



## Noticias de la FPMT Octubre de 2009

### PROGRAMA DE RIMPOCHÉ

#### NUEVOS CONSEJOS DE LAMA ZOPA RIMPOCHÉ

- El buen corazón definitivo

#### ALABANZA A LA FPMT

#### NOTICIAS DE LA OFICINA INTERNACIONAL

- ¡Bienvenida Sarah!
- Servicios de Educación
  - Programas
  - Materiales
- Servicios a los centros
- Revista Mandala
- Las últimas noticias desde el centro oftalmológico de Amdo
- Para los directores de centro, coordinadores del programa espiritual y maestros
  - Puesta al día de la CPMT 2009

#### FRAGMENTOS FPMT

- Una luz en el camino- El mejor retiro de siempre
- Los efectos del Buda de Jade
- Los nuevos estudiantes del *Maitripa College*

#### OPORTUNIDADES DE OFRECER TUS SERVICIOS EN LA FPMT

#### IMPERMANENCIA EN EL TRABAJO-CAMBIOS DE LAS RESEÑAS DE LOS CENTROS



Lama Zopa Rinpoche durante el retiro de 'Una luz en el camino', setiembre de 2009. Foto de Sarah Brooks.



## PROGRAMA DE RIMPOCHÉ

Si quieres tener más información a la par que se vaya haciendo accesible, y para conseguir los detalles de cómo contactar con el centro en cuestión y poder registrarte en dichos eventos, por favor dirígete a Rinpoche's schedule. ¡Hemos actualizado recientemente esta página web para que usarla te sea aún más fácil!

2009

18 de Noviembre- 18 de Diciembre.  
Curso anual de Lam-Rim de un mes en el Kopan Monastery, de Katmandú, Nepal.

2010

20 de Enero- 10 de Febrero

En el Potowa Center y el grupo de estudio la bodichita de Lama Serlingpa, en Indonesia.

11 al 24 de Febrero

Amitabha Buddhist Centre, en Singapur.

3 al 31 de Marzo

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



Vistas de las que disfrutaron los participantes del retiro de 'Una luz en el camino', setiembre de 2009. Foto de Sarah Brooks. Foto de Sarah Brooks.

---

## NUEVO CONSEJO DE LAMA ZOPA RIMPOCHÉ

### EL BUEN CORAZÓN DEFINITIVO

Cuando Rinpoché estaba en Francia, le fue presentado un hombre sin techo que vivía en las calles de Lavour. De forma natural, sin haber oído sobre el Budismo, este hombre sin techo practicaba el tomar los sufrimientos de otros sin techo. Rinpoché le escribió esta carta:

Mi muy querido Popeye:

Estoy muy feliz de haberme encontrado contigo, especialmente por saber que estás ayudando a otra gente, tomando el dolor de otros sobre ti, tomando sus enfermedades. En el budismo a eso se le llama "intercambiarte por los demás".



Esta práctica de intercambiarse por los demás es una de las prácticas más importantes del budismo mahayana.

Todos los sufrimientos y los problemas vienen de querer el yo. Todos los obstáculos, todos los infortunios -incluso el malestar del zumbido de un mosquito que hace ruido alrededor de tu oreja, o en tu nariz, enfrente de tus ojos y luego te pica, o de una pequeña diminuta hormiga que te muerde en los pies, en los dedos pequeños- vienen del yo, de la mente egoísta que quiere al yo. Todas las cosas malas vienen del yo, así que debemos de abandonarlo. Necesitamos deshacernos de este inmediatamente.

La felicidad última son estas dos: la iluminación que es la cesación de todos los engaños burdos y sutiles, la cesación de todos los errores y además la completación de todos los logros, y la liberación de los océanos de sufrimiento samsárico y sus causas: el karma y los engaños. La felicidad temporal es toda la felicidad de las vidas futuras, y también la felicidad de esta vida, todo el bienestar -incluso el bienestar de una brisa fresca cuando sientes que tus pies abrasan-.

Toda la colección de bondades viene del buen corazón, de la bodichita. La bodichita y el buen corazón vienen de querer a los demás. Cada felicidad tomada individualmente, hasta la iluminación misma y cada bienestar individual en esta vida vienen de los demás. Por eso, los demás son lo más precioso. Por tanto, quiere a los demás.

Eso es lo que hizo que Buda Sakiamuni lograra la iluminación completa. Desde esta bodichita -el corazón bondadoso definitivo- y de renunciar al yo y querer a los demás, el Buda cesó todos los engaños burdos y sutiles de la mente, que no tienen principio y que continúan desde los renacimientos sin principio, y desde esta misma bodichita, el Buda completó todos los logros.

Tras lograr la iluminación, se es capaz de liberar a innumerables seres de los sufrimientos de los reinos inferiores (el reino infernal, el reino de los espíritus hambrientos, y el reino animal) a cada segundo. En tan solo un segundo, uno es capaz de liberar a innumerables seres de los océanos de los sufrimientos samsáricos y de sus causas: el karma y los engaños. Incluso en un sólo segundo, se es capaz de liberar a los seres del nirvana inferior, ese estado inferior de paz gozosa para uno sólo, y llevar a innumerables seres a la iluminación. Incluso en tan solo un segundo, eres capaz de liberar a los innumerables seres de los engaños extremadamente sutiles y llevarlos a la iluminación. De ese modo, a cada segundo, eres capaz de ofrecerles beneficios inconcebibles, cielos de beneficios.



Lo que estás practicando -intercambiarse uno por los demás- es increíble, ¡fabuloso!... ¡Me alegro por ti! Eso hace tu vida más significativa y la hace lo más beneficioso para los innumerables seres, para cada ser viviente, y esto es lo que te procura la vida más feliz. No hay arrepentimiento en el futuro, ni cuando mueras, y te da la muerte más feliz. Cada vez que haces esa práctica, esto es lo que purifica el karma negativo acumulado desde los renacimientos sin principio, todos esos karmas negativos pesados. Cada vez que haces esta práctica se purifican muchos eones de karma negativo de las vidas pasadas, y acumulas méritos inconcebibles.

Así cada día de tu vida se hace muy provechoso. Tu meditación hace tu vida significativa. Tus padres, que cuidaron de ti, que te dieron la vida, toda la gente que aguantó las muchas dificultades durante tu educación y que creó tanto karma negativo con ello, que sufrieron tanto por tu bienestar, por tu felicidad- esto hace que todos sus esfuerzos sean significativos,... tan útiles.

Así que muchas, muchísimas gracias.

Con mucho amor y oraciones,

Lama Zopa

Escrito por la Vble. Holly Anset, el 6 de Octubre de 2009. Editado levemente por la Vble. Gyalten Mindrol.

---

## **MAS CONSEJOS DE RIMPOCHÉ**

Disfruta de breves destellos de Rimpoché en nuestra página de videos en conexión, ¡incluyendo el enlace a los videos en conexión del retiro de Mani en el Instituto VajraYoguini!

---

## **ALABANZA A LA FPMT**

Cuando recibió el número de Septiembre de las Noticias de la FPMT, la Vble. Thubten Labdrön, directora del Root Institute, envió sus comentarios: "La noticias en formato de internet son realmente buenas, gracias. Son fáciles de leer y aportan grandes cantidades de inspiración"- y se aseguró de añadir que la alabanza no era debido a que en las noticias figuraba el encantador de serpientes del Root Institute!

Para mayor inspiración, por favor, ¡disfrutad de otros comentarios de aprecio!

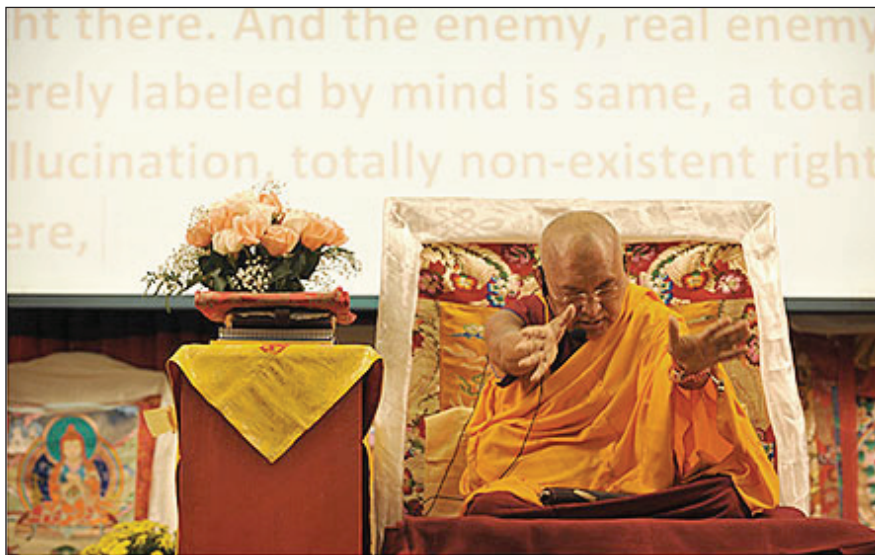


## NOTICIAS DE LA OFICINA INTERNACIONAL

### ¡BIENVENIDA, SARAH!

Estamos muy contentos de dar la bienvenida a nuestra nueva directora del departamento de finanzas y administración, Sarah Pool. Sarah, que es oriunda de Portland, y cuya titulación universitaria y de postgraduado proviene de la Universidad de Berkeley en California. Además, posee dos años de experiencia en gestión y dirección como consejero financiero de la división de “Gestión de riqueza global” de la empresa Merrill Lynch.

Sarah tiene una especialización en Estudios Religiosos por la Universidad de California de Berkeley y practica el budismo mahayana.



Rimpoché enseñando vacuidad durante el retiro de 'Una luz en el camino', 12 de setiembre de 2009. Foto de Roy Harvey.

## SERVICIOS DE EDUCACIÓN

### Programas

“Una luz en el camino”: El (fabuloso) retiro en directo con Rimpoché ya ha finalizado, ¡pero el retiro entero puede verse en el FPMT Media Center!.

Para ver los videos: Primero, accede al FPMT Online Learning Center. Hacia la mitad verás el vínculo para la FPMT Media Center. Luego elige el idioma (por defecto se escoge el inglés, pero hay traducciones en Español, Francés y Chino, que incluyen las instrucciones de cómo usar el media center). Las grabaciones de video se pueden ver en cualquier momento y permanecerán en ese sitio web durante mucho más tiempo.



No obstante, los videos no se pueden descargar.

Para escuchar las grabaciones de audio: Puedes también escuchar las grabaciones aisladas de audio en el FPMT Media Center. Para descargarte las grabaciones exclusivas de audio, ves a la página web del FPMT Online Learning Center y elige el programa Light of the Path. Necesitas crear tu nombre de usuario y una palabra clave para entrar en el sitio. Una vez conectado, ves con el cursor hacia abajo y verás las enseñanzas enumeradas por días. Puedes descargarlas como archivos de MP3. También puedes descargar una copia de la transcripción sin revisar (que está pensada como ayuda a entender el video y que sólo está disponible en inglés). ¡Esperamos que lo disfrutes!

Muy pronto:

Se van a desarrollar los materiales de “Una luz en el camino” para poder seguirlos online o en los centros con la ayuda de un coordinador. ¡Estate en alerta!

### **Materiales (en inglés)**

La tan esperada reimpresión del FPMT Foundation Training in Rituals está ya a tu disposición. Su nuevo título es Ritual and Realization; este libro te ofrece unas instrucciones detalladas para dirigir todas las puyas principales que se hacen en los centros de la FPMT, siguiendo los consejos de Lama Zopa Rimpoché.

Los servicios de educación han reeditado también el libro de la LYWA, Direct and Unmistaken Method, añadiendo una nueva motivación por parte de Lama Zopa Rimpoché. Con comentarios de Lama Zopa Rimpoché, Ganden Trijang Rimpoché, y Gen Lamrimpa, este libro es una guía indispensable para la práctica de tomar los ocho preceptos Mahayana.

¡En breve, ambos libros estarán disponibles en la tienda de la Fundación!

### **SERVICIOS A LOS CENTROS**

Recientemente, os escribimos para deciros que realizaríamos de nuevo un anuncio a través de la lista de la FPMT cada mes, cuando se distribuyan las nuevas Noticias de la FPMT.

Ya desde Marzo de 2009 hemos dejado de emitir información a la FPMT y a los grupos Yahoo de la CPMT, y en vez de eso, os hemos solicitado vuestra suscripción a aquellos que estéis interesados en recibir las noticias de la FPMT. No obstante, ha habido detalles que nos hacen ver que tal petición ha escapado a la atención de la mayoría. Cuando se envió ese anuncio reciente, nos encontramos con comentarios positivos, incluyendo uno de Ani Fran desde el Monasterio de Kopán, que dijo; “Querida Doris, estoy tan contenta de que se hayan reinstaurado las noticias de la FPMT- ¡yo también



echaba de menos las noticias!” Como nunca hemos dejado de emitir las noticias, esto sólo hace que confirmar cuánto de importantes son los anuncios mensuales.

### REVISTA MANDALA

¿Sabías que el Mandala publica diversos artículos exclusivos online además de las ya conocidas ediciones impresas y electrónica?.

Ojea a menudo en busca de nuevos artículos y ofertas. El contenido del número de Octubre-Noviembre de 2009 está ya a tu disposición.

Con la ayuda del formato multi-media, el Mandala está publicando ya alrededor de 1000 páginas de contenidos cada año.

Además, puedes estar al día con el Mandala en Facebook y en Twitter.

Tómate tu tiempo, ¡y disfruta por favor!

### ULTIMAS NOTICIAS DEL CENTRO OFTALMOLÓGICO DE AMDO

¡Regocíjate por favor!

El cirujano oftalmológico de renombre mundial, el Dr. Sanduk Ruit, que se ha comprometido, durante dos años, a entrenar al personal del Centro oftalmológico de Amdo y supervisar sus operaciones.

La FPMT ha enviado su pago final para la construcción del edificio del centro oftalmológico de Amdo. Gracias a todos los que habéis ayudado a que esto sea posible.

Este pago se asignó en especial para la finalización de la construcción del hospital. Hemos recibido recientemente este mensaje del Sr. Gendun, quien ha estado trabajando sin descanso para este proyecto:

“Queríamos aprovechar esta oportunidad para expresar nuestra gratitud por vuestra inagotable ayuda altruista que ha hecho posible la conclusión exitosa del centro. Basados en nuestra honestidad y medidas de ahorro, hemos completado



El Dr. Sanduk Ruit es un conocido cirujano que se encargará de formar y supervisar al personal del *Amdo Eye Center* durante dos años.



el proyecto de construcción del centro, que ocupa un área de 1665.48 m<sup>2</sup>, con las correspondientes instalaciones necesarias”.

En agosto, la FPMT envió un representante para supervisar el progreso y el informe que trajo era muy alentador. En el centro oftalmológico de Amdo ya se está adiestrando al personal y comenzarán pronto a desplazarse a áreas remotas para hacer clínica ambulatoria en el ámbito de la microcirugía de los ojos.

Nuestra esperanza es poder ser capaces de aportar los fondos para que se cubran al menos los gastos del hospital en los dos años próximos. Hemos realizado recientemente un presupuesto detallado de los costes para los dos primeros años que incluyen consumibles desde un vehículo todo terreno (para poder llevar a los médicos a las áreas remotas), el equipamiento de oficina para los médicos y el personal, y la dotación del equipo médico y los salarios. El presupuesto total para estos dos primeros años asciende a 338.000 dólares USA.

Os pedimos que consideréis hacer hoy mismo vuestra contribución a este increíble proyecto que esta, literalmente, ¡cambiando la vida de las personas!.

### **PARA LOS DIRECTORES DE CENTRO, COORDINADORES DEL PROGRAMA ESPIRITUAL Y MAESTROS.**

#### **Puesta al día de la CPMT 2009**

El dispositivo visual de la FPMT fue lanzado en el CPMT 2009 en respuesta a las peticiones de los socios que deseaban una representación visual de la historia de la organización, y su misión esencial y valores. De ese modo deseaban colocarla en los tableros de noticias para los visitantes y socios. Como la respuesta en el CPMT fue positiva de modo unánime, el dispositivo visual ha sido ubicado en el “Área de socios” para que se pueda descargar fácilmente. El formato de archivo INDD también facilita la traducción del texto usando el mismo diseño.

Uno de los comentarios que se escucharon en la CPMT 2009 era que la Oficina internacional precisaba de un equipo de marketing/publicidad más fuerte. Como siempre, trabajamos bajo la presión de tener unos recursos limitados, pero debemos sacar el máximo rendimiento de lo que tenemos y con este dispositivo visual se capacita a los centros, a los grupos de estudio y proyectos en general para extraerle ese rendimiento al estilo FPMT que disfruta de una buena reputación en el ámbito budista. Con ello también se ayuda a construir un sentimiento de “una familia” para nuestros socios que viajan por el mundo.

Si has empezado ya a usar el dispositivo visual, por favor, envía tus fotos a Doris Low del departamento de servicios a los centros, para que se puedan compartir y así





animar a otros. Y si no los has usado todavía, en ese caso, ¿por qué no hacerlo?. Tus comentarios serán bienvenidos.

Únete a nosotros y conviértete en socio de la Fundación/Foundation Member.

---

## **NOTICIAS BREVES FPMT**

### **“UNA LUZ EN EL CAMINO”- “EL MEJOR RETIRO” DE SIEMPRE**

A decir de muchos, el retiro de “Una luz en el camino” ha provocado un impacto profundo en los afortunados participantes. Una Sangha senior, que ha sido estudiante durante más de 30 años, lo ha descrito como la mejor experiencia de retiro que jamás haya tenido con Rimpoché presente y dirigiéndola. Otro/a estudiante dijo que “fue tan inspirador -que te hacía querer pegar un salto para empezar a practicar ahora mismo”.

Rimpoché dio enseñanzas fantásticas sobre la motivación para la vida, la devoción al guru, la impermanencia, el karma, y la vacuidad. Rimpoché también aconsejó cómo hacer ejercicios de atención plena para usarlos en la contemplación mientras caminas, comiendo, conduciendo, trabajando, etc. y así poder transformar las actividades rutinarias en Dharma. El comentario de Rimpoché, rico en detalles y relevante de forma casi incisiva sirvió de repaso y de introducción, sin llegar a comenzar realmente con el texto de Lama Atisha. Rimpoché prometió que lo hará el año que viene.

Rimpoché también dirigió la entonación de toda la puya de Lama Chöpa. En referencia a los tonos, después del retiro Rimpoché dijo: “No hice el canto especial de la absorción del guru al final del Jorcho o de la petición a los lamas del linaje (porque) es bueno que mucha Sangha lo conozca bien”. Una manera de llamar toda la Sangha, ¡si no pudiste este año!.

La plantilla y los voluntarios del Kadampa Center que han puesto sus corazones en hacer que el retiro fuera lo más gozoso y libre de estrés posible para los participantes fueron objeto de grandes alabanzas, y hubo muchos gestos de aprobación a la muy alardeada “hospitalidad sureña” ofrecida a los que vinieron de tan lejos como desde Europa y Asia. Para aquellos de nosotros que no pudimos asistir, existe la posibilidad del año próximo, y las grabaciones excelentes de audio y video que todavía están disponibles online (como citamos anteriormente).

### **LOS EFECTOS DEL BUDA DE JADE**

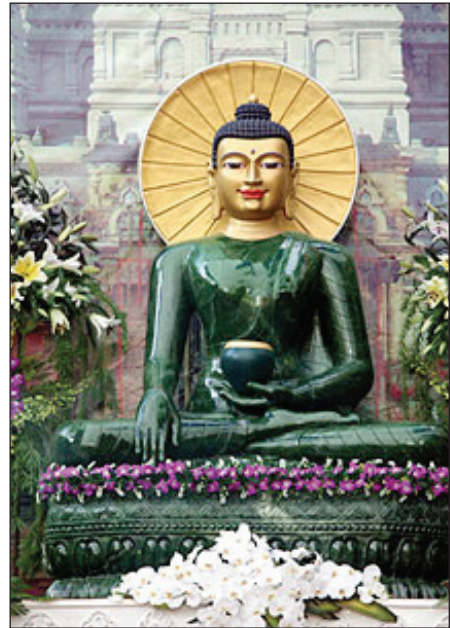
La estatua del Buda de Jade está teniendo un efecto tremendo en aquellos que la ven. Esta carta llega de M.T., una persona residente en Australia que vio recientemente el



Buda de Jade en la gira:

“He visitado hace poco un templo local en el Canley Vale en NSW y he visto el Buda de Jade. Es un Buda único, y ese es el porqué os estoy dando las gracias. Porque debido a que el Buda de Jade estuvo en el centro y por mis ganas de verlo, mi familia y yo visitamos el templo y mostramos nuestros respetos. Ahora bien, yo era muy religioso/a cuando era joven, pero después en mis años de instituto, perdí mi camino.

Después de visitar el templo donde estaba el Buda de Jade mostrado al público, sentí que mi viejo yo verdadero ha vuelto a mí, mi camino hacia la Budeidad. He estado leyendo muchos libros religiosos y budistas y mi vida es mucho mejor ahora. El que esté obteniendo un gran conocimiento y comprensión de los conceptos y principios de la vida y el camino a la iluminación es todo gracias a vuestras acciones”.



El Buda de Jade para la Paz Universal en Dai Tong Lam, Vietnam

### **NUEVOS ESTUDIANTES DEL *Maitripa College***

El *Maitripa College* reabrió en septiembre, dando la bienvenida a una cohorte de estudiantes entusiastas. Lo que ha abierto un nuevo campo este año, es el hecho de que *Maitripa* ha recibido la aprobación del gobierno de EEUU para aceptar estudiantes internacionales.

Por tanto el *College* ubicado en Portland dio la bienvenida a nuevos visitantes con visa de estudiante de Francia, Islandia y China. Se han aceptado también estudiantes de Australia y Rumanía para la primavera viniente. Ya que Yangsi Rimpoché atrae a una audiencia internacional que aumenta cada vez más y la reputación del *College* crece en altura, se espera que aumente la afluencia de estudiantes extranjeros.

Al igual que toda la educación de la FPMT, el *Maitripa College* enfatiza el aprendizaje académico junto a la práctica personal y el servicio a la comunidad, como componentes esenciales del adiestramiento de los estudiantes. El registro actual de estudiantes incluye tanto a principiantes como a graduados en el programa del MA que están finalizando su año de certificado tántrico.



## **OPORTUNIDADES PARA OFRECER TUS SERVICIOS EN LA FPMT**

El Tushita Meditation Center de Dharamsala, en India está buscando voluntarios para diversos puestos incluyendo ayuda para realizar la grabación multi-media durante el retiro de Hayagriva que será guiado por Rimpoché en Marzo de 2010. Sigue ojeando las excitantes oportunidades de ofrecer servicio en los centros de la FPMT alrededor del mundo.

---

## **IMPERMANENCIA EN EL TRABAJO - DETALLES DE LOS CAMBIOS EN LOS CENTROS**

Nota: Los detalles de los centros están siempre actualizados en el directorio de la página web de la FPMT.

### **Centro de Terra di Unificacion Ewam- Italia**

Nuevo director- Paolo Mori. Con gratitud y agradecimientos al director saliente- Francesco Carpini

Nueva coordinadora del programa espiritual- Valentina Dolara. Con gratitud y agradecimientos al coordinador saliente- Bruno Vannuchi

### **International Mahayana Institute- Internacional**

Nueva directora- Vble. Lhundub Chodron. Con gratitud y agradecimientos al director saliente- Vble. Lobsang Monlam.

### **Vajrapani Insitute- Estados Unidos**

Nueva directora- Fabienne Pradelle. Con gratitud y agradecimientos a la directora saliente- Elaine Jackson

Bienvenida a un nuevo Grupo de Estudios!

### **Grupul de Studiu Buddhist "White Tara"- Rumania.** Comuna Mosoia

Sat Dealul Viilor, Str. Principala, nr. 28

117508 Judetul Arges

Coordinador Thubten Sherab

---

*Con amor: la Oficina Internacional de la FPMT*