

QUÉ ES CULTURA

Roberto Moragón

EL BÖN LA
TRADICIÓN MÁS
ANTIGUA
DEL TÍBET

El Bön es fuente originaria de la cultura tibetana y desempeña un papel importantísimo en la identidad del Tíbet. El Bön no es tan conocido como el budismo tibetano, puede que sus prácticas y doctrinas en esencia sean muy parecidas a las de las escuelas budistas tibetanas, pero el Bön no se remonta al Buda histórico Sakya-muni.

Esta tradición tiene otras características, no es budista, si entendemos budismo como una religión que deriva del Buda Sakyamuni, no obstante, si deriva de un Buda, Tonpa Shenrab.

El Bön es la más antigua tradición religiosa del Tíbet, autóctona y prebudista practicada por muchos tibetanos en la India, Nepal y Tíbet. En las enseñanzas Bön, ignorancia, apego, ira, celos y orgullo son la causa de nuestros sufrimientos al igual que en el budismo en las enseñanzas Sutra se requiere pasar por muchas vidas para purificar las pasiones, mientras que en las enseñanzas del Tantra y del Dzogchen se puede obtener la iluminación en esta misma vida.

El Dzogchen es la enseñanza más elevada del Bön. En el pasado los practicantes que conocían y practicaban Dzogchen eran escasos. La razón es que estas enseñanzas se guardaban en secreto. Las enseñanzas del Dzogchen guían al practicante para conocer la naturaleza de la mente y a la vez integrar su verdadera condición con la vida diaria. Según estas enseñanzas el verdadero estado natural de la mente es primordialmente puro. Son las emociones conflictivas lo que oscurece nuestra mente.

La práctica de la meditación es primordial para reconocer el estado natural de nuestra mente. Un estado relajado en el cual ni creamos pensamientos ni bloqueamos los pensamientos, permanecemos presentes sin distracción tanto en la presencia de pensamientos como en la ausencia de ellos.

El sábado 14 de mayo visitó la Casa del Tíbet de Barcelona el Maestro Geshe Tenpa, el cual ha estudiado con H.E. Yongdzin Tenzin Namdak Rimpoché principal experto mundial en la tradición Bön. Impartió enseñanzas sobre la tradición oral Zhan Zhung y amablemente me concedió una breve entrevista. Me comentó que el Bön no es tan conocido en occidente como el Budismo Tibetano por la razón de que hay pocos practicantes y estos no están conectados con occidente. Hay cientos de practicantes en monasterios, pero la mayoría no hablan inglés.

Me explicó que el Bön tiene muchas enseñanzas en especial el Dzogchen y muchos rituales diferentes del budismo tibetano pero que al tratarse de la naturaleza de la mente no hay ningún problema para un budista en practicar el Bön pues la esencia es la misma al igual que podemos decir water en inglés o agua en español es lo mismo. Agua.

Las ancestrales enseñanzas Bön para el que busca en su interior son un camino hacia la trascendencia y sin lugar a duda útiles para el buscador espiritual en el mundo de hoy.

LOS MÁS
VENDIDOS EN...

SEMANA DEL 22 AL 29 DE MAYO

LLIBRERIA LLUNA

c/ General Riera, 39B, Palma
Telèfon 971 20 65 27

FICCIÓ CATALÀ

- 1.M.Escalas.** Estimada Mirta. Àmsterdam.
- 2.S.Alzamora.Ràbia.Proa.**
- 3.G.Lienas.** La vida privada de Carmina Massot. Univers.
- 4.A.Fullana.** Els dies bons. Bromera.
- 5.X.Moret.** Misteri a Dejà. Empúries.
- 6.O.Pamuk.** Nits de pesta. MésLlibres.
- 7.M.Comes.** Tots els mecanismes. Proa.
- 8.J.Diaz.** Els possessius. Àmsterdam.
- 9.AA.VV.** Frontissa. Finis Africae.
- 10.A.Vidal F.** Si entra boira no tendré on anar. Proa.

FICCIÓN CASTELLANO

- 1.R.Montero.** El peligro de estar cuerda. Seix Barral.
- 2.S.Posteguillo.** Roma soy yo. Ed.B.
- 3.L.Colombani.** El vuelo de la... Salamandra.
- 4.C.Läckberg.** El mentalista. Planeta.
- 5.I.Allende.** Violeta. Plaza & Janés.
- 6.A.Rivera.** Las herederas de la... Grijalbo.
- 7.P.Eyre.** Cuando éramos ayer. Planeta.
- 8.N.Hozart.** La historia de Aria. Salamandra.
- 9.L.Silva/N.Trujillo.** La forja de una rebelde. Destino.
- 10.F.Maura.** Las hojas del ayer. Letterae.

NO FICCIÓ CATALÀ

- 1.I.Peñarubia.** Les dones en l'esdevenir de la història de les Balears. Ll.Muntaner.
- 2.G.Bibiloni.** Els cognoms de les Illes Balears. Moll.
- 3.J.Amat.** Vèncer la por. Ed.62.
- 4.C.Valriu.** Les rondalles que l'Arxiduc no va publicar. Gales.
- 5.Ll.G.Sevilla.** Accions Genocides contra la nació catalana. Base.
- 6.AA.VV.** Gabriel Riera i Sorell. Ll.Muntaner.
- 7.M.Morro.** Els Norats (1936-1949). Illa.
- 8.M.Tirado.** Límits. Rosa dels vents.
- 9.V.Robinson.** Canviar l'escola o... Sau.
- 10.M.Rojas.** Com fer que et passin coses bones. Columna.

NO FICCIÓN CASTELLANO

- 1.M.Rojas.** Cómo hacer que te... Espasa.
- 2.AA.VV.** La muerte contada.. Alfaguara.
- 3.P.D'Ors.** Biografía del silencio. Galaxia G.
- 4.A.Freixas.** Yo vieja. Capitan Swing.
- 5.Menstruita.** La regla mola.... Montena.
- 6.S.Sabatés.** No me cuentes cuentos. Planeta.
- 7.A.Martín.** Por si las voces... Planeta.
- 8.C.Rios.** Pierde grasa con comida... Paidós.
- 9.S.Kohan.** Para escribir una novela. Alba.
- 10.AA.VV.** Vivir corriendo, correr viviendo. Disset.

QUÈ LLEGEIX

Vincent Lalire

MÚSIC



RYAN HOLIDAY

Diario para estoicos

► EDITORIAL REVERTE, 416 PÁGINAS, 19 €

OLIVIER BELLAMY

Entretien avec Mozart (en francés)

PLON, 154 PÁGINES, 13 €

► Nascut a França va venir a Mallorca fa més de trenta anys per ser membre de la Simfònica, com a trombonista. Una dificultat muscular va fer que deixàs l'instrument però s'ha reinventat com a director i creador d'una nova Orquestra, la Simfonia del Mediterrani, que s'estrenà fa unes setmanes.

PARTIPE EN LA CRÍTICA DEL LECTOR

Bellver obsequia las aportaciones a La crítica del lector con un libro de regalo. Los lectores que vean publicadas sus reseñas en esta sección pueden pasar por Diario de Mallorca y recoger un libro gratis. Envía tu comentario a bellver@diariodemallorca.es. Máximo 60 palabras. No es necesario que el libro comentado sea novedad.



POR LAS SOLAPAS



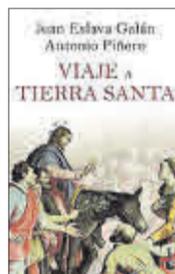
AA.VV.

La salud planetaria

LOS LIBROS DE LA CATARATA, 144 PÁGINAS 12 €

Ecología

El ser humano se ha convertido no ya en el responsable sino, paradójicamente, en una de las principales dianas de su relación tóxica con la naturaleza, generando una grave crisis ambiental.



JUAN ESLAVA Y ANTONIO PIÑERO

Viaje a Tierra Santa

BOOKET, 544 PÁGINAS, 13,5 €

Jerusalén

El mejor divulgador histórico de España, Juan Eslava Galán, se une a Antonio Piñero, uno de los grandes referentes en cristianismo, en este entretenido viaje por los episodios más relevantes del Nuevo Testamento.

RECOMENDADO DE LA SEMANA

JUAN APARICIO BELMONTE

Pensilvania

SIRUELA, 224 PÁGINAS, 19,95 EUROS



Autoficción

La novela más personal de un narrador único. Para Lorenzo Silva: «Juan Aparicio Belmonte posee, como pocos, el secreto para conjugar el dolor, la emoción y el humor en una prosa que suena a recién y justamente inventada para la ocasión. Leerlo es hacerse un raro regalo». Se trata de un texto que transita con naturalidad entre la autoficción y lo autobiográfico.

¿QUIERES LEERLO?

Acércate a la librería **Literanta** (C/ des Call 4, Palma) y podrás adquirir el libro con tratamiento preferencial de cliente y te invitamos a **un café**

