra presentación, que fue acompañada por el espectacular video de la FPMT realizado por David Zinn. Fue una bonita sorpresa y un gran honor que estuviera presente.

## Su Santidad el Dalai Lama consagra la estatua del Buda de Jade en Sydney, Australia.

Nos escribe Ian Green:

El 1 de diciembre de 2009 el sueño de muchas personas se hizo realidad cuando S.S. el Dalai Lama consagró la estatua del Buda de Jade para la paz universal en Sydney. Lama Zopa Rimpoché nos dijo que la estatua debía ser consagrada por Su Santidad, y la oportunidad surgió cuando los organizadores de la visita del Dalai Lama sugirieron que la estatua del Buda de Jade estuviera en el escenario durante las enseñanzas. El Dalai Lama se postró ante él al inicio de cada sesión de enseñanzas.



## Ling Rimpoché visita los centros de la FPMT en Malasia.

Ling Rimpoché, durante su reciente visita a Malasia, aceptó las invitaciones de los centros de la FPMT para visitarlos y dar enseñanzas. En el *Choki Gyaltzen Study Group* en Penang se le pidió que enseñase sobre un tema fascinante: ¿Cómo disfrutar el samsara sin sentirnos culpables?





La coordinadora del grupo, Daniel Yeoh, nos explicó que Rimpoché respondió, de forma clara y precisa, que el samsara no se puede disfrutar.

Daniel nos comentó que Gala Rimpoché, que formaba parte de la sangha que iba con Ling Rimpoché, alabó el trabajo de Lama Zopa Rimpoché y la devoción que mostraban los estudiantes de Malasia. También nos indicó que “todos los altares están preparados de tal manera que cuando entras en el centro, puedes sentir que forma parte de la FPMT o es del linaje de Lama Tsong Khapa. No he visto ninguna deidad mundana cerca o en el altar”.



---

## Oportunidades para ofrecer tu servicio a la FPMT

Si estás interesado puedes ver muchas oportunidades excitantes para ofrecer tu servicio a la FPMT en todo el mundo <<http://www.fpmt.org/resources/jobs.asp>>.

---

## Impermanencia en el trabajo

Este mes no hay ninguna novedad.

---

*Con amor, la Oficina Internacional de la FPMT*