



Queridos amigos y amigas:

Ya nos encontramos casi en el ecuador del año y quisiera señalar y exponeros que precisamente en estas fechas y según el calendario tibetano, desde hoy día 4 de junio cuando se inicia el mes lunar, hasta el próximo día 2 de julio, la próxima luna nueva, es justo el periodo donde se celebra la conmemoración del Saga Dawa es decir, el nacimiento, Despertar y Paranirvana del Buda.

En este mes, sería muy auspicioso recitar cuentas veces se pueda, el mantra del Buda de la Compasión, Chenrezi (Avalokiteshvara): OM MANI PEME HUNG. Que este mes nos llene a todos de grandes Bendiciones, podamos seguir profundizando en el estudio y la práctica del Dharma a través de lo cual, se puedan honrar las preciosas enseñanzas del Buda.

Que se establezca en nuestros Corazones y se acrecienten cada vez más el amor, la bondad, la sabiduría y la compasión hacia todos los seres sin excepción ni distinción alguna.

En la calidez de la Bodhichitta y con las mejores Bendiciones, Tashi Delek.

*Tsondru Yeshe*

## **LA VIVENCIA DEL DHARMA**

**Libros y enseñanzas de nuestros maestros**

**El templo Tibetano y su Simbolismo**  
**Lama Chöky Sengue**

(Ediciones Chabsöl)



## **LA FUNCIÓN DE LOS RITUALES**

La mayoría de los rituales se ejecutan en relación a las "divinidades", de las que hay que recordar que no son más que expresiones variadas de la mente de Buda. Para comprender bien lo que son las liturgias budistas, ciertamente lo mejor, es que un maestro tibetano tome la palabra:

"Un ritual es un medio de realizar la práctica de una divinidad y de establecer un profundo vínculo con ella. Comprende diferentes fases que son otros tantos elementos que permiten establecer esta relación: la visualización de la divinidad, las ofrendas que se le hacen, las plegarias que se le dirigen, la recitación de su mantra, etc. Por el ritual, nuestra mente se impregna de la presencia y de la bendición de la divinidad.

Los rituales pueden ser extremadamente largos o muy breves, colectivos o individuales, pero su función es siempre la misma: por la meditación de la divinidad, por la meditación del mantra o por los otros componentes, habituar a nuestra mente a ser la divinidad, hacer que ésta nos marque profundamente con su impronta benéfica.

Comprendiéndolo así, el ritual actúa sobre nuestra mente; por un lado, nos ayuda a purificarnos del velo de la ignorancia y de los otros velos; por otro lado, especialmente por las ofrendas y por la alabanzas, nos permite acumular mérito, crear un potencial kármico positivo y por último, prepara la manifestación del Cuerpo de Gloria, la manifestación de la verdadera divinidad, indiferenciada de nuestra propia mente." (Bokar Rinpoché, Tara, *La manifestación femenina de la divinidad*. Vernèges 1997)

Vemos a través de estas palabras que el ritual contribuye a realizar simultáneamente un doble trabajo:

- Por un lado, efectúa una preparación psíquica del individuo remodelando las capas profundas de su inconsciente; esta preparación consta de una parte de purificación (la desaparición de las potencialidades kármicas negativas y que oscurecen) y de una parte de acumulación de mérito (el incremento de potencialidades positivas y favorables); esta fase se puede compararse a la limpieza del terreno, a su labranza y a enriquecerlo con abono.

- Por otro lado, por un efecto de ósmosis con la divinidad, favorece la eclosión de la naturaleza divina de la persona, su propio estado de buda, fase comparable con el desarrollo de la cosecha, virtualmente presente en las simientes. Sin duda, un ritual posee un cierto efecto en si mismo, dado el poder espiritual del cual está cargado. Sin embargo, tendrá mayor eficacia si se efectúa correctamente. Para hacerlo, requiere la plena participación de los celebrantes: con el cuerpo, con la palabra y con la mente.

**VIDEO CHARLA ABIERTA SOBRE BUDISMO** <https://youtu.be/OPPI2NRHluQ>  
**en Serchöling por Tsondru Yeshe**

**"La Decisión Espiritual "**

**(Febrero 2015)**



(...) Muchas veces no hace falta acercarse a una tradición religiosa o una antigua tradición para tomar conciencia de que en algunos momentos, incluso cuando eramos muy, muy pequeños, ya teníamos conexión con ese camino espiritual. No lo habíamos racionalizado, no éramos conscientes, seguramente no teníamos consciencia de que eso era un camino espiritual, pero quizás sí en alguna experiencia que sobrepasaba aquello que el sentido físico nos indicaba. En alguna de estas cosas sentíamos algo especial y ese algo especial que trasciende al ego era también parte de nuestro actual camino espiritual. Fijaros entonces de que el camino espiritual propio y singular de cada ser no es desviado por las tradiciones religiosas o no debería ser desviado por las tradiciones religiosas, sino que el camino espiritual que tenemos de forma absolutamente única y singular lo que en todo caso hace es ser reforzado o ser amplificado gracias a una tradición o camino espiritual tradicional. Con otros enfoques u otras situaciones encontramos, por ejemplo, personas que han pasado situaciones muy difíciles en su vida por una enfermedad, por accidente, de jóvenes, mediana edad o edad avanzada y se han enfrentado a situaciones tan complicadas y difíciles que han tenido que sobrevivir no sólo al aspecto físico sino emocional de una enfermedad o de un accidente. Ese sobrevivir significa haber

recorrido a todas esas cualidades que sobrepasan al ego, haber incluso superado las depresiones, las emociones negativas que una enfermedad o accidente puede conllevar a una persona. Todas las personas que están sufriendo todo esto ahora se enfrentan a ello muchas veces pudiendo superar estas situaciones gracias a la trascendencia de ese ego limitador, pequeño, controlador que siempre quiere estar bien y que nunca le pase nada. De tal manera que estas personas que apelan a la trascendencia del ego, también están en un camino espiritual. De tal manera que incluso podríamos llegar a decir que todas las personas que hoy en día están sufriendo, no sólo una enfermedad, no sólo un accidente, sino todas esas personas que están sufriendo situaciones sociales, familiares, personales, emocionales muy negativas y que están apelando a algo mucho más profundo que su propio yo, todas ellas también están dentro de un camino espiritual, pero muchas veces no se dan cuenta. Muchas veces pierden la esperanza y muchas veces pierden también las fuerzas porque piensan que están solos o solas o piensan que se alejan de la vida o se alejan del sentido de su propia vida y eso no es así, curiosamente, no es así. Quizás haría falta que alguien del entorno les recordara que eso no es alejarse de la vida, quizás eso sea una forma durísima pero al mismo tiempo una forma de poder trascender los límites de nuestro propio ego y de apelar aquellas fuerzas, sentimientos, emociones, energías que superan con mucho nuestra propia capacidad personal.

Alguien diría, con otras palabras, que es aprovechar algo negativo para tomar impulso en el sentido positivo. Podríamos decir adelante, coged fuerza, se pueden hacer muchas más cosas, no estamos solos en ese sentido, estamos en un camino espiritual todos. Tomar conciencia de ello quizás es lo que nos haga falta y esto quizás es lo que nos puede ayudar un poco más en nuestra vida. (...)

## **MEDITACIÓN SHINÉ**

**Los 3 primeros miércoles del mes de 19.30 a 20.30 y todos los viernes de 19.00 a 20.00 en nuestro centro.**

**La Esencia de la Compasión.**

**Las treinta y siete prácticas de los Bodhisatvas**

**Dilgo Khyentse**

**(Ediciones Dharma)**

"Todas las apariencias son producto de nuestra propia mente, la naturaleza de la mente está primordialmente libre de limitaciones conceptuales. Reconocer esto y no albergar elaboraciones duales de sujeto y objeto es la práctica de los bodhisatvas."

(...) Aunque la mente esté dotada de esta inherente consciencia primordial, decir que hay "una mente" es poner una etiqueta a algo que no existe - es suponer la existencia de algo que no es más que un nombre que se da a una sucesión de hechos-. A ciento ocho cuentas ensartadas juntas, por ejemplo, se le puede dar el nombre de rosario, pero ese rosario no es una cosa que exista inherentemente por sí misma. Si el hilo se rompe,



¿dónde está el rosario?. Así pues, el pensamiento de "yo" es la causa que os hace vagar en el samsara. Pero si lo examináis atentamente, ese "yo" no existe. Cuando el concepto "yo" se enraíza en vuestra mente, crece y se ramifica en una serie de creencias asociadas, como "mi cuerpo", "mi mente", "mi nombre".

Vuestro cuerpo y vuestra mente están constituidos por cinco agregados. Vuestro nombre, o la idea de "yo", es una etiqueta que designa la asociación momentánea del cuerpo y la mente. (...)

(...) En resumen, la mente es lo que es consciente de todo; es una claridad que percibe todos los objetos externos y todo lo que sucede. Pero si tratáis de encontrarla se vuelve tan inasible y esquiva como un arco iris, que cuanto más corréis tras él, más parece alejarse. Es es el aspecto de la mente. La claridad y la vacuidad están inseparablemente unidas en la verdadera naturaleza de la mente, que está más allá de todo concepto de existencia y no existencia. (...)

*Copyright © 2019 Centro Budista Serchöling, All rights reserved.*