El infierno está aquí, rodeándonos y también está en nosotros como una semilla. Necesitamos cultivar lo positivo para generar la energía de la comprensión y de la compasión y transformar el infierno. El infierno, como el reino de Dios, está en la vida cotidiana; la decisión es tuya.

Enero 2022						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
					1 Año Nuevo	2
3	4	5	6 Reyes Magos	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Cuando un monje camina, sabe: "estoy caminando". Cuando está sentado, sabe: "estoy sentado". Cuando está tumbado, sabe: "estoy tumbado". Sea cual sea la posición que el cuerpo adopte, el monje debe ser consciente de esa posición.

Febrero 2022						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

En el lugar donde ahora estoy sentado otras personas se han sentado en el pasado y de aquí a mil años otros también lo harán.

Marzo 2022						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

La plena conciencia es al mismo tiempo un medio y un fin, la semilla y el fruto. Al practicarla, la plena conciencia es una semilla. Su presencia significa la presencia de la vida, por eso la plena conciencia también es el fruto.

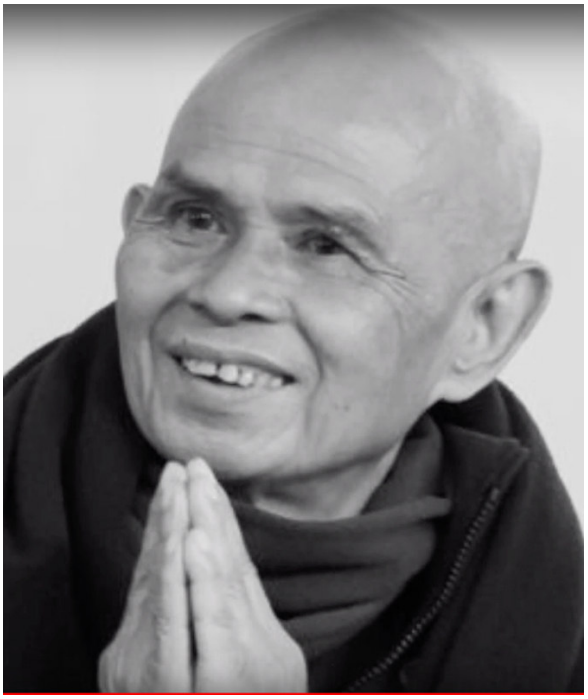
Abril 2022

Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14 Jueves Santo	15 Viernes Santo	16	17 Pascua
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

"Haz de ti mismo una lámpara", dijo el Buda antes de morir. Claramente soy prescindible, aunque me siento a mi mismo convirtiéndome en algo de un valor inexplicable.

Mayo 2022

Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16 VESAK	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					



Ser un maestro del Dharma es maravilloso. Maravilloso no porque tengamos un título de miembro de la orden del Interser o de maestro del Dharma, sino porque tenemos oportunidad de practicar y organizar.

Junio 2022						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
		1	2	3	4	5
6	7	8	9 D	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

No pienses que el conocimiento que tienes hoy sea inmutable o una verdad absoluta. Evita tener mente estrecha y atarte a tus puntos de vista actuales. La verdad está en la vida y no en los conceptos.

Julio 2022

Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

El dharma es el camino de la luz.
Nos saca del camino del olvido y nos lleva a la vida en plena conciencia.

Agosto 2022

Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Con cuerpo, palabra y mente en perfecta unión, envío mi corazón con el sonido de esta campana. Que quienes la oigan despierten del olvido y trasciendan toda ansiedad y sufrimiento.

Septiembre 2022						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Lo más importante es no dejar que ninguna sensación o pensamiento surjan en ti sin que los reconozcas: así serás el guardián de un palacio que se fija en cada rostro que pasa por el pasillo de la entrada.

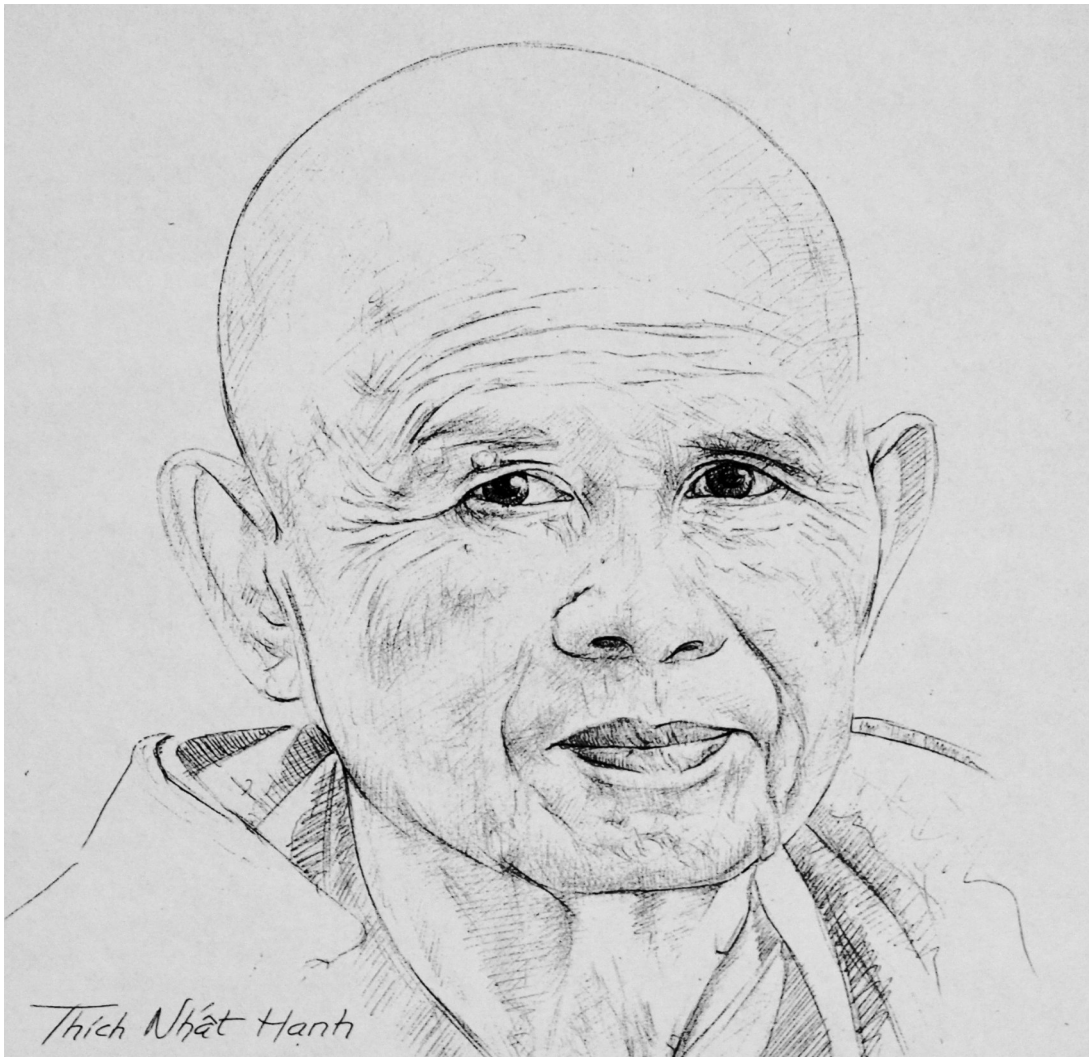
Octubre 2022

Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11 Feliz continuación, Thay	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Sé el silencioso capullo de una flor en el seto. Sé una sonrisa, una parte de la maravillosa existencia. Esta tierra es tan bella como la de nuestra infancia. Te ruego que no la dañes, y sigue cantando.

Noviembre 2022

Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				



Tu eres el milagro y todo lo que tocas puede convertirse en milagro

Diciembre 2022						
Lu.	Ma.	Mi.	Ju.	Vi.	Sá.	Do.
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	