

BREVES ENSEÑANZAS BUDISTAS

“La atención es el camino hacia la inmortalidad; la inatención es el sendero hacia la muerte.
Los que están atentos no mueren; los inatentos son como si ya hubieran muerto.”

Dhammapada

“Avanza despacio y llegarás pronto.”
Dalai Lama

“Si no puedes encontrar la verdad ahora mismo y donde estás, ¿dónde más esperas encontrarla?

Dogen

“El éxito y el fracaso depende de la sabiduría y la inteligencia, que nunca pueden funcionar apropiadamente bajo la influencia de la ira.”

Dalai Lama

“No podemos ayudar los demás si no nos ayudamos a nosotros mismos”
Sangharakshita

“A veces tu alegría causa tu sonrisa, pero también hay veces en las que tu sonrisa puede causarte alegría”.
Thich Nhat Hanh

“Aprender algo es conocerse a sí mismo. Estudiar el budismo es estudiarse a sí mismo”
Dogen

“Igual que el gran océano tiene un solo sabor - el sabor de la sal - también mis enseñanzas tiene un sólo sabor - el sabor de la libertad”.
El Buda

“Hay tres cosas que no deberían de escucharse: palabras aduladoras, charlas de última locura, consejos de un necio.”
Carta de Patrul Rimpoche

“La mente creativa ama aun cuando no hay razón para amar, es feliz cuando no razón para serlo, crea donde aparentemente no hay posibilidades de crear y construye un cielo en la desesperación del infierno
Sangharakshita

“La solución a muchas de nuestro limitaciones mentales o bloqueos emocionales yace en la generosidad, porque la práctica de generosidad es expansiva”
Dhardo Rimpoché

“El platanero se marchita después de haber dado su fruto. Solamente la Aspiración al Despertar es un árbol que fructifica y produce sin agotarse nunca.”
Santideva

“No aceptéis lo que digo simplemente por el respeto que me tenéis; del mismo modo que el oro es puesto a prueba en el fuego, poned mis palabras a prueba en el fuego de vuestra experiencia espiritual.”
El Buda

“La vida humana es el vehículo para el redescubrimiento de la naturaleza trascendental e inconcebible de la mente”
Lama Govinda

“Aunque uno pueda conquistar mil hombres mil veces, la victoria más gloriosa se produce al conquistarse a uno mismo”
Dhammapada

“El Buda es el primer ejemplo histórico de lo que es un ser humano en potencia”
¿Quién es el Buda?

“En el budismo no hay casos perdidos, siempre hay una esperanza”
Sangharakshita

“Para poder discernir quién es el Buda tenemos que hacer desaparecer el fantasma de Dios el creador del universo que aparece sobre él, sustituyéndolo con algo completamente diferente”
¿Quién es el Buda?

“El verdadero revolucionario no se deja llevar por los juegos de los demás: incluyendo el juego de violencia”
Sangharakshita

“¡Atención consciente es revolucionario! ”
Sangharakshita

“Lo esencial es dominar un camino, una senda hacia la verdad, siguiendo una tradición con toda la mente y todo el corazón hasta el final del viaje espiritual, y mostrándose al mismo tiempo abierto y respetuoso con todas las demás”

Sogyal Rimpoche

“Para cada persona, el aquí y ahora es diferente”

Deshimaru

“Todo discurso que ignora la incertidumbre no es el discurso de un sabio”

Ajahn Chah

“Si estamos buscando en las condiciones externas para traernos felicidad, estamos buscando en vano”

Ayya Khema

“La verdad espiritual no es algo complejo ni esotérico, sino que, de hecho, es simple sentido común. Cuando se comprende la naturaleza de la mente, se desprenden las capas de confusión”

Sogyal Rimpoche

“Cuando se encuentre sentado en meditación diga - frente a cada pensamiento que pasa por ahí - "Ese no es asunto mío".

Ajhan Chah

“Si estamos infelices queremos saber por qué. Pero no se nos ocurre cuestionar por qué estamos felices. Así que es la infelicidad y no la felicidad que nos hace pensar y reflexionar sobre nuestra condición.”

Sangharakshita

“Usted es su propio maestro. Estar buscando maestros no puede resolver sus propias dudas. Investíguese a sí mismo para encontrar la verdad – adentro, no afuera. Lo más importante es conocerse a sí mismo

Ajhan Chah

“Un monje debe dar la impresión que viene de otro mundo - no solamente de otro país. “Merece la pena recordar la imagen de Siddhartha sentado en meditación mientras es atacado por Mara; los misiles del ejercito de Mara se transforman en flores de dulce fragancia que caen in ofensivamente alrededor del Buda” a

“¿Cómo podemos amar a nuestro enemigo? Sólo hay un camino: comprenderle. Debemos comprender por qué es como es, cómo llegó a ser lo que es, y por qué no ve las cosas como las vemos nosotros.”

Thich Nhat Hanh

“Cuando sentimos el amor, nuestra mente se expande y abre lo suficiente para incluir la totalidad de la vida con plena conciencia, tanto en sus placeres como en sus dolores.”

Sharon Salzberg

“La meditación no es una evasión, es un sereno encuentro con la realidad. La persona que practica atención mental debe estar tan despierta como el conductor de un coche: si no está despierta le poseerán la dispersión y el olvido, tal y como un conductor que no está despierto puede fácilmente causar un grave accidente.”

Thich Nhat Hanh

“Dana (generosidad) consiste no tanto en el acto de dar como en el sentimiento de querer dar de querer compartir lo que tienes con los demás. Este sentimiento de querer dar o compartir es frecuentemente la primera manifestación de una vida espiritual”

“Dana (generosidad) es la virtud budista básica sin ella apenas si puedes llamarte budista.”

Paramananda

“Dana (generosidad) es la virtud budista básica sin ella apenas si puedes llamarte budista.”

“Merece la pena recordar la imagen de Siddhartha sentado en meditación mientras es atacado por Mara; los misiles del ejercito de Mara se transforman en flores de dulce fragancia que caen in ofensivamente alrededor del Buda”

Paramananda

“A ningún obstáculo le gusta que se rían de él”

Paramananda

Las emociones negativas no prosperan en una situación de claridad y metta (amor)”

Paramananda

“Los humanos, las deidades mundanas, los insectos, los animales, todos son igualmente seres sentientes, todos tienen experiencias similares... Una vez hemos comprendido que nuestra inteligencia es más valiosa, debemos comprender asimismo que nuestra responsabilidad es también mayor. ¡Cuida de estos otros seres en lugar de utilizarlos”

Dala Lama

“El hombre que busca al Buda no es como la gota de agua que cae en el océano y se pierde; el océano es el que entra en cada gota de su ser.”

Nancy Wilson Ross

“Estrictamente hablando - no hay personas iluminadas - sólo actividad iluminada”
Shunryu Suzuki

“Cuando por fin te llegue la muerte, recíbela como un viejo conocido, siendo consciente de hasta qué punto el mundo fenoménico es realmente semejante a los sueños y transitorio.”
Dilgo Khyentse Rimpoche

“...son las ideas budista las que pueden contribuir a llenar un vacío, no la cultura budista. El mundo occidental no tiene necesidad de las trompas tibetanas de cinco metros de largo, por muy originales que sean. En cambio, la búsqueda del conocimiento que erradica el sufrimiento interesa a todo ser vivo”
El Monje y el Filósofo

“¿a cuántos malos tendría que matar? Su número es como el espacio, infinito. Pero si mato el espíritu del odio, todos mis enemigos perecen al mismo tiempo.”
La marcha hacia la luz

“...tienes dos posibilidades, o cambias el mundo a tu alrededor o te cambias a ti mismo. El segunda es difícil pero la primera es imposible”
Sangharakshita

“Morir es tan sólo una coma en el libro de la vida.”
El renacer budista, la rueda de la vida y la muerte

“Todas las teorías son legítimas y ninguna tiene importancia: lo que importa es los que se hace con ellas.”
Jorge Luis Borges

“La felicidad sólo se alcanza cuando la vida transcurre en concordancia con nuestros deseos, o cuando nuestros deseos se armonizan con la vida. Lo segundo es difícil, no hay dudas; pero lo primero es imposible”
Una panorámica del budismo