

Un mismo sabor

En la felicidad o el sufrimiento

Ñima, Yigme Tempe

Editorial: Dharma

ISBN: 9788496478077

Páginas: 54

Dimensiones: 14,5 x 21,5

Encuadernación: Rústica

PVP.: 9,00 €

Colección: Budismo Tibetano



SINOPSIS

Estas breves enseñanzas del tercer Dodrupchen Rimpoché (1865-1926), uno de los más prestigiosos lamas del linaje ñingmapa que exponen una de las prácticas más importantes del adiestramiento de los bodisatvas en el budismo mahayana. Nos muestran como utilizar todas las experiencias, tanto de felicidad como de sufrimiento, para progresar en el camino de la liberación. En estos tiempos difíciles y llenos de problemas, estos métodos, aplicados con perseverancia, permiten mantener en todas las circunstancias la mente serena y relajada, de modo que ni las alegrías ni las penas podrán perturbarla.

"Cualquier estado mental, ya sea de felicidad o de sufrimiento, tiende por naturaleza a incrementar si uno se acostumbra a experimentarlo. Si nuestra mente se habitúa a experimentar solamente el aspecto doloroso de cualquier experiencia adversa debida tanto a las circunstancias como a otros seres, entonces incluso el menor incidente llegará a provocarle una intensa aflicción. Como su intensidad aumenta a medida que nos vamos habituando a él, podemos llegar hasta el punto de que cualquier cosa que suceda nos aflija y desaparezca así cualquier posibilidad de ser felices.

Si culpamos a los acontecimientos externos, porque ignoramos que la culpa la tiene el modo en que nos hemos habituado a experimentarlos, surgirán el ...