



Lama Zopa Rinpoché, Nepal, Diciembre 2018. Foto por Ven. Lobsang Sherab.

Noticias sobre Lama Zopa Rinpoché:

[Calendario](#)

[Consejo](#)

Noticias de la oficina internacional:

[Informe anual 2018: vivir con compasión](#)

[Nuevos materiales de los servicios educativos](#)

[Apoyar a los ancianos tibetanos necesitados](#)

La FPMT en el mundo:

[Regocijo:](#)

- [Reunión nacional productiva en México](#)

- [Actualizaciones desde LZRTP](#)

[Oportunidades de ofrecer servicio en la organización de la FPMT](#)

[Impermanencia en el trabajo](#)

Noticias sobre Lama Zopa Rimpoché:



Khyongla Rato Rinpoché y Lama Zopa Rinpoché, Tushita Meditation Center, Dharamsala, India, Febrero 2019. Foto por Ven. Nicky Vreeeland

[Calendario](#)

Ponemos a vuestra disposición grabaciones de enseñanzas recientes en [Rinpoché disponible ahora](#).

Consejo

La ventaja de estimar a los demás

Lama Zopa Rinpoché le dio este consejo sobre cómo desarrollar un buen corazón a un estudiante que había dado clases de sanación en un centro durante veinticinco años: “como sabes, cuidar de otros seres, la compasión por los seres sintientes, querer a los demás, abre las puertas a cualidades ilimitadas.

[Léelo completamente aquí.](#)



Lama Zopa Rimpoché y monjes haciendo una puja de incienso en el Monasterio de Kopan, febrero 2019. Foto por Ven. Lobsang Sherab.

Comprueba cuidadosamente cuando medites en la vacuidad



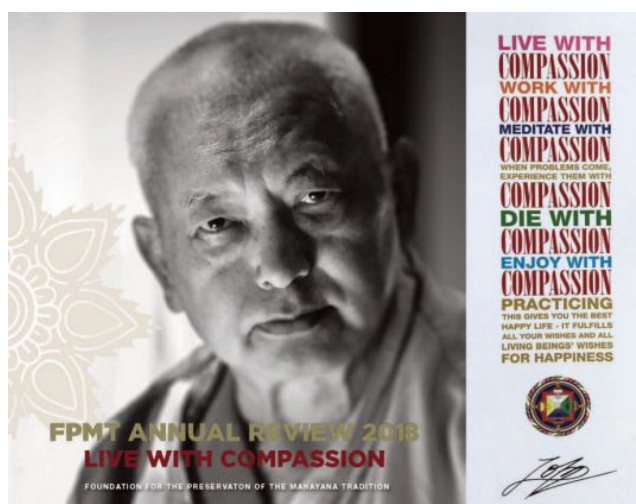
Lama Zopa Rimpoché enseñando en el retiro de la Luz del Camino 2016, Black Mountain, Carolina del Norte, Estados Unidos, Agosto 2016. Foto por Ven. Roger Kunsang.

En Agosto 2016, durante el [retiro de la Luz del Camino](#), Lama Zopa Rimpoché dio un consejo a un estudiante sobre cómo comprobar cuidadosamente cuando meditase en vacuidad: “cuando mucha gente medita en vacuidad dice que no existe nada. ¿Entiendes? Nada existe. Cuando haces esto, no estas meditando en vacuidad” [Léelo completamente aquí o mira este vídeo](#).

Suscríbete a las noticias del blog de la FPMT y recibe noticias regularmente

Noticias de la Oficina Internacional

Informe anual 2018: vivir con compasión



Estamos contentos de presentar nuestro [informe anual 2018: vivir con compasión](#). Nuestro [informe anual](#) puede leerse como [revista electrónica](#) y como [PDF descargable](#). “Desde el fondo de mi corazón, gracias innumerables veces por todo vuestro servicio, dedicación, por practicar el sagrado Dharma con vuestro cuerpo, palabra y con vuestra mente, y por vuestra devoción y buen corazón,” escribe [Lama Zopa Rinpoché](#) en el informe anual de este año. Además de consejo de Rinpoché, el informe anual 2018 incluye una actualización del CEO de la FPMT Ven. Roger Kunsang, un resumen de las actividades de Dharma de Lama Zopa Rinpoché, y lo más destacado del departamento de la Oficina Internacional.

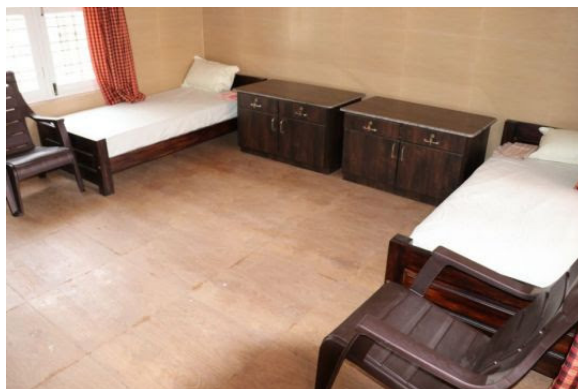
Nuevos materiales de los servicios de educación

Escrito por Lama Zopa Rinpoché, [Reconocer el falso yo](#), ahora en ebook y formato PDF, es un comentario y conjunto de técnicas sencillas de meditación para identificar el objeto a ser refutado -lo que Rinpoché llama “el falso yo” - durante la reflexión en la vacuidad. El texto fue compuesto específicamente por estudiantes involucrados en la autogeneración -frecuentemente llamada “la deidad última” -de la práctica tántrica de kriya yoga como [Nyung Nas](#). Las meditaciones pueden ser usadas por los estudiantes durante los retiros del Sutra del Corazón o en cualquier otro retiro centrado en la vacuidad. De forma adicional, Rinpoché ofrece estas técnicas a todos los estudiantes en general, para ayudarles a meditar correctamente en la vacuidad durante su práctica diaria.

- [Meditaciones en Tara Blanca](#), ahora en formato de libro electrónico. La práctica de Tara Blanca fortalece y restaura la buena salud y la energía vital.

- [Una meditación en Manjushri naranja](#), ahora en formato libro electrónico, escrito por el Quinto Dalai Lama.

Apoyando personas mayores necesitadas



Dos residentes comparten estas nuevas, simples y limpias habitaciones en el Hogar de Lungsum Samduling para personas mayores discapacitadas.

Gracias a la amabilidad de los donantes del fondo, el [fondo de servicios sociales](#) ha ofrecido becas para apoyar la extensión del hogar Lungsum Samduling para personas mayores discapacitadas, en Bylakuppe, India, que cuida de aproximadamente cuarenta personas mayores tibetanas. Esto ha permitido añadir alojamiento y ruedas de oraciones. Muchos refugiados de primera generación tendrían muy pocas posibilidades de encontrar alojamiento y apoyo sin hogares como este considerando que muchos no tienen familia propia. Además, mediante el apoyo a la creación de objetos sagrados, la FPMT está ayudando a las personas mayores a cuidarse y a crear condiciones para que creen méritos para esta y para vidas futuras. El fondo de servicios sociales ha estado apoyando personas mayores tibetanas de esta forma desde 2015, y ofrece actualmente fondos a seis hogares.

La FPMT en el mundo:

Regocijo: reunión productiva de la reunión nacional en México



La coordinadora nacional FPMT Gilda Urbina organizó una reunión nacional fructífera para centros, proyectos, servicios y grupos de estudio en México.

Actualizaciones de LRZTP

- [LRZTP 8](#) finalizará en Marzo 2020, seguido de un intensivo de interpretación de dos meses.
- Un curso breve introductorio de tibetano comenzará en Abril de 2019.
- LRZTP 9, el próximo curso de dos años, comenzará en octubre 2020: la publicidad y la inscripción para este curso comenzará a mediados de este año.

Oportunidades de ofrecer servicio en la organización de la FPMT

¿Te gustaría pasar tus días de forma significativa? Consulta las [oportunidades meritorias de ofrecer servicio](#) como voluntariado o como personal salariado en centros de la FPMT, proyectos, servicios, y servicios alrededor del mundo. Han sido recientemente añadidos: Centro Nagarjuna, Madrid, España busca nueva dirección; Centro Mahamudra, Nueva Zelanda, necesita nueva coordinación espiritual; el monasterio de Nalanda ofrece muchas oportunidades de voluntariado.

Impermanencia en el trabajo

La información de contacto de los centros de la FPMT, proyectos y servicios puede encontrarse en el [directorio de la FPMT](#).

Ganden Tendar Ling, Rusia

Damos la bienvenida a la nueva dirección – Andrey Lomonosov

Istituto Lama Tsong Khapa, Italia

Ha cambiado su dirección de correo electrónico: segreteria@iltk.it

Root Institute, India

Damos la bienvenida a la nueva coordinación espiritual (SPC) – Ven. Khadro

Con gratitud a la pasada coordinación – Drolkar Court

Gonpo Ludup Study Group, Estados Unidos, ha cerrado.

FPMT International Office
1632 SE 11th Avenue, Portland, OR 97214, United States