



Noticias de la FPMT · Febrero de 2010

Contenidos

Programa de Rimpoché	2
Nuevo consejo de Lama Zopa Rimpoché.....	2
• Los beneficios de la recitación del mantra del Buda de la Medicina.....	2
• La tortuga del dharma.....	4
Noticias de la oficina internacional.....	4
• La puja de larga vida ofrecida a Su Santidad el Dalai Lama	4
• Acciones ante el terremoto de Haití.....	4
Servicios de educación	5
• Programas.....	5
• Materiales.....	5
Noticias breves de la FPMT	6
• Lluvia de bendiciones en el Root Institute	6
• Impresiones sobre el Curso de noviembre de Kopán 2009	8
Oportunidades para ofrecer tus servicios en la FPMT.....	9
Impermanencia en el trabajo.....	9

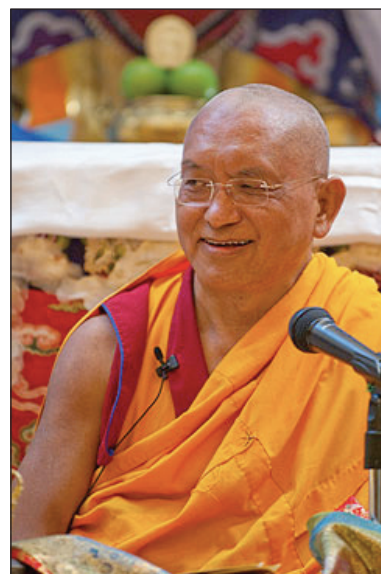


Foto de Marc Sakamoto



Programa de Rimpoché

Si deseas 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. Hace poco que hemos realizado algunos cambios en la página web para que te sea más fácil usarla.

2010

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*).

Del 18 al 20 de junio.

Iniciación de Yamantaka en el *Losang Dragpa Center*, Malasia.

Nuevo consejo de Lama Zopa Rimpoché

Los beneficios de la recitación del mantra del Buda de la Medicina

En la vida cotidiana queremos alcanzar los objetivos que nos planteamos pero para lograrlos nos enfrentamos a numerosas dificultades, recitar el mantra del Buda de la Medicina nos ayuda a alcanzarlos, por lo tanto, es importante recitarlo cada día. Su recitación nos puede ayudar a eliminar todo aquello que no queremos: los problemas, la infelicidad y el sufrimiento; y, en cambio, nos trae el éxito, la felicidad, el crecimiento interior y los logros del camino que practicamos.

El Buda le explicó a su asistente Ananda que incluso los animales que escuchan el mantra del Buda de la Medicina nunca renacerán en los reinos inferiores. Hace poco tiempo, Kyabje



Chöden Rimpoché, un ser con grandes logros y que ha realizado todo el camino hacia el despertar, comentó que si en el momento de la muerte recitas el mantra del Buda de la Medicina renacerás en una tierra pura. Por lo tanto, esto nos indica que el mantra no sólo se recita para curar enfermedades sino que también es usado para beneficiar a las personas y los animales en cualquier momento, tanto si están vivos como en el proceso de la muerte.

Cada día que recitas el mantra del Buda de la Medicina purificas karma negativo y, de este modo, te ayuda a que nunca renazcas en los reinos inferiores, porque si no lo purificas antes de morir renacerás como un ser de los infiernos, un espíritu hambriento o un animal, sufriendo una y otra vez sin ponerle remedio. Por lo tanto, tienes que purificar tu karma negativo lo antes posible. Si en el reino humano no puedes soportar el sufrimiento presente, que al compararlo con el sufrimiento de los reinos inferiores es considerado gozoso y placentero, ¿crees que serás capaz de soportar el sufrimiento intenso de los reinos inferiores que no podemos ni imaginar lo insostenible que es, cuya duración es increíble y es mil millones peor que todos los sufrimientos humanos juntos?

Debido a que la recitación del mantra del Buda de la Medicina te libera de todos estos tipos sufrimientos, es más valioso que cielos repletos de oro, de diamantes, de joyas que satisfacen todos los deseos y de cantidades incontables de euros. El hecho de poseer riqueza material no significa nada porque no puede purificar el karma negativo; pero si la posees, el mero hecho recitar o escuchar una vez el mantra del Buda de la Medicina es mucho más precioso que toda tu riqueza porque te lleva al despertar, dejando una huella del camino gradual al despertar en tu continuo mental que te ayudará a alcanzar los logros del camino y eliminará completamente todos los oscurecimientos burdos y sutiles.

El mantra del Buda de la Medicina te ayuda a liberar a los infinitos seres del samsara de los extensos océanos de sufrimiento, así como llevarlos al despertar. Cuando recites el mantra hazlo con total confianza en el Buda de la Medicina, teniendo en cuenta de que el Buda de la Medicina siempre esta contigo (en tu cabeza, tu corazón, justo delante de ti) para cuidarte y curarte en la forma que sea más conveniente para ti, no hay ni un segundo en el que el Buda de la Medicina no tenga presente o que no este generando compasión hacia ti.

Extraído de *Advice for Daily Practice*. También puedes mirar las *Teachings at the Medicine Buddha Retreat* por Lama Zopa Rimpoché. Los Servicios Educativos de la FPMT han publicado recientemente la práctica del Buda de la medicina más extensa, *Medicine Buddha Wish Granting Sovereign* compuesta por el quinto Dalai Lama y traducido por John Newman.



Espléndida thangka del Buda de la Medicina, en *Land of Medicine Buddha*.



La tortuga del dharma

Durante su visita a Indonesia, Lama Zopa Rimpoché escribió en las diferentes partes del cuerpo de una tortuga que le habían ofrecido estas inspiradoras y divertidas frases:

En el caparazón: OM MANI PADME HUM

En la cabeza: ¿Sabes por qué soy la más feliz del mundo? Porque doy apoyo a todos los seres en la forma que lo necesitan ya sea mediante el Dharma u objetos materiales, pero lo más importante es OM MANI PADME HUM.

En las piernas delanteras: La verdad del camino y la verdad de las cesaciones.

En las piernas traseras: La verdad del sufrimiento y la verdad de las causas.

En la barriga: No quiero que los seres sufran en el samsara. Os doy las gracias porque todos sois muy bondadosos al usar vuestras vidas para comprenderme. Muchas Gracias.

Nos vemos una vez hayamos alcanzado todos el despertar. JA JA JA



Noticias de la oficina internacional

La puja de larga vida ofrecida a Su Santidad el Dalai Lama

Tenemos un motivo muy importante para regocijarnos, durante la Puja de larga vida a S.S. el Dalai Lama que se realizó en Bodhgaya, se hizo un ofrecimiento en nombre de todos los centros y estudiantes de la FPMT. Todos somos conscientes de lo importante que es pedirle a Su Santidad que viva durante muchos años y es por eso que se aconseja a todos los centros de la FPMT a realizar un ofrecimiento anual al *Puja Found.* ¡De todas formas hay muchos centros que hacen el ofrecimiento sin necesidad de recordarles!

Acciones ante el terremoto de Haití

Una vez Rimpoché nos ha dado las oraciones y las prácticas para poder ayudar a las víctimas del terrible terremoto que ha azotado Haití, han sido muchos los estudiantes y amigos de la FPMT que nos han informado que sin perder ni un segundo se han puesto manos a la obra.



Rimpoché ha aconsejado recitar el *Sanghatastra*, los cinco mantras poderosos, especialmente el mantra de Mitrugpa, y hacer la puja del Buda de la Medicina. Estas son sugerencias adicionales al consejo de Rimpoché que indica a los centros y estudiantes como ayudar aquellos sufren las consecuencias del desastre natural.

Servicios de educación

Programas

Descubriendo el budismo (DB): Muchas gracias a aquellos que nos han mandado las fechas de los cursos y retiros de DB. Por favor, cuando los cursos y retiros sean organizados por vuestros centros, mantener las mismas fechas que nos habéis dado. Cómo ya sabéis podéis compartir dicha información con las personas interesadas en la web *Discovering Buddhist retreat and course schedules*.

Vivir el camino (VC): A principios de febrero, en el *Online Learning Center* <<http://onlinelearning.fpmt.org>>, estará disponible en inglés el primer módulo de VC: *motivation for life*. Los módulos de VC, que están basadas en el curso Vivir el camino que Rimpoché dio en *North Carolina (USA)*, al igual que el DB online, será de acceso gratuito para los Amigos de la FPMT (*Dharma supporter*) o mediante la *Foundation Store* con un coste mínimo.

Materiales

Desde hace tiempo Rimpoché está enfatizando los beneficios del mantra de Namguielma, del cual los Servicios Educativos han hecho una tarjeta. Hace poco que Rimpoché ha revisado la tarjeta del mantra de Namguielma y ha hecho algunos cambios en el diseño y la fonética. También observó que dejar la parte de atrás de la tarjeta en blanco era desperdiciar ese espacio, así que ha pedido que sean incluidos los beneficios y las diferentes formas en las que se puede usar. La nueva tarjeta del mantra de Namguielma está disponible en la *Foundation Store* <http://www.fpmt.org/shop/product1.aspx?SID=1&Product_ID=1908&Category_ID=184>

Novedades: La *Medicine Buddha Wish Granting Sovereign*, compuesta por el 5^a Dalai Lama, es la práctica del Buda de la medicina más extensa, que ha sido traducida al inglés por John Newman a petición de Lama Zopa Rimpoché. Ahora podemos jugar a adivinar cual será la siguiente puja que Rimpoché nos propondrá.

En breve: El libro de *FPMT Retreat Prayer Book* estará disponible el 15 de febrero en la *Foundation Store*, manteneros informados de los nuevos productos consultando el apartado de *New Arrivals*. Este libro de oraciones será usado en los próximos retiros de La luz del camino, pero si asististe al retiro del 2009 no es necesario que encargues la nueva versión. Ten en cuenta de que la



versión inglesa sólo se podrá obtener a través de la *Foundation Store* y no será posible obtenerla en el lugar donde se haga el próximo retiro.

En marzo estarán disponibles los dos fantásticos DVD de Descubriendo el budismo con subtítulos en inglés, francés, alemán y castellano. Estos DVD continúan recibiendo fabulosas críticas por todos aquellos que los ven. Por favor, podéis considerar encargar grandes cantidades para su distribución o impresión en vuestras áreas.

Noticias breves de la FPMT

Lluvia de bendiciones en el Root Institute

Ven. Thubten Labdron, director del *Root Institute for Wisdom Culture*, nos ha enviado esta información:

Durante el periodo invernal hemos sido excepcionalmente afortunados de poder organizar el retiro privado de Kyabje Lama Zopa Rimpoché que realizó entre el Curso de noviembre de Kopán y las enseñanzas de Su Santidad el Dalai Lama en Bodhgaya.

Rimpoché asistió a la comida de navidad, que realizamos en el jardín, junto a un gran número de asistentes y de forma inesperada nos dio una charla sobre los beneficios de las ruedas de oraciones, antes de desaparecer en su retiro. Por una vez, estábamos contentos de no ver a Rimpoché y regocijarnos de que estuviese en retiro. Cuando el retiro estaba llegando a su fin llegaron Khadro-la y Dagri Rimpoché, fue entonces el momento en que todas las actividades empezaron.

Día 5 de enero: Fue el primer día de enseñanzas de Su Santidad el Dalai Lama, a las que atendieron miles de tibetanos y extranjeros, a la vez que fue un impresionante encuentro de lamas, incluyendo el Gyalwa Karmapa y el nuevo abad Khensur Rimpoché Jangtse Choj, Lobsang Tenzin, el cual acababa de guiar un retiro de Tara en el *Root*.



Los votos del bodisatva con Rimpoché en el Pico del Buitre 2010. Foto de Vble. Roger Kunsang.



Día 6 de enero: La organización Tibetanos para una sociedad vegetariana organizaron una manifestación con velas, encabezada por Lama Zopa Rimpoché y Richard Gere, desde el emplazamiento de la *Mahabodhi Society* de Sri Lanka, hasta la *Mahabodhi Stupa*. Rimpoché dio una pequeña charla dentro de los jardines de la estupa y guió la circunvalación de miles de tibetanos y no tibetanos alrededor de la *korwa* exterior, orando y portando las velas, al tiempo que se mezclaban con los otros peregrinos que circunvalaban la estupa; la multitud aumentó al unirse los monjes que habían finalizado la última sesión de las oraciones gelugpas. También no nos podemos olvidar el gran número de periodistas que corrían de espaldas para poder fotografiar la cabeza de la manifestación, mientras otras personas intentaban tocar a Richard Gere, todo ello creaba una atmósfera caótica pero al mismo tiempo alegre. En definitiva, fue un gran éxito para el movimiento vegetariano.



Enseñanzas en el Pico del Buitre, 2010. Foto de Vble. Roger Kunsang.

Días 7 y 8 de enero: Durante estos días se hicieron muchísimas actividades, pero destacamos la liberación de pájaros. Después de comer con Rimpoché, Richard Gere y Lama Charok llegaron con jaulas llenas de pájaros que circunvalaron alrededor de la estatua de Maitreya y las estupas. Todo seguido los llevaron a la habitación de Rimpoché para recibir las bendiciones de las reliquias y los mantras, luego volvieron a la carpa para la sesión de la tarde y después... más pájaros.

Día 9 de enero: Las enseñanzas de Su Santidad terminaron con una audiencia con los participantes occidentales que terminó de forma caótica debido a que la multitud se quería hacer fotografías con el Dalai Lama. Mientras que los hombres de seguridad ponían fin al evento, Su Santidad seguía risueño y relajado.

Durante las enseñanzas llegó a Bodhgaya la recién encontrada reencarnación de Ribur Rimpoché, Tenzin Pasang. Lama Zopa Rimpoché junto al Abad de Kopán, los monjes seniors y los estudiantes, le ofrecieron una ceremonia de entronación en la gompa del *Root Institute*. Entre los presentes estaba, el padre y la hermana de Ribur Rimpoché, su asistente el Ven.



Tenchok Tenzin y Oser Rimpoché, así como Richard Gere y Fabrizio Pallotti, ya que ambos habían tenido una relación muy próxima con Ribur Rimpoché. Fue un día muy feliz.

Día 10 de enero: El *Internacional Mahayana Institute* ofreció una comida para los miembros de la sangha, en los jardines del *Root Institute*. Unos 60 miembros de la sangha asistieron junto a nuestros lamas “residentes” y la dakini, Geshe Tsering (el anterior maestro del *Chenrezig Institute* y el actual *Gyurme Lama Umze*) y el hermano de Rimpoché, Ven. Ngawang Samten, que venía de Lawudo.

Día 11 de enero: Con una caravana compuesta por varios jeeps y cinco autobuses, hicimos un maravilloso peregrinaje al Pico del buitro, en Rajgir, junto con todos nuestros lamas y amigos. Khadro-la realizó la ceremonia de los votos del bodhisatva en el pico y cuando llegaron Rimpoché y Dagri Rimpoché, todos juntos cantaron alabanzas al Buda y al surgir dependiente. A continuación, Rimpoché dio una explicación sobre la rueda de la vida y los doce vínculos, finalizando con una enseñanza breve sobre la vacuidad y el surgir dependiente.

Después de las enseñanzas, los lamas recitaron varias oraciones compuestas por Su Santidad el Dalai Lama y Khadro-la cantó una oración sobre la Perfección de la sabiduría: *Ma Sam Jo Me...* Fue un pequeño milagro que todos pudimos caber en el Pico del buitro.

Día 12 de enero: Dagri Rimpoché y Khadro-la dieron una charla en nuestra gompa y por la tarde, en el Proyecto Maitreya, se hizo una puja para consagrar el mandala grande de la prosperidad elaborado con tiras de ropa coloreadas.

Día 13 de enero: Rimpoché partió hacia Vanarasi donde perdió el vuelo para salir de la India pero al día siguiente pudo volar hacia Taiwán.

¡Hemos pasado un tiempo maravilloso! Parece que todo un año ha pasado en un mes.

¡Regocijarnos!

Los maravillosos cantos realizados por Lama Zopa Rimpoché, Dagri Rimpoché y Khadro-la los puedes bajar en mp3 en <<http://www.rootinstitute.com/teachings/index.html>>.

Impresiones sobre el Curso de noviembre de Kopán 2009

El Curso de noviembre de Kopán, en su cuarta década, continúa atrayendo a gente nueva y da una oportunidad a los estudiantes antiguos de revisar sus planteamientos iniciales sobre el Dharma y la FPMT. Ani Fran nos informa y nos da su opinión sobre el éxito del último Curso de noviembre:

En el Curso de noviembre no damos cuestionarios para saber la opinión de los participantes una vez terminado el curso, pero obtenemos una idea sobre la satisfacción de los participantes observando cuantos se marchan antes de terminar, el número de participantes que se quedan para realizar el retiro de siete días y los que vuelven a Kopán para realizar otros cursos.



Este año de los 240 participantes, que supusieron un nuevo récord de asistencia, diez se marcharon antes de terminar, ya que la mayoría de ellos no encontraron lo que esperaban y unos cinco participantes dejaron el curso porque era demasiado para ellos.

En general, los participantes se sintieron muy felices durante el curso y algunos de ellos nos han mandado correos electrónicos explicándonos que el curso les ha sido muy beneficioso y que disfrutaron mucho realizándolo. Creo que el curso fue muy bien.

Unos 80 participantes del curso se quedaron para realizar el retiro de siete días y los 16 participantes del retiro de Vajrasattva, que empieza el 25 de diciembre, han hecho el Curso de noviembre este año o el anterior.

Alrededor del 50% de los participantes del próximo curso de vipassana, que empieza el 30 de enero, provienen del Curso de noviembre del 2009.

En definitiva, creo que ha sido un muy buen curso.

Oportunidades para ofrecer tus servicios en 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

Felicitemos al *Pamtingpa Study Group* en Washington, USA, que se ha constituido como *Pamtingpa Center*.

Ganden Buddhist Meditation Center, Lituania.

Nuevo directora: Zaiga Kazāka.

Muchas gracias a la directora saliente: Sandra Dzilna.

Jamyang Buddhist Center – Londres, *United Kingdom*.

Nuevo coordinador espiritual: Michael Murria.

Muchas gracias a la coordinadora espiritual saliente: Esther Garibay.



Liberation Prison Project.

Nuevo directora: Ven. Thubten Chokyi.

Muchas gracias al director saliente: Harvey Horrocks.

Tara Institute, Australia.

Nuevo coordinador espiritual: Ven. Lozang Rigsal.

Muchas gracias a la coordinadora espiritual saliente: Ven. Carolyn Lawler.

Vajrapani Institute, USA.

Nuevo coordinadora espiritual: Heidi Ohler.

Muchas gracias al coordinador espiritual saliente: Rafael Gandhi.

Con amor: la Oficina Internacional de la FPMT