



THE ASIAN CLASSICS

INSTITUTE

Nombre:

Fecha:

Calificación:

Curso X

Guía para el modo de vida del Bodhisattva

Primera parte

Tarea, clase uno

1) Anote cuál es el texto raíz que vamos a utilizar en nuestro estudio del modo de vida del Bodhisattva, quién fue el autor, y sus fechas aproximadas. (Alumnos de tibetano, en tibetano)

2) Anote cuál es el comentario famoso sobre este texto que vamos a utilizar; proporciona los dos nombres del autor, y sus fechas exactas. (Alumnos de tibetano, en tibetano)

3) Describa brevemente el acontecimiento en la vida del Maestro Shantideva, el cual enseñó a los monjes del Monasterio de Nalandra, que nunca deben juzgar a una persona por su apariencia. (Alumnos de tibetano, anoten también en tibetano el nombre que ciertas personas equivocadas le dieron a este maestro).

4) Enumere los diez capítulos de la *Guía*. (Alumnos de tibetano, en tibetano)

(1)

(2)

(3)

(4)

(5)

(6)

(7)

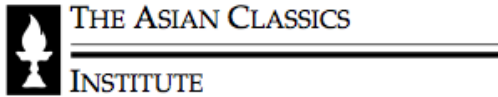
(8)

(9)

(10)

Tarea de meditación: Dedicar 15 minutos al día a la plegaria, rogando al Maestro Shantideva por su bendición para que realmente pueda desarrollar ese deseo en su corazón.

Fechas y horas de meditación (no se aceptarán tareas sin estas)



Nombre:
Fecha:
Calificación:

Curso X

Guía para el modo de vida del Bodhisattva

Primera parte

Tarea, clase dos

1) Anote cual es la definición del deseo por la iluminación (*Bodhichitta*) según el Señor Maitreya. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

2) Anote y describa las dos formas del deseo por la iluminación. (Alumnos de tibetano en tibetano y describa en español).

a)

b)

3) Describa las primeras cinco metáforas utilizadas para describir los beneficios del deseo por la iluminación.

a)

b)

c)

d)

e)

4) El sutra llamado *Tallos en serie* dice que este deseo sagrado, es como una semilla, un campo fértil, una vasija que otorga deseos y una espada. Explique cada una de estas metáforas.

a)

b)

c)

d)

5) Explique cómo el deseo por la iluminación destruye sus malas acciones, y evita que nazca en uno de los reinos inferiores?

6) Explique por qué no hay nada menos que este preciado deseo que pueda transformar todo su mundo y su propio ser en algo totalmente puro e iluminado.

Tarea de meditación: Meditación analítica, 15 minutos diariamente sobre el papel que va a jugar el deseo por la iluminación en el proceso de su propia iluminación.

Fechas y horas de meditación (no se aceptarán tareas sin estas)



THE ASIAN CLASSICS

INSTITUTE

Nombre:
Fecha:
Calificación:

Curso X

Guía para el modo de vida del Bodhisattva

Primera parte

Tareas, clase tres

1) Indica las cuatro divisiones generales del segundo capítulo de la *Guía del modo de vida del Bodhisattva*. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

d)

2) Anote y describa los objetos más altos de la práctica de hacer ofrendas.

3) Enumere los tres tipos generales de ofrendas descritas en la *Guía*.
(Alumnos de tibetano en tibetano).

a)

b)

c)

4) Enumere los doce tipos de ofrendas que puede hacer emanando en su mente.
(Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

g)

h)

i)

j)

k)

l)

5) Describa brevemente por qué es que el acto de tomar refugio puede protegerlo realmente.

Tarea de meditación: 15 minutos diarios de meditación analítica, repasar mentalmente las doce ofrendas distintas y presentarlas a las Tres Joyas.

Fechas y horas de meditación (no se aceptarán tareas sin estas)



THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

Nombre:
Fecha:
Calificación:

Curso X

Guía para el modo de vida del Bodhisattva

Primera parte

Tarea, clase cuatro

1) Anote el nombre de la fuente original de la enseñanza de los cuatro poderes de purificación. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

2) Enumere los cuatro poderes en el orden en que se presentan en el estudio detallado de los poderes, del comentario de Gyaltsab Je sobre la *Guía del modo de vida de Bodhisattva*. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

d)

3) ¿Es efectiva la práctica de los cuatro poderes, incluso con las malas acciones en las que el karma que se ha cometido y acumulado, haga que la experiencia del resultado de los actos sea certera?

4) Anote cual es el método que podemos utilizar para lograr el nivel de arrepentimiento que se requiere para el primero de los cuatro poderes.

5) Indique los seis tipos de prácticas distintas, que pueden ser eficaces en la práctica del tercero de los poderes. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

6) Describa los cuatro pasos utilizados por el Maestro Shantideva en su explicación del primero de los cuatro poderes.

- a)
- b)
- c)
- d)

7) Anote cuales son los tres pasos en la explicación del poder base.

- a)
- b)
- c)

8) ¿Cuál es el punto en la comparación del terror a la muerte, con el tipo de castigo en el que se amputa una extremidad?

Tarea de meditación: 15 minutos al día, meditación analítica sobre la relación entre la muerte y los cuatro poderes.

Fechas y horas de meditación (no se aceptarán tareas sin estas)



THE ASIAN CLASSICS

INSTITUTE

Nombre:
Fecha:
Calificación:

Curso X

Guía para el modo de vida del Bodhisattva

Primera parte

Tarea, clase cinco

1) El Maestro Shantideva en su análisis del tercero de los cuatro poderes de purificación, nos aconseja pensar en nosotros mismos como enfermos, con la necesidad de medicina y de un médico supremo. Describa la enfermedad crónica que se dice que padecemos. (Alumnos de tibetano en tibetano).

2) Indique tres razones importantes por las que debemos de hacer grandes esfuerzos en la práctica de purificarnos, utilizando los cuatro poderes juntos. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

3) Enumere cinco actividades que funcionan para ayudarnos a acumular la energía positiva necesaria para alcanzar el verdadero deseo por la iluminación. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

d)

e)

4) Denomine cuales son los tres distintos niveles de virtud en los que nos podemos regocijar.

5) Anote y describa lo opuesto del regocijo.

6) Anote cuales son los cuatro tipos de dedicación, describa también qué es lo que estamos dedicando.

a)

b)

c)

d)

Lo que estamos dedicando:

7) ¿Qué es lo que estamos deseando cuando hacemos la dedicación?

Tarea de meditación: 15 minutos al día, sentarse en postura de meditación y regocijarse por la bondad propia y de los demás, en los tres niveles.

Fechas y horas de meditación (no se aceptarán tareas sin estas)

Nombre:



THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

Fecha:

Calificación:

Curso X

Guía para el modo de vida del Bodhisattva

Primera parte

Tarea, clase seis

1) ¿Por qué recomienda el Maestro Shantideva la práctica de sentir dicha, una vez que uno ha logrado las dos formas del deseo por la iluminación?

2) Describa cuatro cosas que nos enaltecen el corazón conforme vamos obteniendo las dos formas del deseo. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

d)

3) Indique cinco formas en las que el deseo tiene el poder de eliminar el sufrimiento de los seres vivientes. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

d)

e)

4) *¿Cómo es* que el deseo puede eliminar estos sufrimientos en todo ser viviente?

5) Indique y describa como el deseo tiene el poder de destruir las dos clases de obstáculos. (Alumnos de tibetano, anotar en tibetano y describir en español).

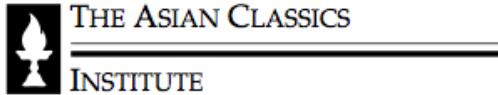
a)

b)

6) De acuerdo a Gyalsab Je, ¿cuál es el «camino más alto de todos para obtener la esencia de haber logrado este cuerpo y mente humana»?

Tarea de meditación: 15 minutos al día, meditación analítica sobre cómo es que el deseo por la iluminación tenga el poder de eliminar todos los sufrimientos de todos los seres vivientes.

Fechas y horas de meditación (no se aceptarán tareas sin estas)



Nombre:
Fecha:
Calificación:

Curso X

Guía para el modo de vida del Bodhisattva
Primera parte

Tarea, clase siete

1) Anote cuatro pasos distintos en el proceso de considerar cómo nos perjudican las aflicciones mentales.

a)

b)

c)

d)

2) Indique cuál es la definición estándar de una aflicción mental. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

3) Anote cuales son las seis aflicciones mentales principales. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

4) Anote y describa brevemente los cinco tipos de visión incorrecta que conforman la sexta aflicción mental primaria. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

d)

e)

5) ¿Qué es lo que dice el Maestro Shantideva acerca de la idea de que uno debería de esperarse para alcanzar el nirvana hasta que otros lo logren primero?

Tarea de meditación: 15 minutos al día, una meditación analítica sobre cómo las aflicciones mentales específicas que tiene, le han producido sufrimiento y lleve a cabo los cuatro pasos proporcionados por el Maestro Shantideva.

Fechas y horas de meditación (no se aceptarán tareas sin estas)



THE ASIAN CLASSICS

INSTITUTE

Nombre:
Fecha:
Calificación:

Curso X

Guía para el modo de vida del Bodhisattva

Primera parte

Tarea, clase ocho

1) Hay veinte aflicciones mentales secundarias. Anote y describa seis de estas. (Alumnos de tibetano, anoten el nombre en tibetano y describan en español).

a)

b)

c)

d)

e)

f)

2) ¿Qué es lo que dice Gyaltsab Je acerca de la idea de que, un gran amor por el Camino, y un odio por las aflicciones mentales, son en sí, aflicciones mentales?

3) ¿Por qué es importante entender que la existencia continua de las aflicciones mentales depende de una percepción incorrecta?

4) Indique tres razones por las que las aflicciones mentales no tienen ningún lugar a donde ir, una vez que se hayan eliminado de la mente. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

5) Enumere las seis perfecciones, las seis actividades principales de un Bodhisattva, y explique por qué es que son perfecciones. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

6) La perfección del dar, ¿depende de su perfección externa? ¿Por qué sí o por qué no?

7) Indique cuáles son los objetos externos que no es necesario eliminar para que cada una de las tres primeras perfecciones, sean perfectas.

a)

b)

c)

Tarea de meditación: 15 minutos al día, examine su mente y su vida e identifique cuáles son sus aflicciones mentales secundarias más comunes.

Fechas y horas de meditación (no se aceptarán tareas sin estas)



THE ASIAN CLASSICS
INSTITUTE

Nombre:
Fecha:
Calificación:

Curso X

Guía para el modo de vida del Bodhisattva

Primera parte

Tarea, clase nueve

1) Describa el contexto en el que el Maestro Shantideva hace la distinción entre la memoria y la vigilancia. (Alumnos de tibetano anote los nombres de estos dos en tibetano).

2) Anote cuáles son las cuatro divisiones de la sección dedicada a cómo es que uno debería de ver con los ojos. (Alunos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

d)

3) Indique las tres circunstancias especiales, en las que está permitido abandonar temporalmente, la vigilancia de los pensamientos y las acciones corporales.

a)

b)

c)

4) Explique el razonamiento detrás del orden de las seis perfecciones. (Alumnos de tibetano, anotar también las seis en tibetano).

5) Indique las seis ocasiones distintas en las que el Maestro Shantideva dice que nos deberíamos de congelar y permanecer como un nudo en un tronco. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

Tarea de meditación: 15 minutos al día, medita en las situaciones recientes en donde te deberías haber congelado como un nudo en un tronco, y qué bondad pudiéramos haber creado si no nos hubiéramos congelado.

Fechas y horas de meditación (no se aceptarán tareas sin estas)



THE ASIAN CLASSICS

INSTITUTE

Nombre:
Fecha:
Calificación:

Curso X

Guía para el modo de vida del Bodhisattva

Primera parte

Tarea, clase diez

1) Indique las seis cualidades distintas que menciona el Maestro Shantideva, que hacen que la perfección del dar sea kármicamente sumamente poderosa. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

d)

e)

f)

2) ¿Cuáles son las dos cosas que nos indica el Maestro Shantideva sobre la prioridad de esfuerzos en las seis perfecciones? (Alumnos de tibetano: anotar la palabra para «priorización» en tibetano).

a)

b)

3) Indique tres principios que comenta el Maestro Shantideva con respecto a la moralidad de actuar a favor de los seres vivientes. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

4) Indique tres principios en la práctica para atraer a otras personas al Dharma, mediante el regalo de cosas materiales. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

5) Anote los tres principios en la práctica de atraer a otras personas a través de ofrecer el propio. Dharma. (Alumnos de tibetano en tibetano.)

a)

b)

c)

6) Anote cuales son los tres principios para la práctica de capacitarse en las actividades que mantienen una buena opinión de los demás en el Dharma, y que a su vez evitan que uno se contamine por las malas acciones. (Alumnos de tibetano en tibetano).

a)

b)

c)

Tarea de meditación: 15 minutos al día meditar en el principio de las prioridades en la práctica, examinando su propia vida y sus prioridades en comparación con aquellas de las seis perfecciones.

Fechas y horas de meditación (no se aceptarán tareas sin estas)

