



Dhammapada

EL DHAMMAPADA

Capítulo 1: Versos gemelos

1. Todos los estados encuentran su origen en la mente. La mente es su fundamento y son creaciones de la mente. Si uno habla o actúa con un pensamiento impuro, entonces el sufrimiento le sigue de la misma manera que la rueda sigue la pezuña del buey...
2. Todos los estados encuentran su origen en la mente. La mente es su fundamento y son creaciones de la mente. Si uno habla o actúa con un pensamiento puro, entonces la felicidad le sigue como una sombra que jamás le abandona.
3. "Me maltrató, me golpeó, me derrotó, me robó". El odio de aquellos que almacenan tales pensamientos jamás se extingue.
4. "Me maltrató, me golpeó, me derrotó, me robó". Quienes no albergan tales pensamientos se liberan del odio.
5. El odio nunca se extingue por el odio en este mundo; solamente se apaga a través del amor. Tal es una antigua ley eterna.
6. Muchos desconocen que al disputar, perecemos; pero aquellos que lo comprenden, refrenan por completo sus disputas.

7. Al que vive apegado al placer, con los sentidos irrefrenados, sin moderación en la comida, indolente, inactivo, a ese Mara lo derriba, como el viento derriba a un árbol débil.
8. Al que vive consciente de las impurezas, con los sentidos refrenados, moderado en la comida, lleno de fe, lleno de sustentadora energía, a ese Mara no lo derribará, como el viento no derribará a la montaña.
9. Quienquiera que sea que carezca de autocontrol y no permanezca en la verdad, aunque se vista con la túnica amarilla, no es merecedor de ella.
10. El que se ha liberado de toda mancilla, está establecido en la moralidad y se curte en el autocontrol y la verdad, tal es merecedor de la túnica amarilla.
11. Los que imaginan lo no esencial como esencial y lo esencial como no esencial, debido a tan equivocado juicio nunca llegan a lo Esencial (Nibbana, el supremo refugio más allá de las ataduras).
12. Pero aquellos que ven lo esencial en lo esencial y lo inesencial en lo inesencial, debido a su correcta visión, perciben la esencia.
13. Así como la lluvia penetra en una casa mal techada, la avidez penetra en una mente no desarrollada.

14. Así como el agua no penetra en una casa bien techada, la avidez no penetra en una mente bien desarrollada.

15. El malhechor se lamenta ahora y se lamenta después. Se lamenta tanto aquí como allí. Siempre se lamenta y sufre percibiendo la impureza de sus propios actos.

16. El bienhechor se regocija ahora y se regocija después. Tanto aquí como allí se regocija. Se regocija; se regocija enormemente, percibiendo la pureza de sus propios actos.

17. Sufre ahora y sufre después. Sufre en ambos estados. «He actuado mal», se dice sufriendo. Además, sufre abocándose a un estado mas doloroso. Así el que mal obra.

18. Goza ahora y goza después. En ambos estados es verdaderamente feliz. «He actuado bien, se dice feliz. Además, abocándose a un apacible estado es feliz. Así el que bien obra.

19. Aunque uno recite muy a menudo las escrituras, si es negligente y no actúa en consecuencia, es como el vaquero que cuenta las vacas de los otros. No obtiene los frutos de la Vida Santa.

20. Aunque uno recite poco las escrituras, si se conduce según la Enseñanza, abandonando el deseo, el odio y la ilusión, provisto con una mente bien liberada y no apegándose a nada ni aquí ni después, obtiene los frutos de la Vida Santa.

Capítulo 2: La Atención

21. La atención es el camino hacia la inmortalidad; la inatención es el sendero hacia la muerte. Los que están atentos no mueren; los inatentos son como si ya hubieran muerto.
22. Distinguiendo esto claramente, los sabios se establecen en la atención y se deleitan con la atención, disfrutando del terreno de los Nobles.
23. Aquel que medita constantemente y persevera, se libera de las ataduras y obtiene el supremo Nibbana.
24. Gloria para aquel que se esfuerza, permanece vigilante, es puro en conducta, considerado, autocontrolado, recto en su forma de vida y capaz de permanecer en creciente atención.
25. A través del esfuerzo, la diligencia, la disciplina y el autocontrol, que el hombre sabio haga de sí mismo una isla que ninguna inundación pueda anegar.
26. El ignorante es indulgente con la inatención; el hombre sabio custodia la atención como el mayor tesoro.
27. No os recreéis en la negligencia. No intiméis con los placeres sensoriales. El hombre que medita con diligencia, verdaderamente alcanza mucha felicidad.

28. Cuando un sabio supera la inatención cultivando la atención, libre de tribulaciones, asciende al palacio de la sabiduría y observa a la gente sufriente como el sabio montañero contempla a los ignorantes que están abajo.

29. Atento entre los inatentos, plenamente despierto entre los dormidos, el sabio avanza como un corcel de carreras se adelanta sobre un jamelgo decrepito.

30. Por permanecer alerta, Indra se impuso a los dieses. Así, la atención es elogiada y la negligencia subestimada.

31. El monje que se deleita en la atención y observa con temor la inatención, avanza como el fuego, superando todo escollo grande o pequeño.

32. El monje que se deleita en la atención y observa con temor la inatención, no es tendente a la caída. Está en presencia del Nibbana.

Este libro que usted acaba de leer pertenece a la librería **Tus Buenos Libros** en la que puede disfrutar libros de la forma cómo después se explica. A continuación verá cómo funciona todo esto. **Es muy sencillo e interesante.**

Puede visitar esta librería en <http://www.tusbuenoslibros.com/>

¿Qué es la LIBRERÍA VIRTUAL?

Es una **nueva** forma de comprar libros y recibirlos en su ordenador a través de su correo electrónico. **También puede descargar libros GRATIS**

¿Qué ventajas obtengo por comprar así los libros?

Es mucho más **fácil** y **rápido** de recibir. Si se envía por el sistema tradicional, tarda varios días en llegar. Además, en otros casos, los portes los pagaría usted, o se le cargarían en el precio final. Sin embargo, al adquirir libros por este sistema, todos los **gastos de envío son gratis**, con el ahorro que supone para usted. Por otra parte, al ser nulos los gastos de imprenta y distribución, se ofrecen unos precios que no existen en los libros en papel.

¿Cómo sé que me llegan los libros?

Usted recibirá en la cuenta de correo que elija los libros que adquiera. Este sistema está **probado** y **garantizado**.

¿Es compatible con mi ordenador?

Los libros se envían en formato PDF con la finalidad que sean compatibles con cualquier sistema (PC, Mac, Linux y otros) y prácticamente cualquier lector de e-books. **Fácil** y **efectivo**.

¿Qué temas se pueden adquirir?

Libros de temática que no se suele encontrar en cualquier librería. Hallará libros sobre el **éxito**, sobre el **poder**, sobre la **mente**...

Naturalmente, encontrará temas tratados en

EL ARTE DE LA ESTRATEGIA en <http://www.elartedelaestrategia.com/> o en consonancia con su línea.

¿Puedo hacer copias?

Por supuesto que sí, **todas las copias que quiera**. No hay ningún dispositivo que impida hacer copias electrónicas o en papel. Hacemos esto porque consideramos que ya que usted paga por un producto, es muy **libre** de hacer con el lo que quiera (aunque los que reciban las copias no paguen).

¿Es seguro comprar con tarjeta en Internet?

Comprendo que resulta chocante realizar compras por Internet. El sistema de pago funciona de tal manera que: **es seguro** (nadie puede interferir los datos), nadie conoce el nº de su tarjeta y que yo mismo he hecho la prueba comprando libros y todo funcionó a la perfección. El sistema de pago usado es **PayPal**, en <http://www.paypal.es/es>



La forma de pago es por medio de la red de protección de la identidad de **VeriSign** (VIP, VeriSign Identity Protection), que ofrece un nivel adicional de seguridad durante la identificación en sitios Web que muestren el logotipo de VIP con su clave de seguridad de PayPal, por lo que la transferencia reúne todas las medidas de seguridad

Para saber más:



<http://www.paypal.es/es>

Se admite el pago con:



En el caso de que no tenga tarjeta, ya ha habido otras personas en su situación que lo han solucionado de la siguiente manera: han pedido a otra persona que si tenía tarjeta fuera el que les realizara la compra. Después le abonó en metálico el importe de la adquisición.

Me quedan algunas preguntas, ¿me las podría aclarar?

Encantados de ampliar información. Puede enviarme un mensaje en el que exprese sus preguntas a

contacto@tusbuenoslibros.com

Es una forma de agradecerle de antemano la oportunidad de servirle, que espero tener algún día.

Reciba un cordial saludo

Carlos Martin Pérez