The Foundation for Developing Compassion & Wisdom



SABIDURIA COMPASIVA MAYO 2024

Hola {{ contact.FIRSTNAME | default : "amig@" }},

Este mes, nos complace compartir contigo algunas noticias e iniciativas maravillosas. En primer lugar, presentamos **las Siete Cualidades Fundamentales para la Felicidad y la Paz** como nuevo tema para los próximos siete meses. Este tema está inspirado y conmemora el primer aniversario del fallecimiento de nuestro querido Presidente Honorario, Lama Zopa Rimpoche. Rinpoche explica que cultivar estas 7 cualidades mantiene tu mente feliz y trae felicidad a los que te rodean. Examinaremos cada cualidad en profundidad en los próximos Boletines.

"El propósito de la práctica de estas cualidades es garantizar que nuestra vida sea más significativa, y una fuente de paz y felicidad para los demás."
—Lama Zopa Rimpoche

El lunes inauguramos nuestra NUEVA página web, mas fácil de navegar y más atractiva, te invitamos a descubrirla y a explorar las nuevas funciones y recursos.
Y no te pierdas la nueva version de nuestro curso en línea, **Construyendo la fuerza interior - *Valores fundamentales para una vida con sentido***, una introducción a las 16 Actitudes. (En inglés)

INTRODUCCION A LAS SIETE CUALIDADES FUNDAMENTALES



"Quiero insistir una vez más en este punto fundamental: si decides tener hijos, debes tener un plan sobre cómo hacer que ser padre (o madre) sea beneficioso para el mundo y para todos los seres. Aunque no puedas enseñar a tus hijos las Siete Cualidades para la Felicidad y la Paz en su totalidad, debes intentar educarlos en el mayor número posible de ellas. Además, como padre o madre , debes practicar estas cualidades tú mism@ para dar un buen ejemplo a tus hijos. De este modo, tus hijos aprenderán de ti y será mucho más probable que desarrollen estas cualidades por sí mismos. En resumen, tu trabajo como padre o madre es educar a tus hijos para que sean seres humanos bondadosos y que sólo aporten beneficio y felicidad , a sí mismos, a los demás y al mundo, evitando el daño».
–Lama Zopa Rimpoche

Explora las Siete Cualidades Fundamentales con nosotros!

Lama Zopa Rimpoché subrayó que la práctica de estas 7 cualidades-bondad, alegría, paciencia, satisfacción, perdonar y pedir perdón y valentía- aporta profundos beneficios.

En este vídeo de 15 minutos, Lama Zopa Rimpoché nos explica los 7 cualidades y por qué son tan importantes para ayudarnos a vivir una vida con sentido.

Ve a Lama Zopa Rimpoche explicando las Siete Cualidades

Este mes comenzamos con la Bondad, la cualidad que fomenta la compasión y la buena voluntad hacia todos los seres.

La Primera Cualidad Fundamental: La Bondad

La primera de las Siete Cualidades Fundamentales para la Felicidad y la Paz es la Bondad. Fomentar la bondad en la vida cotidiana es esencial, no sólo hacia los demás seres humanos, sino también hacia los animales y los insectos. Centrándonos en la felicidad de los demás y practicando la bondad con constancia, podemos llevar un mensaje de paz a todo el mundo y cultivar

un corazón calido, incluso en situaciones difíciles.

Practicar la bondad tiene beneficios inmediatos. Los niños sienten alegría cuando ven que sus acciones positivas hacen felices a los demás. Estos actos de bondad no sólo mejoran su vida, sino que también crean efectos positivos duraderos para su futuro. Cada acto bondadoso contribuye a fomentar la paz y felicidad, con efectos que van mucho más allá del momento presente.



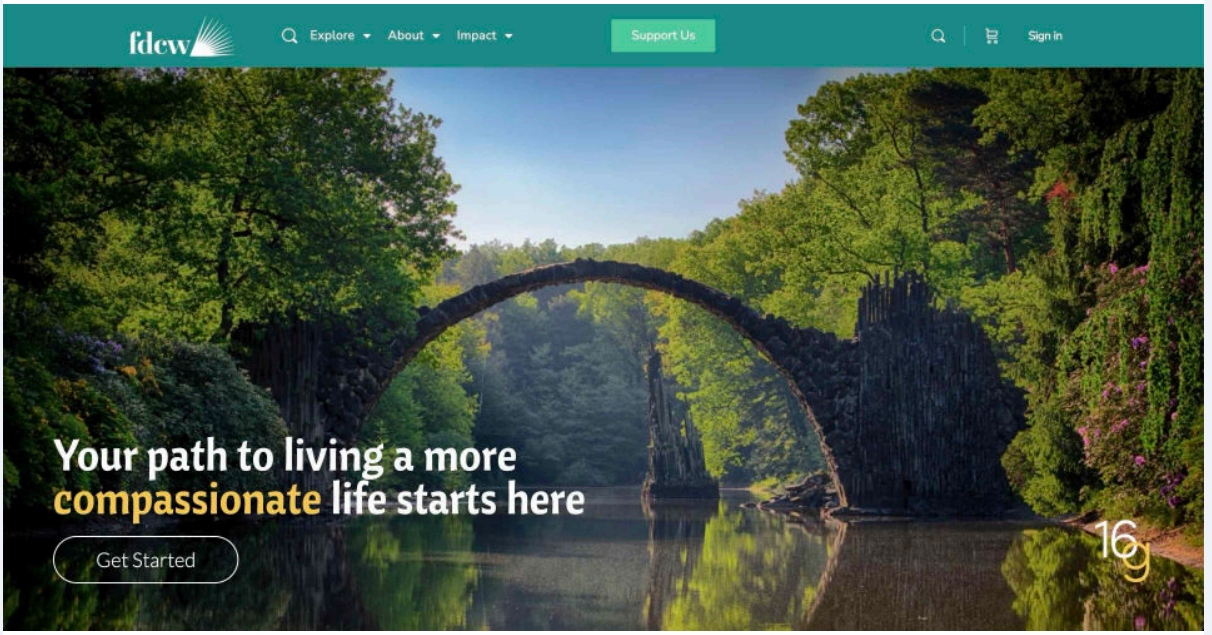
La Bondad en Acción: Un Ejemplo Inspirador

Raquel Mason, fundadora de la ASOCIACION AKSHY, compartió en nuestra conferencia cómo nuestro programa de las 16 Actitudes ha tenido un impacto positivo en la Escuela Akshay , situada en la India. Los niños incluso hicieron un vídeo sobre la Actitud de la Bondad.

Oi Loon Lee, Presidenta de la junta directiva de la FDCW, visitó la escuela para ver el impacto de primera mano. Para saber más sobre esta inspiradora historia, haz clic en el botón de abajo.

Lee el artículo

DESCUBRE NUESTRA NUEVA PAGINA WEB

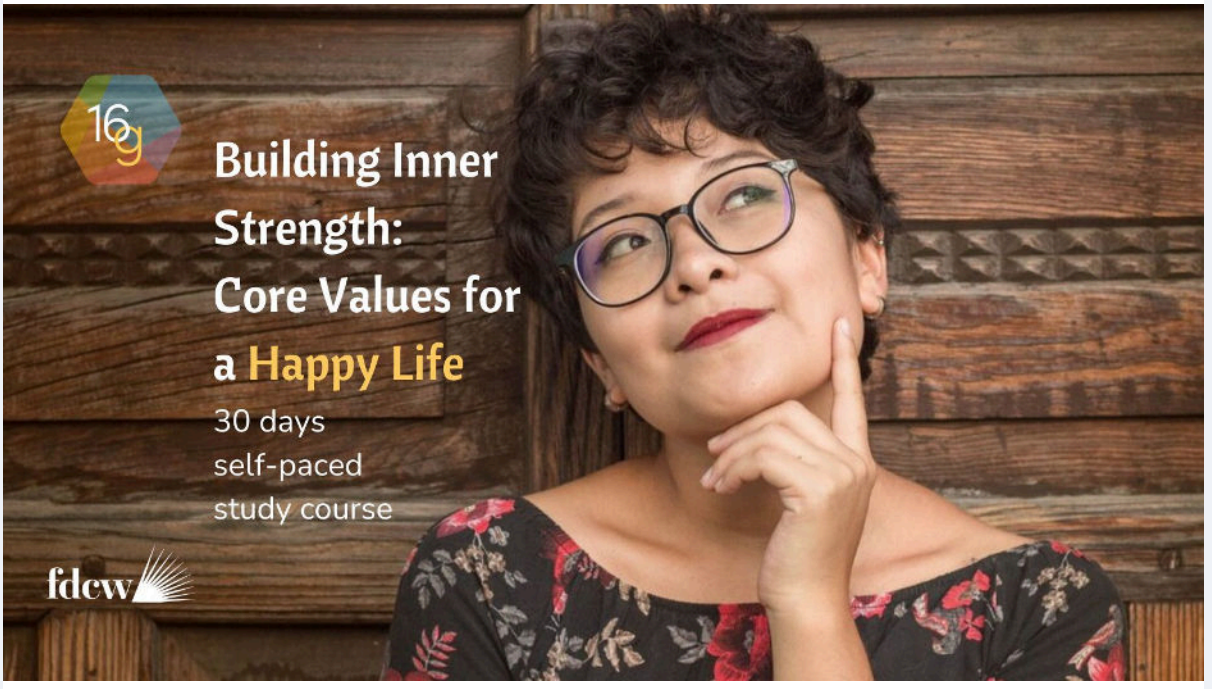


Después de muchos meses de trabajo... Nos alegra anunciar el lanzamiento de nuestra NUEVA página web y una NUEVA imagen para FDCW.

El objetivo de la nueva página es facilitarte la navegación por todo nuestro extenso contenido. Y... ¡Mostrar el impacto que nuestra comunidad está teniendo en todo el mundo! Ahora puedes acceder facilmente a nuestros artículos, ver nuestros vídeos y leer inspiradores relatos de compasión y sabiduría en acción.

Te invitamos a echar un vistazo y a compartir tu experiencia con nosotros respondiendo a este correo electrónico.

Explora nuestra nueva página web



Construyendo la Fuerza Interior-NUEVA presentación de nuestro curso online

Con el lanzamiento de la página web, nos alegra presentar una nueva y atractiva versión de nuestro querido curso en linea: **Construyendo la Fuerza Interior - *Valores Fundamentales para una Vida Feliz.***

Este curso es una introduccion a las 16 Actitudes y ofrece meditaciones guiadas en audio, reflexiones y propuestas creativas diseñadas para enriquecer tu vida con más significado y conexión
!Y también Incluye una copia gratuita del libro 16 Actitudes para Una VIda con Sentido!

"Acabo de terminar el curso y me ha parecido excelente. Es increíblemente accesible, claro y práctico.....y de gran aplicabilidad para transformar nuestra forma de pensar, actuar, relacionarnos y encontrar sentido para sentir y difundir más bienestar.»
- Heather Falloon, Australia

**Actualmente el curso se ofrece en inglés aunque esperamos muy pronto poder ofrecer una version en español!

Descubre Construyendo la Fuerza Interior (en inglés)

HASTA LA PROXIMA

Una vez más, gracias por leer y apoyar el boletín Sabiduría Compasiva. Esperamos que hayas disfrutado explorando la Bondad, la primera de las 7 Cualidades Fundamentales para la Felicidad y la Paz.

El mes que viene profundizaremos en la segunda cualidad, La Alegría. En caso de que te hayas perdido nuestra serie de articulos sobre las 16 Actitudes puedes encontrarla aquí, en nuestro nuevo sitio web.

Hasta la próxima...

Big Love
Victoria, Angela y Matt
Sabiduría compasiva por FDCW

PS Tenemos más sorpresas en las próximas semanas, no te las pierdas!

COLABORA CON NOSOTROS

Como organización sin ánimo de lucro, dependemos de donaciones como la tuya para seguir seguir creando recursos eduactivos y organizando eventos. Puedes ayudarnos compartiendo nuestro boletín, siguiéndonos en las redes sociales y haciendo un donativo.

Agradecemos de corazón cada contribución, grande o pequeña.
!MUCHAS GRACIAS!

Colabora

fdcw The Foundation for Developing Compassion & Wisdom



The Foundation for Developing Compassion & Wisdom
93 Tabernacle Street, EC2A 4BA, London

This email was sent to {{contact.EMAIL}}
You've received it because you've subscribed to our newsletter.

Unsubscribe