



# FPMT PROGRAMA BÁSICO

## Descripciones del tema

### Las etapas del camino

*Con el estudio llega la comprensión, pero necesitamos ponerla en práctica. Por lo tanto, es indispensable aplicar tanto como podamos lo que hemos estudiado...*  
Lama Tsongkhapa



El célebre sistema de enseñanzas conocido como las Etapas del Camino (lamrim) representa una síntesis de las enseñanzas esenciales de sutra, desde la correcta devoción al maestro y la renuncia, hasta el supremo altruismo y el punto de vista del camino medio. Presentadas de forma clara y concisa, dichas enseñanzas son fáciles de entender y de aplicar con la meditación. Constituyen el fundamento y el contexto del Programa Básico.

### El sutra del corazón

*La forma es vacía, la vacuidad es forma; la forma no es más que vacuidad, la vacuidad no es más que forma...*  
Buda Shakyamuni



El famoso *Sutra del corazón* revela la verdad de la vacuidad a través de un corto diálogo entre dos de los discípulos más ilustres de Buda: Avalokiteshvara y Sariputra. Los comentarios tradicionales amplian el estilo críptico del sutra a fin de esclarecer la naturaleza de la sabiduría que comprende la vacuidad, así como las prácticas del “método” que son su complemento esencial.

### El adiestramiento mental mahayana

*Y así se compara a los bodisatvas con los pavos reales: viven de los engaños –esas plantas venenosas-, y transformándolos en la esencia de la práctica, se desarrollan en la selva de la vida diaria. Aceptan todo lo que se les presenta, mientras destruyen el veneno del deseo que se aferra...*  
Dharmarakshita



Explicación de los medios para desarrollar y aumentar la actitud Mahayana –la aspiración de convertirse en un buda para beneficiar a todos los seres– y, en especial, cómo transformar las circunstancias adversas con ese fin.

### El compromiso con las acciones del bodisatva

*Mientras dure el espacio y mientras existan seres vivos, que yo también pueda estar para disipar el sufrimiento del mundo.*

Shantideva



La enseñanza sobre la conducta del bodisatva se basa en los inspiradores versos de Shantideva sobre la aspiración y la práctica mahayanas. Compuestos hace más de mil años son aún hoy ampliamente considerados como la guía auténtica y más completa para el practicante dedicado a la iluminación de todos los seres. Un clásico, que ofrece desde prácticas sencillas para tratar las emociones destructivas hasta el análisis más refinado sobre la verdad última.

### Mente y cognición

*Todos los logros humanos están precedidos por el conocimiento correcto.*

Dharmakirti



Introducción al conocimiento budista de la mente y de sus funciones. Incluye tanto una presentación de la cognición en sus variadas formas, válidas y distorsionadas, como la psicología budista sobre los estados mentales positivos y negativos relevantes para la práctica del camino hacia la liberación.

### Postulados

*Mi doctrina tiene dos modalidades: consejos y principios filosóficos. A los niños les doy consejos y a los yoguis, principios filosóficos.*

Lankavatarasutra



Basados en la idea de que Buda enseñó cosas diferentes según las capacidades de las distintas personas, los discípulos tibetanos sistematizaron las numerosas corrientes del pensamiento budista indio en cuatro escuelas de postulados, como medio para acercarse a las enseñanzas filosóficas más profundas mediante niveles más accesibles.

### Ornamento del conocimiento claro - capítulo cuatro

*Rindo homenaje a la Madre de los budas y las multitudes de oyentes y bodisatvas, que a través del conocedor de todo lleva a la paz a los oyentes que buscan la pacificación, que a través del conocedor de los caminos hace que los que ayudan a los seres logren los objetivos del mundo, y a través de cuya posesión perfecta los Munis exponen estas variedades que tienen todos los aspectos.*

Maitreya



El ornamento del conocimiento claro por Maitreya es el texto raíz para el estudio de los niveles y tipos de realización en el camino de la iluminación. Tradicionalmente, constituye la base para el estudio extenso de los programas de estudios en las universidades monásticas.

## La esencia del Tatagata

*Me inclino ante el que sin principio, medio ni final posee una calma serena, una mente clara, y está totalmente evolucionado. El que se liberó de sus propios aspectos, y una vez libre enseña sin temor los constantes caminos de la mente para llevar el conocimiento a los que no lo tienen...* Maitreya



Una de las enseñanzas más importantes en todas las tradiciones del budismo tibetano, que esclarece el significado de nuestro potencial búdico, y en especial la vacuidad de la mente que permite evolucionar hacia el estado de plena iluminación.

## Fundamentos y caminos del mantra secreto

*En resumen, la budeidad que se consigue en eones incontables la lograrás en esta vida por medio del gozo más excelente, el estado de Vajradhara.”* Samputa Tantra



Un visión general concisa de la estructura del camino tántrico. Una distinción especial del tantra es su inigualable combinación de método y sabiduría, lograda a través de meditar en la forma perfecta de un buda completamente vacía de existencia real.

## Suplementos

### Los setenta temas

Los setenta definiciones constituyen un importante estudio sobre el camino completo a la iluminación del sutra tal como se presenta en el *Ornamento del conocimiento claro*. Incluye todos los aspectos fundamentales de base, camino y meta en el Mahayana.

### Los tres cuerpos básicos: muerte, estado intermedio y renacimiento

La muerte, el estado intermedio y el renacimiento sostienen el samsara, la condición de renacer repetidamente impulsado por la acción y el engaño previos. Pero también son los tres “cuerpos básicos” en la práctica del yoga del tantra supremo, al ser los fundamentos para su transformación altruista en los cuerpos de verdad, de gozo y de emanación de un buda. Dicha transformación se produce simulando en la meditación las etapas del proceso de la muerte que culminan con la manifestación de la mente de luz clara.

### Tantra del yoga supremo

Exégesis sobre la puesta en práctica del tantra del yoga supremo de una deidad, y en especial sobre los dos estadios de la generación y de la perfección. En la práctica del estadio de la generación se utiliza la imaginación como medio para cultivar la forma y el entorno puros de un buda. Le sigue el estadio de la perfección, en el cual el practicante adquiere un dominio creciente de las energías vitales sutiles, que culmina con la capacidad para manifestar la poderosa mente de la luz clara —la mente óptima para la realización de la vacuidad—y, finalmente, con la unión de la mente de la luz clara y el cuerpo ilusorio.