



El arte de vivir  
es tener  
El sol, en mi corazón  
Que es...  
La esencia del amor



**El arte del poder**

conseguir

**Domar al tigre interior**

En el aquí y

**En el ahora**



Mi

Cita con la vida

... cuidar

La Ira, el dominio del fuego interior

...y el

Miedo



**Nuestro verdadero hogar**

Junto a nuestros ancestros de sangre y espirituales son el...

**Buda viviente, el Cristo viviente**

...y otros tantos, que me siento

**Volviendo a casa**



El largo camino

Que me lleva a la alegría, es

El milagro del mindfulness

Las  
enseñanzas  
de Buda

LLAMADME  
POR MIS  
VERDADEROS  
NOMBRES

saborear

saborear

Las enseñanzas de Buda

“llamarte”

Llamadme por mis verdaderos nombres

...eso es

Saborear



Comprender nuestra mente

es

El arte de cuidar a tu niño interior

La verdadera

Fidelidad



Una forma de

**El arte de comunicar**

es

**Aplacar el miedo**

y

**Sintiendo la paz**





El poder de la plegaria  
me lleva a comprender las  
Enseñanzas sobre el amor  
esa es mi, la verdadera  
Felicidad



Sé que

**La muerte es una ilusión**

...con esta certeza camino

**Hacia la paz interior**

al saber, que

**Estás aquí en el momento presente**



Las claves del Zen

Son sencillas:

Nada que hacer, ningún lugar a donde ir

Y de este modo

Vivir el budismo



El corazón de las enseñanzas de Buda

me llevan a pregonar

Un canto de amor a la Tierra

con...

Un guijarro en el bolsillo



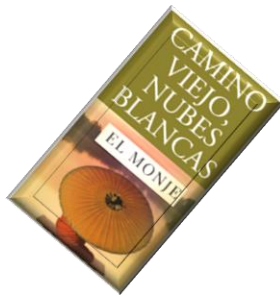
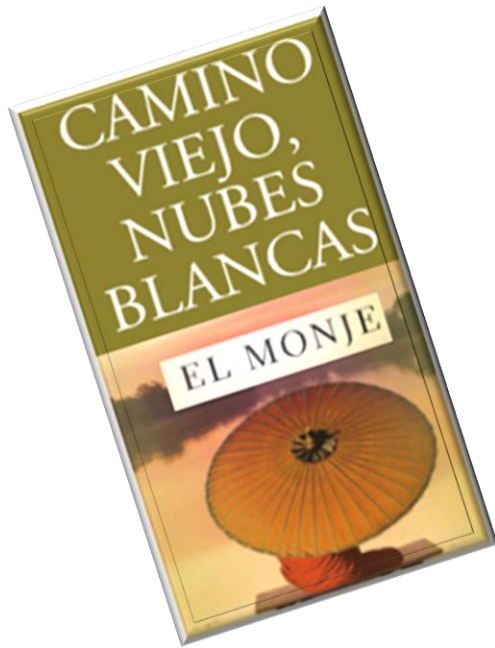
*Sin barro no crece el loto*

Ni hay

*Transformación y Sanación*

... y sin embargo, todo lo puedo en el

*Silencio*



Por el

**Camino viejo, nubes blancas**

estaba...

**El monje**



La mente y el cuerpo de Buda

... son para mí

El corazón del cosmos



¿Cómo lograr el milagro de vivir despierto?

...respuesta:

**Ser paz**

**A la sombra del manzano rosá**

...así de sencillo





Recibe un fuerte abrazo

... porque

La paz está en cada paso...