A vibrant crowd of people at a festival, likely Holi, with yellow powder and confetti in the air. The scene is filled with energy and celebration. The background shows a large crowd of people, some with their hands raised, and a bright yellow powder cloud. The foreground shows people with confetti on their faces and clothing. The overall atmosphere is festive and joyful.

# Hacia Una Transformación Colectiva de la Humanidad

**Alfredo Sfeir-Younis**  
**Dzambling Cho Tab Khen**

**SFEIR-YOUNIS, Alfredo**

**Hacia Una Transformación Colectiva de la Humanidad, Chile, 2024**

**Diagramación: Gonzalo Castellón Grime**

**Crédito de imágenes utilizadas en este libro bajo licencia Creative Commons:**

**Extraídas de Pexels.com**

**Adnan Uddin, Michael Block, Anna Shvets, Pixabay, cottonbro studio, Marek Piwnicki, Johannes Plenio, Sippakorn Yamkasikorn, Anandajoti Bhikkhu, Ethan Sees, Julia Larson, Khoa Võ, Ian Turnell, Amy Chandra, Anthony DeRosa, Alisha Lubben, Yogendra Singh, Margaret Weir, Collines Omondi, rehan verma, Chinmay Singh, Lucas Allmann, Jeffrey Czum, Kaique Rocha, Pragyan Bezbaruah, Hannah Nelson, Daniela Ruiz, FUTURE KIID, Wendy Wei, Brandon Nickerson, Jens Johnsson, Min An, Polina Tankilevitch, Cup of Couple, Roberto Nickson, Ehsan Haque, Eduardo Rivas, Mikhail Nilov, Rodolfo Quirós, Jhon Ferreira, Artem Saranin, Chiara Caldarola, JACK REDGATE, Ketut Subiyanto, Marllon Cristhian Barbosa, Suliman Sallehi, Stijn Dijkstra, Deneen L Treble, Sarah Chai, Karolina Kaboompics, RF\_.studio, Ricky Esquivel, Fabio Campos, Mikhail Nilov, Elijah O'Donnell, Sayantan Kundu, Airam Dato-on, Александр Прокофьев, Kenneth, Vitória Santos, Rodolfo Clix, Lara Jameson, William Warby, Andrew Schwark, Gül Işık, Eky Rima Nurya Ganda, Mathew Thomas, Anete Lusina, Markus Spiske, Mikechie Esparagoza, Chalta Phirta**

**Extraídas de pxhere.com**

**PxHere, countermarch**

**Extraídas de Wikimedia.org**

**NASA Worldview application, Pablo Trincado, Cristobalsynth135, Amanda Rivera, Jorge Barrios, Vivian Morales C., SYLLA Cheick 225, Rosario Nieto Chadwick, Felvalen, Jorge Morales Piderit, PNUD, MissChile007, CARLOS TEIXIDOR CADENAS, Luca Galuzzi, Gonzalo Mendoza, Barcex, H3kt0r, Nicolás15, Sfs90, Adam Jones**

**Extraídas de Flickr.com**

**Cuarta Compañía de Bomberos Los Angeles 'Bomba Chile-España', Jardín Botánico Nacional, brewbooks, PERIODISTA Ramiro García, artangelo, Jimmy Baikovicus, Roberto Mardones Santistevan**

**Extraídas de Animalia.bio**

**Rodrigo Ramirez**

**Extraídas de Pixnio.com**

**Pixnio, Hillebrand Steve**

**Extraídas de Libreshot.com**

**Libreshot**

**Extraídas de Rawpixel.com**

**NASA**

# Hacia Una Transformación Colectiva de la Humanidad

**Alfredo Sfeir-Younis**  
**Dzambing Cho Tab Khen**

# PREFACIO

**Para la humanidad, su gran desafío de hoy es encontrar una forma colectiva de vivir armónicamente en nuestro planeta. Quizás, esto no es sorpresa para nadie; sin embargo, nos comportamos como entidades completamente independientes, desinteresados por el “otro”, tanto en relación a otros seres humanos, como en relación a todos los seres sintientes y a la naturaleza. No hemos acordado una visión incluyente. No hemos definido aquellos instrumentos que nos permitan el manejo adecuado de los bienes comunes de la humanidad. No estamos dispuestos a cambiar la institucionalidad global solamente para satisfacer el poder y las necesidades de un grupo muy reducido de países. No hacemos los esfuerzos indispensables para aumentar el nivel y la calidad de nuestra consciencia colectiva. Suma y sigue.**

**La espiritualidad de hoy, de manera como la entiende la persona común, se ha transformado en un instrumento que acentúa el individualismo. La lógica de que el cambio solamente empieza con uno mismo es tan poderosa, que nadie se ha atrevido a desafiarla, con otra visión donde no hay transformación individual sin que haya, simultáneamente, una transformación colectiva al mismo tiempo. Las cosas se confunden en lenguajes imprecisos, como pensar que hablar de lo colectivo es sugerir un colectivismo. Nada mas alejado de mi realidad. La propuesta aquí no es un colectivismo, sino un deber de auto-realizar nuestra interdependencia total: “yo soy porque tu eres y tu eres porque yo soy”, simultáneamente.**

**Aquí encontrarán lo que he compartido en mi Facebook (2023), con la idea de ir alimentando una nueva visión para todas las formas de vida. Muchas veces, estos pensamientos demandan una reflexión sincera, profunda y acabada, para así lograr el máximo impacto en tu crecimiento espiritual, y el crecimiento espiritual de todas las formas**

**de vida en nuestro entorno.**

**Estoy usando esta serie de libros para hablar de lo que ofrece el Budismo Social en la solución de los problemas que aquejan a la mayor parte de la humanidad.**

**Que tu camino se alimente de estas ideas simples, pero relevantes.**

**Al servicio de la humanidad, siempre,**

*Alfredo Sfeir-Younis  
Dzambling Cho Tab Khen*

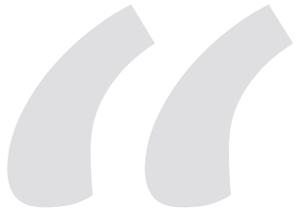
“

**Es un año  
de mucha  
complejidad e  
incertidumbre.  
Momento  
para caminar  
juntos.**

”

**Enero 06**





**Tu verdadero  
poder reside  
en que nadie  
es como tú.  
Caminemos  
juntos.**



Enero 07





**La acción está  
sujeta a La Ley  
Natural: poseemos  
el ritmo del agua,  
la danza del fuego,  
la velocidad del  
viento, la firmeza  
de la tierra y la  
inmensidad del  
espacio.**



Enero 09





**Atisha:**

**“La sabiduría sin método o el método sin sabiduría son estados de esclavitud”.**

**Buda:**

**“Las preconcepciones son la gran ignorancia que nos causa hundirnos en el océano del samsara”.**

**Shrimala:**

- (I) Alentar a los demás con palabras afectuosas y consideradas, mediante el diálogo (en sánscrito, priyavacana).**
- (ii) Dar ofrendas a los demás; es decir, dar a la gente lo que cada cual necesita (dana).**
- (iii) Actuar en beneficio de los semejantes (artha-carya).**
- (iv) Unirse a otros y trabajar junto al pueblo (samanartha).**



Enero 09





**Si Puedes Amar, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Reconciliar, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Hacer Un Acto De Compasión, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Perdonar, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Proteger, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Bailar, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Cantar, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Sonreir, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Ver La Luna, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Mirar El Sol, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Darnos Tus Manos, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Apoyar, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Conocerte A Tí Mismo/a, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Conocer A Tu Divinidad, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Caminar El Verdadero Camino, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Corregir Tus Hábitos, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Meditar, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Orar, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Expandir Tu Consciencia, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Buscar Tu Paz Interior, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Abrazar Las Estrellas Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Concebir, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Enmendar, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Arrepentirte, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Ser Una Mejor Persona, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Perdonarte, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes Estudiar, Hazlo Ahora**  
**Si Puedes.....Hazlo Ahora**  
**Mañana Será Muy Tarde**



Enero 12





**Un posible camino  
espiritual:**

**“La saturación total del ser”.  
No repitas una sola vez un  
mantra, sino un millón de  
veces. No reces una vez la  
oración, rézala un millón  
de veces. Satura tu ser con  
la práctica de las virtudes.  
Observa que pasa.**



Enero 15



“

**Chile debe  
transformarse  
en un país  
ecológicamente  
civilizado.**

”

Enero 20





**El cántaro va  
tantas veces  
al agua hasta  
que se rompe.  
¿Qué  
hacemos una  
vez roto?**



Enero 22





**Santideva y El Bodhisattva:**

- I. Quiero transformarme en el doctor y la medicina.  
La medicina suprema.**
- II. Quiero ser el enfermero de todos los seres enfermos  
hasta que todos y cada uno sea sanado.**
- III. Quiero ser un tesoro inagotable para los  
pobres y destituidos.**
- IV. Quiero transformarme en todo lo que ellos necesiten y  
estar cerca de ellos.**
- V. Quiero alcanzar una mente que no tiene tristeza.**
- VI. Quiero que cada vez que alguien se acerque a mí y  
tenga un intercambio, que esto tenga mucho  
sentido para ellos.**
- VII. Quiero ser un protector para aquellos  
que no tienen uno.**
- VIII. Quiero ser un puente para aquellos que quieran  
atravesar hacia la luz.**
- IX. Quiero ser una lámpara para quienes quieren  
salir de la oscuridad.**
- X. Quiero siempre apoyar la vida a través de los cinco  
elementos: agua, espacio, viento, tierra y fuego.**
- XI. Quiero dar a luz mi mente del despertar interior.**
- XII. Quiero que mi mente del despertar se transforme en  
un puente universal, en el espacio y el tiempo.**
- XIII. Quiero convertirme en el sol para  
eliminar la ignorancia.**



Enero 22



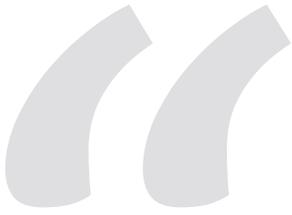


**La felicidad  
de algunos  
no puede ser  
a expensas  
de la tristeza  
de otros,  
incluyendo la  
naturaleza.**



Enero 24





Sugerencias para tu camino. Las 10  
Abstenciones, Los 10 Preceptos...  
“Abstención de matar seres vivos.  
Abstención de tomar lo no dado.  
Abstención de mala conducta sexual.  
Abstención de discurso falso.  
Abstención de palabras ásperas.  
Abstención de discurso frívolo.  
Abstención de palabras calumniosas.  
Abstención de la codicia.  
Abstención del odio.  
Abstención de opiniones falsas.”  
Que tarea!!!



Enero 28



“

**La memoria  
es el resultado  
de un saldo  
kármico.**

”

Enero 30





**La virtud se  
aumenta con  
naturalidad  
cuando no  
estamos  
distráidos.**



Febrero 02



“

**Experimentemos  
la realidad  
en forma  
consciente.  
De allí surge tu  
sabiduría.**

”

Febreiro 03





**Muchos siglos  
de ex-tegración.  
Hoy tomemos  
el camino de la  
in-tegración.**



Febrero 03

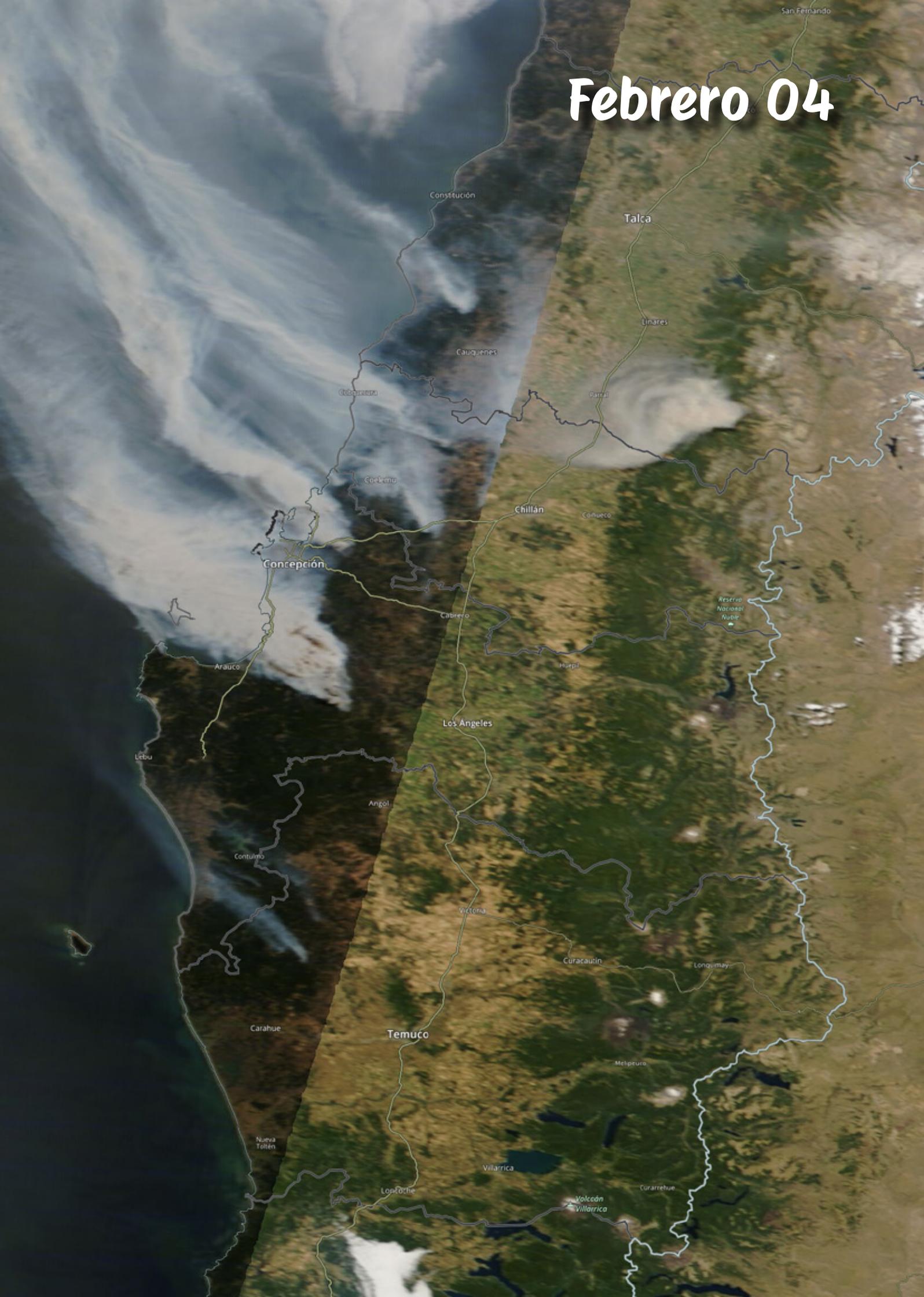




**Incendio Brutal.  
Gracias, Bomberos  
de Ninhue y otros  
municipios. Gracias,  
equipos de rescate.  
Gracias, personas  
anónimas y vecinos  
que arriesgaron sus  
vidas por nosotros.  
Ayudemos a los que  
perdieron todo.  
SOHA.**



# Febrero 04



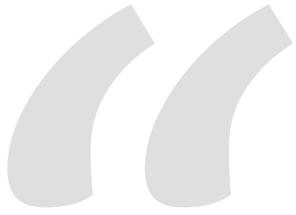


**Ordenamiento  
Territorial  
Ahora  
(Constitución).  
Incendios  
destruyen el  
tejido social!**



Febrero 04





**Quiero agradecer  
vivamente  
a todas las  
personas que  
vinieron ayer a  
parar un fuerte  
incendio en la  
Zona Coroney.  
Gratitud infinita.**



Febrero 06





**Somos una  
casa de  
huéspedes:  
la mente, los  
estados de  
consciencia, las  
emociones...**



**Febrero 07**





**Sólo un  
fósforo  
enciende  
un bosque,  
pero infinitos  
litros de agua  
apagan un  
árbol.**



Febrero 07





**¡Noche de  
Fuego!  
Fallo fotográfico.  
¡¡Gratitud  
Infinita!!**



**Febrero 09**



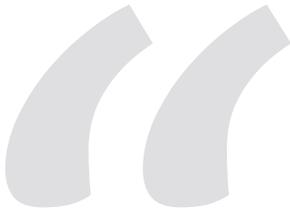
“

**Ver todo quemado es devastador. Va más allá de lo material. En meditación profunda.**

”

Febrero 12





En nuestro caminar espiritual estamos llenos de deseos que, si no sabemos como abordarlos, nos distraen mucho. El Buddha nos da prácticas espirituales que ayudan a abordar esos deseos. Una presentación que delinea la espiritualidad en su máxima expresión. Aquí se las comparto:

- i. Quien desee mérito, debería de hacer ofrendas al Tathagata;
- ii. Quien desee discernimiento, debería de aplicarse al estudio;
- iii. Quien desee un renacimiento en los cielos, debería de llevar una conducta moral;
- iv. Quien desee riqueza, debería de intensificar su generosidad;
- v. Quien desee belleza, debería de cultivar la paciencia;
- vi. Quien desee elocuencia, debería de respetar al maestro espiritual;
- vii. Quien desee memoria, no debería de albergar un orgullo excesivo;
- viii. Quien desee conocimiento, debería de practicar frecuentemente una atención mental apropiada;
- ix. Quien desee la liberación, debería de abstenerse de todo mal;
- x. Quien desee hacer felices a todos los seres, debería de despertar la mente de la Iluminación (Bodhochitta);
- xi. Quien desee tener una voz encantadora, debería de hablar siempre la verdad;
- xii. Quien desee desarrollar cualidades virtuosas, debería de estar alegre en la soledad;
- xiii. Quien desee el Dharma, debería de atender al amigo espiritual (Kalyanamitra);
- xiv. Quien desee la calma mental (Samatha), debería de apartarse de los demás con frecuencia;
- xv. Quien desee la visión penetrante (Vipassana), debería de examinar frecuentemente la vacuidad de los fenómenos;
- xvi. Quien desee renacer en el mundo de Brahma, debería de cultivar el amor benevolente (METTA), la compasión (KAROUNA), el regocijo (MUDITA), y la ecuanimidad (UPEKKA);
- xvii. Quien desee los abundantes recursos de los dioses y humanos, debería comportarse de acuerdo al Sendero de las Diez Acciones Virtuosas (ej., no matar, no robar, y no mantener una conducta sexual impropia; no mentir, no emplear palabras que ocasionen división, no insultar, y no hablar por hablar; no tener pensamientos de codicia, no tener pensamientos maliciosos, y no tener visiones erróneas).
- xviii. Quien desee el Nirvana sin residuos, debería de permanecer gozoso en la vacuidad de todos los fenómenos;
- xix. Quien desee obtener todas las cualidades virtuosas, debería de hacer ofrendas a las Tres Joyas.”



Febrero 12



“

No me da  
miedo el fuego,  
el viento, el  
agua, el espacio  
o la tierra.  
Me da miedo  
el ser llamado  
“humano”.

”

**Febbrero 12**



“

**Chile se  
merece un  
nuevo camino.**

”

Febrero 14



“

**La destrucción  
ambiental  
afecta nuestra  
capacidad de  
alcanzar la  
mente búdica,  
crística,  
mariana...**

”

Febrero 14





**Cuando pregunté  
a mi maestro  
Lama Gangchen  
cómo debería  
educar a mis  
nietas y nietos?  
Me contestó:  
“Solamente  
enseñales a hacer  
méritos”.**



Febrero 17





**Las Leyes Espirituales  
son el puente entre Las  
Leyes Humanas  
(ej., los derechos  
humanos)  
y Las Leyes Naturales  
(ej., los ciclos  
naturales).**

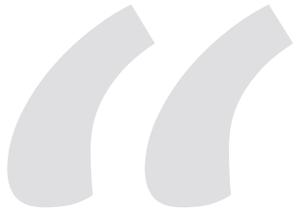
**El instrumento que  
permite atravesar y  
unirlas es:**

**“El Derecho de la  
Naturaleza”.**



Febrero 26





**Gran  
parte de la  
espiritualidad  
es para  
eliminar  
interferencias  
internas y  
externas.**



Febrero 28





**Incendios y Reconstruir.  
¡Demasiado caro!  
Los precios de los materiales:  
en las nubes.**

**Llamo a un acuerdo con  
empresarios para bajar los  
precios en un 25% o más, en  
alambres, clavos, tornillos,  
polines, pinturas, maderas,  
alimento para ganado...**

**De lo contrario, se va a  
traducir en tremenda  
pobreza rural, y seremos  
testigos de la muerte de  
la agricultura familiar  
campesina.**



Marzo 01





**Debería nombrarse una persona con poderes extraordinarios y plenipotenciarios para la reconstrucción por causa de los incendios. Incluyendo autonomía presupuestaria para financiarla. Es inaceptable proponer soluciones que creen más pobreza. La llegada del invierno está muy cerca. No esperemos un levantamiento rural para hacer algo.**



Marzo 04



“

**Me cuesta  
pensar lo  
mal que  
estamos.**

”

Marzo 07





**La Pirámide de  
Maslove está  
equivocada.  
La base de la pirámide  
comienza con la  
consciencia humana.  
En el segundo peldaño  
está la naturaleza.  
Después sigue  
alimentación y  
necesidades básicas,  
etc.**



Marzo 09



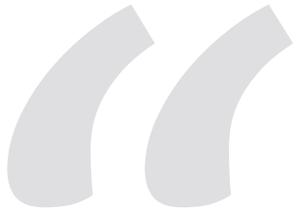
“

**El primer  
estado de  
consciencia  
es la  
“consciencia  
de uno  
mismo”.**

”

Marzo 10





**La máxima  
expresión de  
la consciencia  
surge para  
establecer mi  
estado  
no-consciente.**



Marzo 11





**Me parece  
vergonzo que,  
hoy, el índice de la  
nueva constitución  
no incluya la  
naturaleza y la  
sustentabilidad de  
nuestro desarrollo.  
¡Somos un país  
incivilizado!**



Marzo 14



“

**¡Ahora hay que  
luchar para que  
se incorporen  
los Derechos de  
la Naturaleza!**

”

Marzo 16



“

**En Chile la  
reflexión  
negativa le  
gana a la  
positiva.**

”

Marzo 17





**“Esto sabemos: la tierra  
no pertenece al hombre;  
el hombre pertenece a la  
tierra...**

**Todo lo que le sucede a la  
tierra, les sucede a los hijos  
de la tierra.**

**El hombre no tejió la red de  
la vida: es simplemente un  
hilo en ella.**

**Todo lo que le hace a ese  
tejido, se lo hace a sí mismo”  
Chief Seattle**



Marzo 18





**Entrar en  
nuestro cuerpo  
físico y el salir de  
él representan  
las dos realidades  
más importantes  
de la vida  
humana.**



Marzo 19





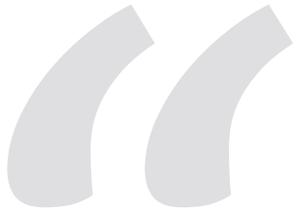
**El Buda:**

**“Un amigo espiritual virtuoso, un compañero virtuoso, un apoyo virtuoso es la vida santa íntegra, sin adulterar, completa, pura, totalmente purificada, pero un amigo espiritual no virtuoso, un compañero no virtuoso, un apoyo no virtuoso no lo es.”**



Marzo 20





**¿Cuáles son  
responsabilidades  
permanentes  
en la vida,  
independientemente  
de lo que siento,  
creo...?**

**Ejemplo: los hijos,  
los nietos...  
¿Cuáles más?**



Marzo 22





**¡Necesitamos un  
tipo diferente  
de sabiduría,  
donde existe  
una co-igualdad  
entre todas las  
formas de vida!**



Marzo 23



“

**Que nos  
invada el  
Ser y no el  
deber ser.**

”

Marzo 26





**Le preguntaron al  
Buda:  
¿Quién eres?  
y dijo  
“Yo Soy El Despierto”.  
¡Despertemos Ahora!**



Marzo 26





**Vivimos el karma de  
los tres tiempos.  
Pero,  
¡sólo tenemos dominio  
de uno de ellos!**



Marzo 27



“

**Si no conoces  
la naturaleza  
y el nivel de  
tu fuerza, no  
la uses.**

”

**Marzo 28**



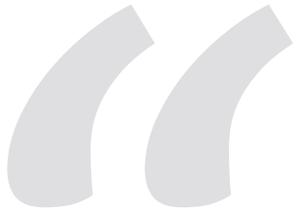
“

**Hagamos lo  
'imposible',  
'posible'.  
El tiempo no  
esta a nuestro  
favor.**

”

**Abril 01**





**Enseñanza Budista:  
Disfrutar de los  
objetos que persiguen  
nuestros sentidos y  
beber agua salada son  
lo mismo:  
cuanto más  
participamos, para  
nuestra propia  
satisfacción, más  
crece nuestro deseo y  
sed de ellos.**



**Abril 02**





**¡Las emociones,  
las grandes  
emociones,  
las inevitables  
emociones, las  
compulsivas  
emociones!**

**Tanto de  
atracción como  
de rechazo.**



**Abril 05**



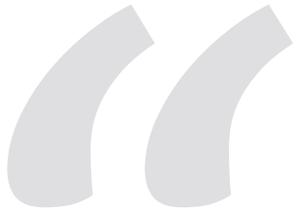
“

**Debemos exigir  
derechos para la  
naturaleza y las  
generaciones  
futuras.  
¡Ahora!**

”

Abril 10





**Necesitamos  
una constitución  
que surja de  
una sabiduría  
diferente.  
¡Más de lo  
mismo, arrojará  
mas de lo  
mismo!**



**Abril 15**





**Llegó la hora  
de crear una  
Civilización  
Ecológica.  
Material,  
Natural y  
Espiritual.**



Abril 16





**Nuestro país  
necesita paz y  
estabilidad.**

**Es una  
responsabilidad  
colectiva.**



Abril 18



“

**Muchos  
damos  
poco, pero  
pedimos  
mucho.**

”

Abril 19



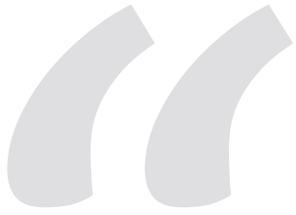
“

**Hoy el  
plástico  
recorre el  
planeta y  
nuestros  
cuerpos.**

”

**Abril 20**





**Día Internacional  
de la Tierra.  
¿Qué compromiso  
deberíamos  
abrazar  
colectivamente?**



**Abril 22**



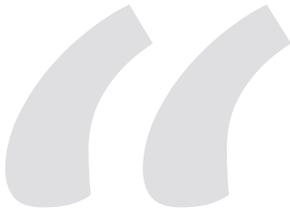


**Si estamos  
habitando la  
oscuridad, ¿por  
qué no vamos  
en búsqueda  
de la Luz?**



**Abril 22**





**Sutra: “Enseñando los Once Pensamientos”  
Homenaje a las Tres Joyas.**

**Así escuché una vez.**

**El Bendito moraba en la Arboleda de los Árboles Gemelos de Sal, en la ciudad de Kuśinagarī en el país de los Mallas.**

**En el momento de su parinirvāna, habló a los bhikṣus:**

**“Bhikṣus, en el momento de la muerte debes traer a la mente once pensamientos. ¿Qué son los once?**

**Debes traer a tu mente**

**el pensamiento de desapego a esta vida,**

**el pensamiento de amor por todos los seres,**

**el pensamiento de abandonar todos los resentimientos,**

**el pensamiento de reconocer toda**

**disciplina moral defectuosa,**

**el pensamiento de emprender la totalidad**

**de la disciplina moral,**

**el pensamiento de que incluso los grandes daños**

**causados son insignificantes,**

**el pensamiento de que los pequeños actos**

**de virtud son significativos,**

**el pensamiento de la falta de miedo con respecto**

**al otro mundo,**

**el pensamiento de que todo lo condicionado es transitorio ,**

**el pensamiento de que todos los fenómenos**

**carecen de un yo, y**

**el pensamiento de que el nirvāna es paz”.**

**Cuando el Bendito hubo hablado así, los bhikṣus se regocijaron y elogiaron lo que había dicho el Bendito.**



Abril 22



“

**No busquemos  
el odio como  
motivación.  
Será muy  
doloroso.**

”

**Abril 28**

“

**Quiero un  
capítulo sobre  
medioambiente  
muy robusto  
en la nueva  
constitución.**

”

Mayo 01



“

**La violencia  
no se  
apacigua  
con más  
violencia.**

”

Mayo 04





**La Gran Pregunta  
Política:  
¿Dónde están las  
responsabilidades  
de la derrota del  
centro político  
y de la izquierda  
chilena?**



Mayo 09

NO  
ABANDONAMOS  
LA CAUSA



LA PRIMERA LÍNEA DANDO CARA A LA HISTORIA.



**Feliz día a  
todas las  
madres.  
¡Gracias  
infinitas!**



Mayo 14





**¡Hay una  
migración inter-  
regional causada  
por la escasez  
del agua!  
Grandes  
impactos.**



Mayo 18





**Hoy es el día  
internacional de  
la biodiversidad.  
¡Protejámosla!**



Mayo 22





**Hay que  
establecer el  
camino hacia  
la serenidad  
colectiva.  
¡Esto no es  
pasividad!**



Mayo 24



“

**¡No veo otra  
alternativa  
que un nuevo  
camino!**

”

Mayo 25



“

**Si quieres ser  
bueno en eso,  
debes trabajar  
para eso.**

”

**Mayo 26**





**Tienes un  
camino kármico.  
La espiritualidad  
te lleva a  
descubrirlo.  
¡Despierta y  
camínalo ahora!**



Mayo 29





**El ‘Padre Nuestro’  
define así el camino  
kármico:**

**“...Hágase tu voluntad  
aquí en la tierra como  
en el cielo...Perdona  
nuestras ofensas  
asi como nosotros  
perdonamos a quienes  
nos ofenden...”**



Mayo 30





**El Dharmma  
es el contenido  
real de tu  
Camino  
Kármico.**



Junio 02



“

**La sabiduría es  
limpiada por  
la ética.**

”

A close-up, low-angle shot of a stack of books on a shelf. The books are arranged in a way that creates a strong sense of depth and perspective, with the spines of the books receding into the background. The lighting is soft and natural, highlighting the textures of the book covers and the edges of the pages. The text 'Junio 03' is overlaid in the top right corner in a white, sans-serif font.

Junio 03

“

**Vivimos el  
milenio del  
envejecimiento.**

”

Julio 17



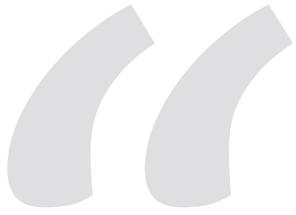


**Millones de chilenos viven con la inseguridad del mañana. Ésta promueve el fundamentalismo y la violencia. La seguridad humana es un estado interior a nosotros y debemos nutrirla con provechosas formas de interacción ciudadana.**



Agosto 01



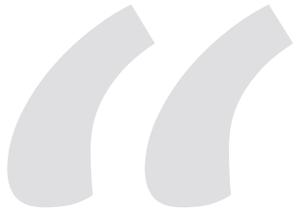


**¿La vida es  
encontrarte a ti  
mismo, o crearte  
a ti mismo?**



Agosto 09





**Ahora es el  
momento de  
construir una  
Civilización  
Ecológica.  
No hay otra  
opción.**



Agosto 10





**Tenemos que  
cambiar de alguien  
que solamente  
cuenta la (una)  
historia del pasado  
hacia alguien que  
también es capaz de  
construir la historia  
del futuro.**



Agosto 12





**Hay que cambiar  
las semillas del ser y  
del devenir en este  
planeta, y generar  
un nuevo camino  
para su germinación  
trascendental.**



**Agosto 13**





**Necesitamos  
un camino de  
unión-solidaria  
interdependiente.  
“Yo soy porque tú  
eres”**



Agosto 14





**Dependemos de los  
árboles que tenemos  
y de las semillas que  
plantaremos hoy y  
mañana.**



Agosto 20





**El país no está  
creciendo.**

**iii Una gran fuente  
de crecimiento  
económico son  
las actividades**

**relacionadas con el  
cambio climático!!!**

**Mitigación, resiliencia,  
reparación, prevención,  
conservación.**



**Agosto 23**



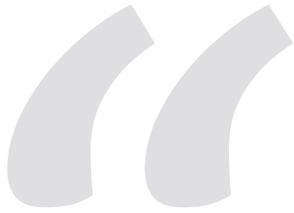


**Cuatro prácticas que puedes hacer diariamente para despertar espiritualmente y motivarte a vivir una vida plena. En el hinduismo y el budismo se llaman Los Bramaviharas: METTA (amor bodadoso), KAROUNA (compasión), MUDITA (alegría simpática) y UPEKKA (ecuanimidad).**



Agosto 30





**Karouna-COMPASIÓN:**  
es la habilidad para transformarse  
en el otro, sin perder tu propia  
identidad.

**HABILIDAD:**  
hay que desarrollarla, alimentarla,  
compartirla.

**TRANSFORMARSE:**  
es una energía activa que surge de  
un compromiso de mutualidad.

**BUDISMO COMPROMETIDO:**  
No solamente hay que  
autorealizarla interiormente sino,  
que simultáneamente debemos  
construir una sociedad compasiva.



Agosto 31



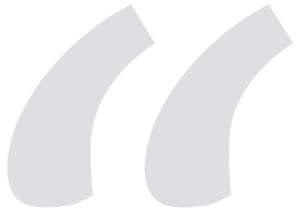


**Las soluciones a  
los problemas que  
confrontamos aquí en  
la tierra (materiales  
o espirituales) están  
todas disponibles en  
este planeta,  
ino en otra parte!**



Septiembre 03





**Un camino  
para encontrar  
soluciones aquí  
en la Tierra  
requiere aprender  
sus múltiples  
lenguajes.**



Septiembre 06





**Un amor  
verdadero  
demanda  
conocer la  
verdad del  
amor.**



Septiembre 07





**Por la paz yo  
acuso. Así como  
hay que enmendar  
la democracia con  
más democracia,  
no se alcanzará la  
paz con medios  
violentos.  
AHIMSA.**



Septiembre 10





**Haz un acto  
de paz y de  
reconciliación.  
Abraza los  
resultados.**



Septiembre 11



“

**Un acto de  
paz requiere  
de mucha  
valentía.**

”

Septiembre 12





**Una  
espiritualidad  
colectiva es  
indispensable  
para un Chile  
de dignidad  
para todos.**



Septiembre 12

**BIENVENIDA**  
**DIGNIDAD**

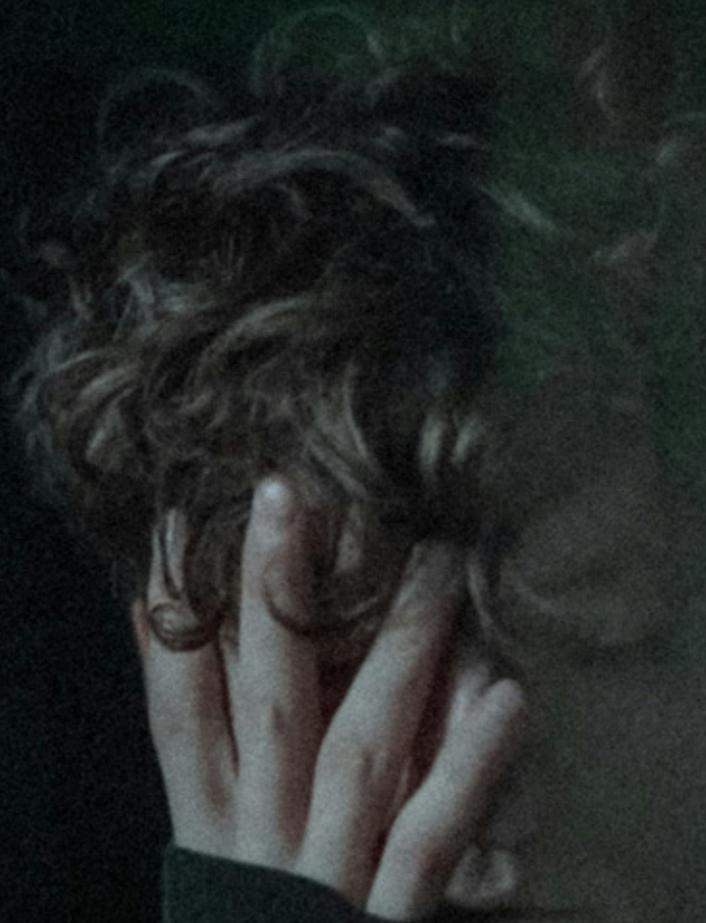
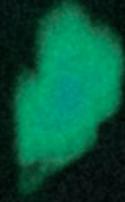




**No nos olvidemos  
de la existencia  
del sufrimiento.  
Acompañemos a los  
que sufren.  
Despertemos a  
la realidad del  
sufrimiento.  
Paz en todo,  
todo en paz.**



**Septiembre 13**



“

**Tus  
pensamientos  
te pueden  
dar todo, o te  
pueden quitar  
todo.**

”

Septiembre 16



“

**Nueva eco-  
moralidad:  
¡¡Vivimos en un  
mundo más que  
humano!!**

”

**Septiembre 18**





**DÍA  
INTERNACIONAL  
DE LA PAZ:**

**La paz no es una  
cosa, i es un estado  
del Ser individual y  
colectivo!**

**De paz, en paz, por  
la paz.**



Septiembre 21





**Los actos  
kármicos  
vuelven y  
vuelven como  
las olas del  
mar.**



**Octubre 01**





**Enseñanzas del  
Buda muestran  
que la espiral  
de decadencia  
de una nación  
comienza con el  
surgimiento de la  
pobreza.**



Octubre 03





**Velasco Ibarra,  
Candidato a Presidente  
del Ecuador.**

**Eslogan: “Demen un  
balcón y seré presidente  
del Ecuador”.**

**Creo ganó muchas veces.**



Octubre 06



“

**“Bhutagama” (en Pali  
significa ‘planta viva’--  
'hogar de un ser vivo').  
¡Eco-Moralidad Ahora!**

”

Octubre 10



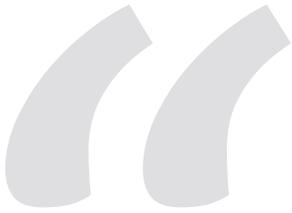
“

**La paz es la mayor  
y mejor expresión  
del bien común.  
En paz, de paz y  
por la paz.**

”

Octubre 12





**La única manera de garantizar la paz individual y social es a través de la auto-realización de la libertad.**

**Libertad física, libertad de pensamiento, libertad de movimiento, libertad social, libertad étnica, libertad espiritual, libertad ambiental, libertad de expresión, libertad emocional, libertad de conocimiento, libertad de sabiduría...**

**Paz en todo, todo en paz.**



Octubre 13



“

**La Paz es el  
sujeto y el  
objeto de la  
transformación  
transcendental.**

”

**Octubre 14**



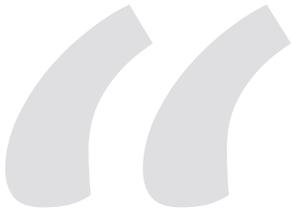
“

**Un verdadero  
camino de  
paz está  
inevitablemente  
acompañado de  
renunciación.**

”

Octubre 14





**Estoy estudiando la relación entre espiritualidad y modelos de gobernanza pública y corporativa. Comparto una enseñanza directa del buddha.**

**“Pero señor, ¿cuáles son los nobles deberes de un rey universal?” “Bien, entonces, mi querido hijo, confiando sólo en las buenas cualidades (honrando, respetando y venerando las buenas cualidades, teniendo las buenas cualidades como bandera, estandarte y autoridad), brinda protección y seguridad justas a tu pueblo en la mansión, brinda protección y seguridad justas a tu pueblo en la mansión. Protección y seguridad para vuestros ejércitos, brindad justa protección y seguridad a vuestros oficiales en toda la tierra, brindad justa protección y seguridad a los sacerdotes, brindad justa protección y seguridad a todo el pueblo, brindad justa protección y seguridad a los reclusos y brindad justa protección y seguridad para animales y aves. No dejes que la injusticia se extienda en el reino. Da dinero a los pobres del reino.” “Mi querido hijo, hay en el reino reclusos que evitan la embriaguez y la negligencia, son asentados en la paciencia y la dulzura, y que se doman y se calman. De vez en cuando debéis acercaros a ellos y preguntarles: “Señores, ¿qué es saludable? ¿Qué es nocivo? ¿Lo que está mal? ¿Qué es lo correcto? ¿Qué se debe practicar? ¿Qué no se debe practicar? ¿Hacer qué me lleva a un daño y sufrimiento duraderos? ¿Hacer qué me lleva a mi bienestar y felicidad duraderos? Después de escucharlas, debéis evitar hacer lo que no es saludable y practicar y seguir lo que es saludable.” “Mi querido hijo, estos son los nobles deberes de un rey universal’.**



Octubre 15



“

**Un Mantra  
Poderoso:  
“Yo estoy en Todo,  
Todo está en Mí”**

”

Octubre 22





**No lo soy si no lo soy.  
Yo no lo soy si tú no lo eres.  
Yo no lo soy si ellos no lo son.  
Yo no lo soy si nosotros no lo somos.**



Octubre 23



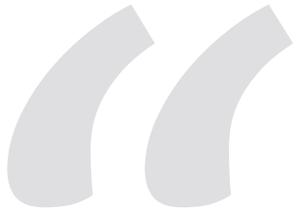
“

**Hay una gran  
diferencia entre  
“abstenerse” y  
“abandonar”.**

”

Octubre 27





**Preocúpate  
de tus heridas  
externas e  
internas.  
Evítalas en tus  
vidas futuras.**



Octubre 28

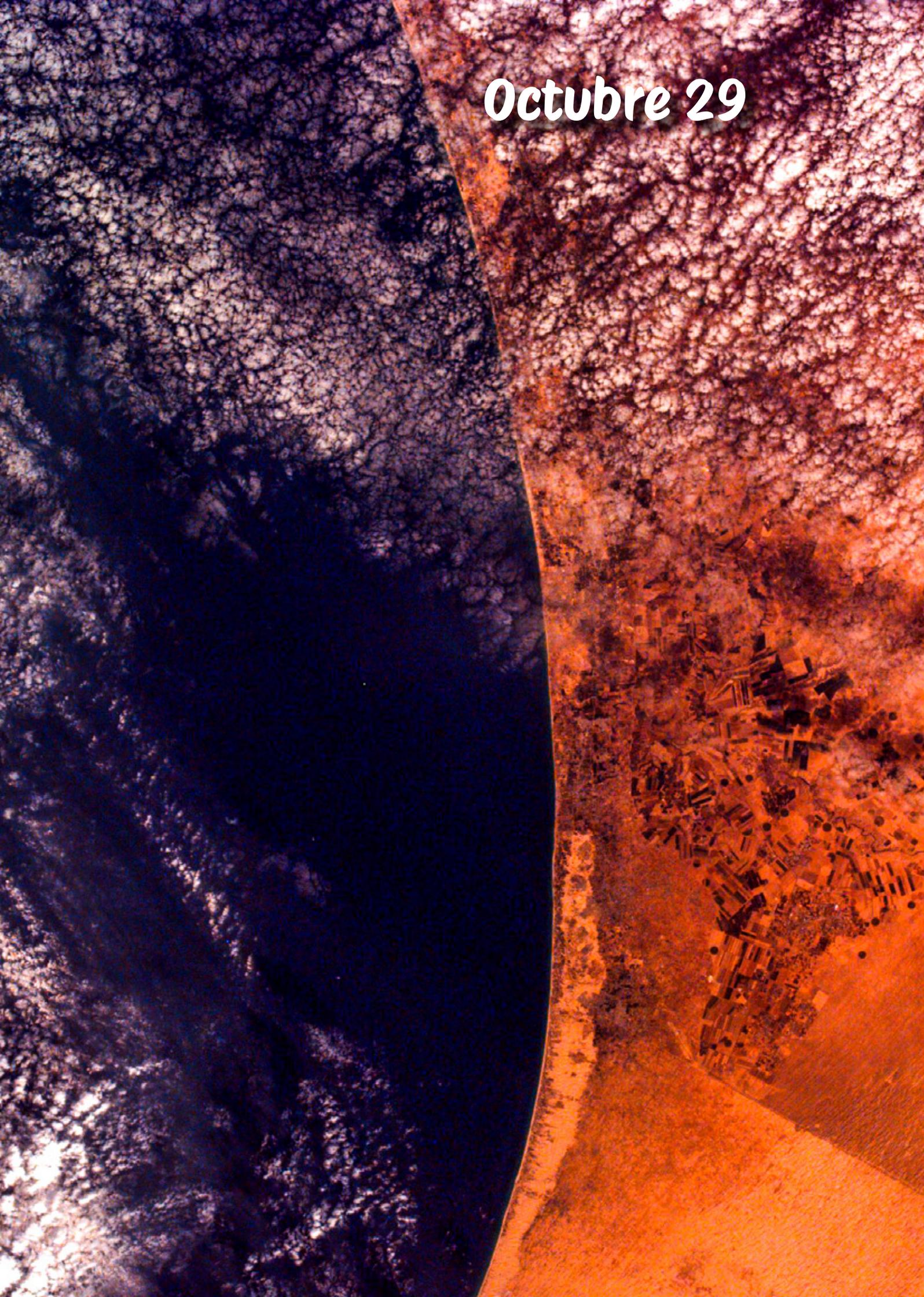


“

**El conflicto del  
medio oriente  
cambiará (ha  
cambiado) para  
siempre la vida  
en la tierra.**

”

**Octubre 29**





**Riqueza y Espiritualidad. El Andha Sutta--"Blind"-- introdujo la noción de los "dos ojos", en relacion a la riqueza material: uno el lucro y el otro la ética. Habría tres tipos de personas: los ciegos, los tuertos y los dos ojos.**

- 1. El ciego no sabe generar su riqueza. No tiene riquezas y no puede realizar buenas obras.**
- 2. El tuerto sabe generar riqueza pero no sabe qué es reprochable o no (ética). Puede obtener riqueza de cualquier forma, incluiyendo violencia, robo y engaño.**
- 3. La persona de dos ojos sabe cómo generar riqueza, y lo que es censurable o no.**



Noviembre 02



“

**¡La geopolítica  
del planeta ha  
cambiado para  
siempre!**

”

Noviembre 09



PONTUS EUXINUS Hodie MARE NIGRUM  
CARA DENGHIZ Turcis ZORN MÖRE Russis.  
CZARNO MORSE Polonis MAURO THALASSA Graecis  
et DAS SCHWARTZ ZEE Germanis.

REGIUM REGITUS  
MARE ASIATICUM  
ANEU

“

**He aprendido  
mucho, pero sé  
muy poco.**

”

Noviembre 11



“

**Lo que pasa en Chile me recuerda a Derrick Bell: “hemos avanzado en todo, pero nada ha cambiado”.**

”

Noviembre 11



“

**Vivimos en una  
civilización  
moribunda, en  
transición a una  
nueva.**

”

Noviembre 15



“

**Toda la realidad a  
tu alrededor surge  
de la consciencia  
que posees.**

”

Noviembre 15





**Chile está  
sufriendo una gran  
vulnerabilidad  
psicosocial.**



Noviembre 18



“

**Se vive una  
gran confusión.  
Afírmate de lo  
elemental.**

”

Noviembre 23





**Lo obvio no  
practicado:  
las soluciones  
vendrán de  
adentro hacia  
afuera. No al revés.**



Noviembre 25





**Si resuelves un  
solo problema  
COMPLETAMENTE,  
los resolverás todos.**



Noviembre 27



“

**El gran  
obstáculo a  
aprender es  
el miedo a la  
verdad.**

”

Diciembre 02



“

**Si puedes, que  
sea una semana  
de reflexión.**

”

**Diciembre 27**



