



## Noticias de la FPMT · Octubre de 2010

### Contenidos

Noticias de Lama Zopa Rinpoché.....	2
• Programa de Rinpoché .....	2
• Nuevos consejos de Lama Zopa Rinpoché .....	2
- Tener presente la Bodichita .....	2
• La vida en la carretera con Lama Zopa Rinpoché .....	4
Noticias de la oficina Internacional: .....	5
• Reacciones a la webcast del retiro de Luz en el Camino.....	5
• Servicios de Educación.....	5
- Programas: .....	5
- Materiales: .....	6
• Publicaciones Mandala .....	6
• Novedades sobre la estatua de Nagarjuna .....	7
• Amigos de la FPMT .....	7
• La tienda de la Fundación.....	7
• El modo en que Tong-nyi Nying-je Ling fortalece la conexión con la FPMT .....	8
• El grupo de estudios Chagna Pemo prueba la modalidad de enseñanza por Skype.....	8
FPMT en el mundo .....	9
• Rinpoché en la sede de Wisdom Publications.....	9
• iDharma .....	9
• Regocíjate- Se recita 130 veces el Sutra de la Luz dorada en el monasterio de Nalanda .....	9
• Oportunidades de ofrecer vuestros servicios en la FPMT .....	10
• Impermanencia en el trabajo .....	10



Rinpoché enseñando durante el retiro de Luz en el Camino de 2010 en Carolina del Norte en EUA. Foto de Sarah Brooks



# **Noticias de Lama Zopa Rimpoché**

## **Programa de Rimpoché**

Para obtener más información cuando vaya siendo accesible, y para saber cómo contactar con cada centro e inscribirte en los eventos, dirígete a “Rinpoche’s Schedule”.

### **2010**

Del 30 de Septiembre al 23 de Octubre: Mongolia

1 al 3- Enseñanzas en el centro Golden Light Sutra y en Erdenet.

5 y 6- Transmisión del Sutra de la Luz Dorada en el centro Idгаа Choizin de Ulan Bator; 14 y 15- Iniciación de Hayagriva muy secreto; 19 al 21- Iniciación de Yamantaka. Ambas iniciaciones en Idгаа Choizin.

13 de Noviembre – 13 de Diciembre: Enseñanzas en parte del curso de un mes del Monasterio de Kopán, en Nepal.

### **2011**

Febrero: Amitabha Buddhist Centre, Singapur

5 y 6: Iniciación del Buda de la Medicina. 8 al 12: Enseñanzas sobre el yoga del guru de Lama Tsongkhapa (continuación).

Del 2 al 30 de April: Iniciaciones de Heruka, Yamantaka, Guhyasamaya y Rinchung Guiatsa, y enseñanzas sobre el bodichariavatara organizado por el Atisha Centre, la gran estupa de la Compasión Universal y el Monasterio Thubten Shedrup Ling en Bendigo, Australia.

Del 27 de Mayo al 6 de Junio: Comentario del Lama Chöpa (continuación) en el Potowa Center de Indonesia.

## **Nuevos consejos de Lama Zopa Rimpoché**

### **Tener presente la Bodichita**

Durante el retiro Luz en el camino de 2009 y de nuevo en el retiro sobre Hayagriva a principios de año, Rimpoché enfatizó en la actitud correcta del bodisatva, y dio estas maravillosas



instrucciones sobre cómo practicar la bodichita todos los días y en cada instante (extraído del conjunto de instrucciones que se pueden encontrar en “Taking the Essence All Day and Night”, un nuevo cuaderno de los servicios de educación de la FPMT sobre cómo hacer beneficiosas al máximo nuestras acciones diarias):

Cuando te despiertes piensa:  
Que todos los seres puedan lograr el  
Dharmakaya, ¡el sagrado cuerpo del Buda!

Cuando te levantes de la cama, piensa:  
Que todos los seres puedan surgir de los grandes  
océanos de los sufrimientos samsáricos.

Cuando te vistes, piensa:  
Que todos los seres puedan vestirse con pudor y  
decoro.<sup>1</sup>

Si practicas el Tantra, ofrece todas tus ropas  
como vestidos divinos a ti como la deidad  
inseparable del Guru. Al pensar que lo ofreces al  
Guru estás creando el mayor de los méritos.

Cuando te pones el cinturón, piensa:  
Que todas las mentes de los seres estén ligadas a los tres adiestramientos superiores.

Cuando te quites el cinturón, piensa:  
Que todos los seres puedan liberarse de las ataduras del karma y los engaños.

Cuando te tumbes, piensa:  
Que todos los seres puedan lograr el dharmakaya.  
O: Que pueda llevar a todos los seres al estado más allá del dolor.

Cuando te sientes, piensa:  
Estoy llevando a los seres hacia el corazón de la iluminación.

Cuando te pongas de pie, piensa:  
Que todos los seres puedan surgir de los océanos de los sufrimientos samsáricos.

Cuando abras cualquier puerta, piensa:  
Estoy abriendo la puerta de la sabiduría trascendental más allá del mundo, del  
samsara, por todos los seres. ¡Que pueda esto suceder!



Rimpoché hace ofrecimientos a los pretas durante el retiro de Luz en el Camino de 2010. Foto de Sarah Brooks.



Cuando cierres la puerta, piensa:  
Estoy cerrando la puerta del samsara a los seres. ¡Que pueda esto suceder!

Cuando salgas, piensa:  
Estoy llevando a los seres fuera de la prisión del samsara. Que puedan liberarse de la prisión del samsara, atados por karma y engaños. ¡Que pueda esto suceder!

Cuando paseas:  
Milarepa aconsejó pensar que todos los objetos santos están a tu lado derecho y que mientras paseas los circumbalas.

Haz lo mismo cuando conduzcas un coche, montes en bici, viajes en autobús, en tren, etc.

Puedes también recordar la tierra pura donde deseas renacer y piensa:  
¡Estoy llevando a los seres a la tierra pura del Buda!  
O: ¡Estoy llevando a los seres a la iluminación!

*Notas:*

*<sup>1</sup>. “Pudor/contención” se refiere a uno mismo y significa estar preocupado por proteger los votos porque uno desea no sufrir y obtener los logros. “Decoro/vergüenza” se refiere a otros y significa proteger los votos que se han tomado porque se ha hecho en presencia de los seres santos y por consideración hacia los demás.*

*Puede que te interese leer, en el libro “Making Life Meaningful”, publicado por la Lama Yeshe Wisdom Archive (LYWA), el capítulo “Cómo hacer significativo cada momento de nuestras vidas” que incluye secciones como “Cuidar a tus hijos con Bodhichita,” “Comer con Bodhichita,” y “Ir de compras con Bodhichita.”*

## La vida en la carretera con Lama Zopa Rimpoché

Extracto del blog del Vble. Roger Kunsang, vivir en la carretera con Lama Zopa Rimpoché (colgado el día 14 de septiembre de 2010). El entretenido blog del Vble. Roger nos tiene a todos al día de las actividades de Rimpoché.

“... Comimos tarde en un “Whole Foods”. Rimpoché pensó que era la mejor exposición de comida saludable para llevar que nunca había visto en un mismo lugar. Hizo muchas fotos de la comida expuesta, desde cerca y desde muy atrás. A menudo, Rimpoché se toma su tiempo para componer las fotos y usa extraños ángulos. Os podéis imaginar la atención que empezó a suscitar entre los clientes locales. Un lama tibetano haciendo fotos en un supermercado americano...y, ¡nada menos que de la comida! Luego nos sentamos a comer en el supermercado. Algunos clientes se acercaron y le hicieron preguntas.



Una mujer le dijo a Rimpoché: “Tengo ocho hijos, ¿Qué consejo me puede dar?” En esencia la contestación de Rimpoché fue, “La educación convencional es importante, pero es más importante educar en el buen corazón.” Ella pareció entenderlo, y prosiguió con su compra.

---

## Noticias de la oficina Internacional:

### Reacciones a la webcast del retiro de Luz en el Camino

De verdad que recientemente hemos animado mucho a que se aprovechara esta oportunidad fantástica de ver a Rimpoché enseñando en directo (o sus grabaciones) durante el retiro Luz en el Camino. Algunos comentarios nos hacen pensar y alegrarnos que de hecho fue así. He aquí dos relatos.

“Muchas gracias por haber hecho posible que se pudiera acceder a las enseñanzas de Rimpoché al darlas en directo por webcast. ¡Qué maravilla si todas las actividades de Rimpoché se pudiesen ofrecer de esa manera! Ja,ja,ja...Os quiero hacer saber a todos que al hacer disponibles las enseñanzas en directo, se eliminan las [posibles] quejas de que la gente se sienta desconectada de Rimpoché. Aunque estamos físicamente a miles de kilómetros unos de otros, al ver la emisión en vivo, eso establece de forma natural la conexión mental...e inmediatamente se sienten las bendiciones del guru justo ahí contigo, mientras estás sentado/a comfortable en tu silla, en tu propia habitación, y tomando el desayuno a solas con tu guru!”

“Qué extraordinaria oportunidad...es realmente tan, tan especial...Infinitas gracias de corazón a todo el equipo de Luz en el Camino que ha hecho posible que aquellos que estamos tan lejos,...estuviéramos tan cerca.”

### Servicios de Educación

#### Programas:

**Centro de aprendizaje online (CAO):** El retiro anual “Una luz en el camino” comenzó el día 12 de Septiembre, y de ese modo, un nuevo año de emisiones de las enseñanzas en directo y grabadas para ofrecerlas a los estudiantes de la FPMT dondequiera que estén. Las cifras muestran que el ofertar tales enseñanzas online ha sido un gran éxito: Desde el 12 al 20 de Septiembre, el CAO tuvo 7.664 visitas de un total de 3.785 visitantes distintos, con una media de 955 visitas diarias. El retiro en directo lo han podido seguir sesenta y ocho personas, mientras que muchos más siguen viendo las grabaciones en el Media Center. Ya se han inscrito más de 120 estudiantes para acceder a los materiales gratuitos del módulo que corresponde al retiro de 2010 de Vivir en el Camino, donde puedes hallar tanto el texto raíz como vídeo y audio



descargables. En el anterior módulo gratuito de Vivir en el camino, “Motivación para la vida”, se llevan inscritas 400 personas.

**Programa básico:** Este verano, el centro de retiros Oseling (OSL) albergó un retiro de lam-rim de un mes dirigido por el Vble. Dondrub. Según Isabel Arocena, presidenta de la FPMT en España, el retiro fue “totalmente bello”. Resaltar que un grupo de 18 personas provenían del Programa Básico de Barcelona. OSL pretende seguir ofreciendo este retiro con una cadencia anual para así posibilitar a los estudiantes del PB que lleguen a cumplir el requisito de un retiro de lam-rim de 3 meses.

### **Materiales:**

¡Ya en la imprenta! **Intermediate Practices of Vajra Yogini**, Volumen 3. Rediseñado para que se adapte más al uso práctico. Búscalo en la tienda de la Fundación a partir de mediados de Octubre. Puede que además te interese el comentario de Lama Yeshe sobre el tantra de Vajrayogini (en inglés) que está disponible a través del Lama Yeshe Wisdom Archive (LYWA).

### **La caja de méritos internacional**

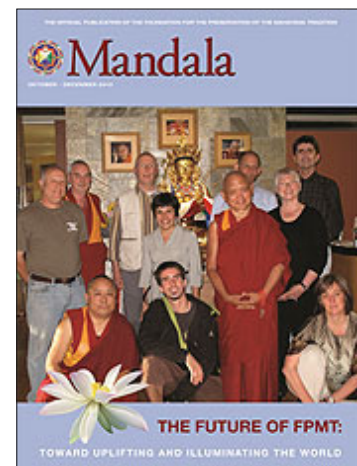
En la oficina internacional de la FPMT estamos felices de presentaros el proyecto Caja de méritos internacional, que incluye un folleto práctico editado en once idiomas. El proyecto tuvo su origen en 2001, y cada año se hace una colecta de miles de dólares en forma de donaciones que provienen de los estudiantes, centros, proyectos y servicios de la FPMT en todo el mundo. Después se asignan becas a los proyectos e iniciativas candidatas.

Las donaciones de la caja de méritos internacional se recogen a partir del día de Lama Tzong Khapa de cada año (en 2010 será el 30 de Noviembre) ininterrumpidamente hasta el 31 de Marzo del siguiente año.

Si tienes ya la caja de méritos, esperamos que te prepares para comenzar tu práctica de 2010; Si eres el coordinador del programa de la caja de méritos a nivel local, te animamos a que compartas esta información con los participantes de tu programa. Si todavía no disponéis de vuestra propia caja de méritos, la podéis obtener de forma gratuita en la tienda de la Fundación, y si deseas comenzar con un programa local, contacta con [meritbox@fpmt.org](mailto:meritbox@fpmt.org).

### **Publicaciones Mandala**

El número del Mandala de Octubre-Diciembre de 2010 es el séptimo y último de la serie dedicada a contar la historia de la FPMT. Este capítulo de la serie se centra sobre el futuro de la FPMT, con una introducción extensa a la vasta visión que para





la FPMT tiene Lama Zopa Rimpoché y, candidas entrevistas a los jóvenes tulkus de Kopán y a otros tulkus notables de la FPMT. Este número nos aporta una perspectiva inspiradora de lo que podemos conseguir juntos. El ejemplar también recoge diversos artículos online exclusivos, disponibles en la página web del Mandala.

## **Novedades sobre la estatua de Nagarjuna**

En 2009, el Vble. Roger Kunsang recibió el consejo de que sería beneficioso construir una estatua de Nagarjuna de 4 metros de alto en Bodhgaya, India, dedicándola a la larga, saludable y estable vida de Lama Zopa Rimpoché, y para la eliminación inmediata de cualquier obstáculo en la completación de los deseos santos de Rimpoché.

Estamos muy, muy contentos de informaros de que, ¡ya está acabado un tercio de la estatua! Se está esculpiendo en un mármol blanco de la mejor calidad y de una piedra tan grande que precisa del uso del lecho del río en Bodhgaya. Se trasladará pronto a la tierra del Proyecto Maitreya, allí en Bodhgaya, que será la ubicación definitiva de la estatua.

El coste total de la estatua de de 38,000 dólares EUA y la mayor parte del dinero ha sido donado por los generosos estudiantes y los centros. Los fondos restantes provienen de la ofrenda recibida durante la puya de larga vida ofrecida a Rimpoché en Diciembre de 2009, en el Monasterio de Kopán.



La estatua de Nagarjuna está siendo esculpida en mármol blanco de la mejor calidad.

## **Amigos de la FPMT**

Hacerte “Amigo de la FPMT” significa que puedes estar en conexión con todo lo que la FPMT tiene que ofrecer: Desde los recursos gratuitos, las publicaciones Mandala, al centro de aprendizaje online de la FPMT, y mantenerte informado/a sobre las noticias de la FPMT, sus actividades y las oportunidades en todo el mundo. Considera por favor hacerte hoy mismo “Amigo de la FPMT”. Juntos podemos marcar la diferencia.

## **La tienda de la Fundación**

¡Mira el último boletín informativo de la tienda de la Fundación para las novedades en los productos y las oportunidades del mes!



Para los directores de centros, servicios y proyectos, coordinadores, maestros y miembros de los comités.

(Este consejo está dirigido específicamente a aquellos que ofrecen sus servicios en los roles enumerados arriba. Si tenéis dudas o preguntas sobre lo que se menciona a continuación, sentiros libres de contactar con los servicios a los centros directamente.)

## El modo en que Tong-nyi Nying-je Ling fortalece la conexión con la FPMT

Según Rasmus Hougaard, su director: “Como fortalecer la conexión del centro con Rimpoché y la FPMT”

Primero de todo, es un reto porque la mayoría de nuestros huéspedes no han conocido a Rimpoché personalmente, y si saben algo de la FPMT, es más bien poco. Así que aceptamos ese reto de establecer y fortalecer tal conexión.

Al comienzo de las reuniones del comité y de las de voluntarios, leemos una cita de Rimpoché o de Lama Yeshe, y contemplamos sobre su mensaje en relación a nuestro centro y sus actividades.

Tratamos de mantener informados a nuestros huéspedes sobre las actividades internacionales de la gran familia de la FPMT.

Nuestro querido Stephan Pende (maestro residente) cuando enseña, es fantástico a la hora de hablar sobre Rimpoché, con elogios y transmitiendo su admiración de forma muy inspiradora.”



De izquierda a derecha: Martin, Jette, Line y Randi, miembros del comité de TNL, leyendo el manual de la FPMT como preparación para una reunión de voluntarios mensual.

## El grupo de estudios Chagna Pemo prueba la modalidad de enseñanza por Skype

Mirjana Ogrin, coordinadora del grupo de estudio explica:

“Tuvimos nuestra primera enseñanza online a través de skype la semana pasada. La maestra de la FPMT Andy Wistreich, ofreció dar una enseñanza sobre las cuatro nobles verdades combinada con debate, meditación y una sesión de preguntas y respuestas. Los participantes disfrutaron mucho, y resultaron inspirados –ya que muchas dudas fueron aclaradas y otras muchas se dejaron para la siguiente oportunidad.





En caso de que cualquier grupo de estudio necesite consejo sobre esta modalidad de enseñanzas, estaré feliz de ayudarles a aprender a cómo hacerlo basado en cómo lo hicimos nosotros.”

## FPMT en el mundo

### Rimpoché en la sede de Wisdom Publications

Rimpoché fue a comer recientemente la sede de Wisdom Publications, en Boston, EUA. Rimpoché (a la derecha) fotografiado con el personal de Wisdom. Rimpoché sostiene la foto de David Kittelstrom, uno de los editores senior de Wisdom con 16 años de dedicación a la editorial, pero que no pudo asistir a la comida en persona.



### iDharma

De la Vble. Sarah Thresher:

“En el centro Milarepa (durante el reciente retiro de Milarepa) Rimpoché mencionó que quería enseñar sobre un determinado texto que se había traducido al inglés, pero que no pudimos encontrar en ninguna parte. Durante la enseñanza Rimpoché lo mencionó varias veces, así que el Dr. Nick de la LYWA hizo una búsqueda en google con su iPhone, luego Tim McNeill de Wisdom Publications lo descargó en su pantalla del iPad y se lo dio a Rimpoché, ¡quien posteriormente enseñó el texto sobre la base del iPad! ¿Es este el futuro iDharma?”

### Regocíjate- Se recita 130 veces el Sutra de la Luz dorada en el monasterio de Nalanda

Para corresponder con la amabilidad de la IMI, y los benefactores del IMI y de Nalanda, los 27 monjes de Nalanda (y una monja) recitaron el sutra de la Luz Dorada durante 4 días (31 de Agosto – 3 de Septiembre). El objetivo era recitar el sutra al menos 108 veces, pero con la ayuda de estudiantes laicos, se completaron 130 recitaciones que se dedicaron para el IMI, los benefactores y la larga vida de nuestros maestros, especialmente Su Santidad el Dalai Lama, Lama Zopa Rimpoché y el abad de Nalanda, Gueshe Jamphel.



## **Oportunidades de ofrecer vuestros servicios en la FPMT**

¡No dejes de mirar las muchas excitantes oportunidades de ofrecer servicio en los centros de la FPMT alrededor del mundo!

Dos excepcionales y maravillosamente beneficiosas oportunidades en los EUA: el centro Buddha Amitabha Pure Land en el estado de Washington necesita un director para desarrollar este lugar para retiros; y la oficina internacional de la FPMT en Portland tiene un puesto libre de Jefe de Operaciones.

El Mahamudra centre de Nueva Zelanda precisa un cocinero/a vegetariano/a y alguien de mantenimiento de jardines y entorno.

Hay otras muchas oportunidades de trabajo-estudio en los centros en Australia, Francia, Nueva Zelanda, España, Reino Unido y EUA.

## **Impermanencia en el trabajo**

Grupos de estudios clausurados:

Machig Labdron, EUA

Shenphen Thubten Choling, Reino Unido

Togme Sangpo, EUA

International Mahayana Institute (IMI)

Nueva directora – Vble. Carol Corradi

Con agradecimientos sinceros a la directora saliente – Vble. Lhundup Chodron

Grupo de estudio “Lama Yeshe House”, EUA

elizabeth\_roache@yahoo.com

Lama Yeshe Ling, Canadá

99 Bronte Road. P.O. Box 314, Oakville, ON L6L 3B7

Nagarjuna C.E.T. Granada, Spain

Nueva directora – Vble. Gloria Mallol

Con agradecimientos sinceros a la directora saliente – Carmen Ruiz

Tekchen Chö Ling, Spain

www.centrobudistaontinyent.es

---

*Con amor: la Oficina Internacional de la FPMT*