

ENGLISH / ORIGINAL TERM	ESPAÑOL / ORIGINAL TERM	DEFINITION / DEFINICIÓN
<b>Abhidharma (Skt)</b>	Abhidharma	Una de las tres cestas - <i>tripitaka (Skt)</i> - o conjunto de enseñanzas en las que se agrupa el canon budista. Incluye filosofía, psicología y metafísica. Las otras dos cestas son <i>Vinaya</i> y <i>Sutra</i> .
<b>Action Tantra / Kriya Tantra (Skt)</b>	Tantra de la acción	La primera de las 4 clases de <i>tantra</i> , llamada así porque enfatiza las actividades externas como oraciones, mudras etc. Las otras tres clases son: <i>performance tantra/actuación</i> , <i>yoga tantra/unión</i> y <i>highest yoga tantra/ yoga supremo</i> )
<b>Afflictive emotions / afflictions / defilements / delusions / obstructions / obscurations</b>	Emociones aflictivas / aflicciones / engaños / obstrucciones	Estados mentales negativos que ocultan la esencialmente pura naturaleza de la mente y que por tanto son causa de sufrimiento e insatisfacción. La aflicción raíz o primaria es la <i>ignorancia</i> , por la que se generan todas las demás: apego, ira, orgullo, celos etc.
<b>Afflictive obstructions / obscurations</b>	Obstrucciones/oscuridades aflictivas	Son los principales obstáculos para conseguir el nirvana, a saber: <i>ignorancia</i> , el resto de emociones aflictivas derivadas de esa ignorancia y las <i>semillas</i> (o potencial) de ambas.
<b>Aggregates</b>	Agregados	La asociación de cuerpo y mente; una persona se compone de cinco agregados: forma, sensaciones, discriminación, factores compuestos y consciencia.
<b>Anger</b>	Ira, enfado	Emoción aflictiva que exagera las cualidades negativas de su objeto, percibiéndolo como intrínsecamente desagradable y deseando dañarlo.
<b>Arhat (Skt)</b>	Arhat	Literalmente, "destructor/a del enemigo". Un ser que ha eliminado por completo las <i>aflicciones</i> y sus <i>semillas</i> y, por tanto, se ha liberado de la <i>existencia cíclica</i> .
<b>Arya (Skt; Tib: phag-pa)</b>	Arya	Literalmente, <i>noble</i> . Alguien que ha realizado la <i>vacuidad</i> directamente.
<b>Attachment</b>	Apego	Emoción aflictiva que exagera las cualidades positivas de su objeto, percibiéndolo como intrínsecamente agradable y deseando poseerlo.
<b>Auspicious</b>	Auspicioso	De buen agüero, favorable.
<b>Avalokiteshvara (Skt) / Chenrezig (Tib)</b>	Avalokiteshvara	Buda de la <i>compasión</i> , representa la perfecta compasión de todos los seres iluminados.
<b>Bar-do (Tib) / Intermediate state</b>	Estado intermedio	El estado entre una muerte y el siguiente renacimiento.
<b>Basis of designation / imputation</b>	Base de designación/imputación	Base o conjunto de datos sobre los que la mente imputa la existencia del objeto. P.ej. la base de designación de una persona es el conjunto de mente y cuerpo.
<b>Basis of negation</b>	Base de negación	El objeto que debe ser negado o refutado en el análisis de la <i>vacuidad</i> , esto es, la existencia verdadera o inherente.
<b>Bhikshu (Skt) / Gelong (Tib)</b>	Monje	Monje budista que ha tomado la ordenación completa. El termino femenino es Bhikshuni.

<b>Bhumi (Skt) / Ground</b>	Terreno, nivel	Hace referencia a los diez niveles de realización espiritual de los <i>bodisatvas</i> en su camino hacia la <i>iluminación</i> .
<b>Bless</b>	Bendecir	Transformar en algo mejor.
<b>Bodhicitta (Skt)</b>	Bodichita	La aspiración o determinación altruista de alcanzar la <i>iluminación</i> con el único propósito de poder liberar a todos los <i>seres sintientes</i> del sufrimiento y guiarles hasta ese mismo estado.
<b>Bodhisattva (Skt)</b>	Bodisatva	Alguien que ha realizado la <i>bodichita</i> , por lo que toda su práctica está guiada por esa motivación altruista.
<b>Buddha (Skt) / Tathagata / Bhagavan</b>	Buda	Un ser completamente iluminado, despierto, que ha eliminado todas las obstrucciones mentales y que ha desarrollado todas las buenas cualidades hasta la perfección.
<b>Buddhahood / Buddha nature</b>	Budeidad/ naturaleza búdica	Se refiere a la naturaleza última de la mente, a su <i>vacuidad</i> . Gracias a esta naturaleza, todos los seres conscientes poseen el potencial para iluminarse por completo.
<b>Buddhist</b>	Budista	Alguien que ha tomado refugio en las Tres Joyas: Buda, Dharma y Shanga, y que acepta las visiones filosóficas resumidas en <i>los cuatro sellos</i> .
<b>Calm abiding / Shamatha (Skt)</b>	Calma mental/quietud meditativa	Estado de concentración en el que la mente es capaz de permanecer de manera estable, sin esfuerzo y por tanto tiempo como desee, enfocada en su objeto de <i>meditación</i> .
<b>Chakra (Skt)</b>	Chakra	Literalmente, <i>rueda</i> . Punto focal de energía a lo largo del canal central hacia el que se dirige la concentración en determinadas prácticas meditativas.
<b>Clear light</b>	Luz clara	Estado extremadamente sutil de la mente que se genera de manera natural en el momento de la muerte y a través de avanzadas prácticas de tantra.
<b>Cognitive obstructions / obscurations</b>	Obstrucciones/oscuridades cognitivas	Los principales obstáculos para conseguir la <i>omnisciencia</i> o <i>iluminación</i> , a saber: las <i>improntas</i> dejadas en el continuum mental por la <i>ignorancia raíz</i> y las <i>emociones aflictivas</i> derivadas de ella.
<b>Compassion (Skt: karuna)</b>	Compasión	El deseo de que los demás estén libres del sufrimiento y sus causas.
<b>Compositional factors</b>	Factores de composición	Uno de los cinco <i>agregados (aggregates)</i> que incluye todo el resto de <i>factores mentales</i> .
<b>Compounded</b>	Compuesto.	Cualquier fenómeno que depende de causas y condiciones para existir.
<b>Consciousness / Mind / Mental continuum.</b>	Consciencia/mente/continuo mental	Aquello que es "claro y conoce"; la mente se define como una entidad sin forma (no física) que tiene la habilidad de percibir objetos. La mente se divide en seis consciencias primarias (5 asociadas a los 5 sentidos más la consciencia mental) y cincuenta y un <i>factores mentales</i> .
<b>Contaminated</b>	Contaminado	Cualquier fenómeno cuya causa es la <i>ignorancia</i> que interpreta erróneamente la realidad y las <i>aflicciones mentales</i> que de ella se derivan.
<b>Contingent</b>	Contingente	Que no puede ser establecido por sí mismo, sino que depende de otra cosa.

<b>Conventional truth</b>	Verdad convencional	Hace referencia al nivel relativo de existencia de todos los fenómenos (apariencia), al modo en que son percibidos por una mente convencional válida. También llamada verdad oscurecida, ya que oscurece u oculta el verdadero modo de existencia de las cosas (el vacío de existencia inherente), su <i>verdad ultima</i> . Ver las <i>dos verdades</i> .
<b>Dakini</b>	Dakini	Literalmente, “aquella que atraviesa el cielo” o “la que se mueve en el espacio”. Deidad tántrica descrita como la manifestación femenina de la energía iluminada.
<b>Dedicate</b>	Dedicar	Se refiere a dirigir los <i>méritos</i> o energía positiva generada con nuestras acciones, para el logro de un fin virtuoso. Ver <i>virtud</i> .
<b>Deity / Yidam (Tib)</b>	Deidad	Emanación de un ser iluminado, usada como objeto de meditación en la práctica del tantra.
<b>Dependent origination / dependent arising</b>	Originación o surgir dependiente	Se refiere al modo relativo e interdependiente en el que el "yo" y todos los demás fenómenos existen convencionalmente. Todos ellos se originan dependiendo de (1) causas y condiciones, (2) las partes que los forman, y (3) de la imputación o designación mental de quien observa.
<b>Dharma (Skt)</b>	Dharma	Literalmente, “eso que libra del sufrimiento”; Las enseñanzas de <i>Buddha</i> ; la segunda de las <i>Tres Joyas</i> .
<b>Dualistic view</b>	Visión dualista	La visión ignorante o confundida, característica de las mentes no iluminadas, que concibe erróneamente a todas las cosas como auto existentes. Visión dualista de sujeto-objeto, yo-otros, esto-eso etc. como entidades independientes.
<b>Dullness</b>	Embotamiento	Falta de claridad mental, entendida como un obstáculo para la práctica de la meditación.
<b>Effort/perseverance</b>	Esfuerzo/perseverancia	El esfuerzo es deleitarse en la <i>virtud</i> .
<b>Eight Mahayana precepts</b>	Ocho preceptos Mahayana	Votos que se toman por el periodo de un día; comprenden el abandono de las siguientes acciones: matar, robar, mentir, tener relaciones sexuales, tomar intoxicantes (drogas), utilizar asientos especialmente altos o suntuosos, comer a horas inapropiadas (tras el mediodía) y por último cantar, bailar y utilizar joyas o perfumes.
<b>Eight worldly concerns</b>	Ocho motivaciones mundanas	Las ocho preocupaciones que generalmente motivan todas las acciones de los <i>seres ordinarios</i> : apego al placer, la ganancia, las alabanzas y la fama; aversión al displacer, la pérdida, la crítica y la mala reputación.
<b>Eightfold noble path</b>	Noble camino óctuple	Una de las principales enseñanzas de Buda, la cuarta de las <i>Cuatro Nobles Verdades</i> que describe el camino que lleva al <i>cese</i> del sufrimiento o <i>Nirvana</i> , este se compone de: visión correcta, pensamiento correcto, habla correcta, objetivos de acciones correctos, medios correctos para ganarse el sustento, <i>esfuerzo</i> correcto, atención correcta y <i>estabilización meditativa</i> correcta logrados con el camino de la <i>meditación</i> .

<b>Emptiness / Suchness / Shunyata (Skt)</b>	Vacuidad/talidad	Vacio o ausencia de existencia inherente. Todos los fenómenos, aun existiendo de forma convencional, carecen de existencia verdadera, inherente, independiente, por su propio lado.
<b>Enlightenment / Buddhahood</b>	Iluminación	Omnisciencia, completo despertar. La iluminación es el objetivo ultimo de la práctica Mahayana, que se logra cuando todas las limitaciones de la mente han sido eliminadas y todo el potencial positivo realizado. Este estado de omnisciencia se caracteriza por ilimitadas compasión, conocimiento y habilidades para beneficiar a todos los seres conscientes.
<b>Eon (Skt: kalpa)</b>	Eon	Un periodo de tiempo inconcebiblemente largo. La duración del universo se divide en 4 grandes eones, cada uno de ellos compuesto a su vez por 20 eones menores.
<b>Equanimity</b>	Equanimidad	El estado mental que no discrimina entre amigos, enemigos o extraños, como resultado de haber comprendido que todos los seres conscientes son iguales en su deseo de ser felices y evitar el sufrimiento, y que desde siempre, a través de innumerables renacimientos, han estado relacionados entre si de todas las formas posibles. Esta mente imparcial sirve de base para el desarrollo del gran amor, la gran compasión y finalmente, la <i>bodichita</i> .
<b>Eternalism</b>	Eternalismo	La creencia en la existencia inherente de todos los fenómenos; su opuesto seria el <i>nihilismo</i> . Estas son las dos visiones extremas.
<b>Five Mahayana paths</b>	Cinco caminos Mahayana	Los cinco caminos o realizaciones espirituales a través de las cuales los seres progresan hasta conseguir la <i>iluminación</i> . El camino de la acumulación, la preparación, la visión, la meditación y el camino de no más aprendizaje.
<b>Form body / Rupakaya (Skt)</b>	Cuerpo de forma	Cuerpo o aspecto de un ser iluminado que se manifiesta para cumplir los objetivos de los demás. Hay dos tipos: cuerpo de gozo (Sambhogakaya) y cuerpo de emanación (Nirmanakaya).
<b>Four immeasurables</b>	Cuatro inconmensurables	También conocidos como las 4 actitudes sublimes (Skt: brahmavihara); son 4 estados mentales o aspiraciones dirigidas hacia todos los seres conscientes, a saber: amor (Skt: maitri), compasión (Skt: karuna), alegría empática (Skt: mudita) y ecuanimidad (Skt: upeksha).
<b>Four Noble Truths</b>	Cuatro Nobles Verdades	El tema del primer discurso de Buda: (1) la verdad del sufrimiento, (2) la verdad de la causa del sufrimiento, (3) la verdad del cese del sufrimiento y ( (4) la verdad del camino que lleva al cese del sufrimiento.

<b>Four seals</b>	Cuatro sellos	Los cuatro bases filosóficas que definen y caracterizan el budismo: : (1) todos los fenómenos compuestos son impermanentes; (2) la naturaleza de todos los fenómenos <i>contaminados</i> es sufrimiento; (3) todos los fenómenos están vacíos de existencia inherente; (4) <i>nirvana</i> es verdadera paz.
<b>Gelug (Tib)</b>	Guelug	Literalmente, la Orden Virtuosa. Una de las cuatro ordenes en el budismo tibetano, fundada por Lama Tsongkhapa y sus discípulos a comienzos del s.XIV. Se desarrollo a partir de la escuela Kadampa, fundada en el s.XI por Lama Atisha y su discípulo Dromtomba. Las otras tres ordenes se conocen como Nyingma, Kagyu y Sakya.
<b>Geshe (Tib)</b>	Gueshe	Literalmente, amigo/a espiritual. Título conferido a quien ha completado con éxito los extensos estudios sobre filosofía budista en alguna de las universidades <i>Gelugpa</i> . Tales estudios comprenden: Prajnaparamita, Madhyamika, Pramanavartica, Abhidharma y Vinaya.
<b>Gompa (Tib)</b>	Gompa	Coloquialmente se refiere a la sala de meditación o templo, en el interior de un monasterio.
<b>Guru devotion</b>	Devoción al gurú	Practica que consiste en ver al propio gurú como un buda y en consagrarse a él con el pensamiento y la acción. Se considera que la correcta devoción al gurú es la base de todas las buenas cualidades y la fuente de la que manan todas las demás realizaciones espirituales en el camino a la iluminación.
<b>Guru Puja (Tib: Lama Chöpa)</b>	Ofrenda al gurú	Practica dentro del tantra del yoga supremo relacionada con la devoción al gurú.
<b>Hearer / Shravakas (Skt)</b>	Oyente	Una de las dos clases de seguidores de la tradición Theravada, que trata de conseguir el <i>nirvana</i> a partir de escuchar las enseñanzas de un maestro. La otra clase son los <i>realizadores solitarios</i> .
<b>Highest Yoga Tantra</b>	Tantra del yoga supremo	<i>Anuttara Yoga Tantra</i> o <i>Maha-anuttara Yoga Tantra</i> (Skt). La cuarta y más elevada de las cuatro clases de tantra ( <i>action tantra/ performance tantra/ yoga tantra/ highest yoga tantra</i> ). La práctica de este tipo de tantra consiste en la realización de dos etapas: etapa de generación y etapa de consumación. A través de esta practica una persona puede conseguir la <i>iluminación</i> en una sola vida.
<b>Hinayana (Skt) / Theravada</b>	Hinayana	Literalmente, <i>camino menor</i> ; es una de las dos divisiones generales del budismo (siendo la otra Mahayana). La denominación más apropiada es <i>Theravada</i> , vehículo fundamental o tradición de los mayores. La principal motivación de quienes siguen este camino es liberarse de la <i>existencia cíclica</i> o condicionada. Hay dos clases de practicantes en esta tradición: <i>oyentes</i> y <i>realizadores solitarios</i> .

<b>Holy beings</b>	Seres santos o sagrados	Referido a aquellas personas que han realizado directamente la <i>vacuidad</i> .
<b>Ignorance</b>	Ignorancia/confusión	La causa raíz u originaria de la existencia cíclica. Es una aflicción que confunde el verdadero modo de existencia de todos los fenómenos, percibiéndolos como permanentes, unitarios (sin partes) e inherentemente existentes, y que se aferra a este falso modo de ser. Esta ignorancia impone una característica fundamental que los fenómenos no poseen: <i>existencia verdadera o inherente</i> , ello da origen al resto de <i>emociones aflictivas</i> y al <i>karma</i> asociado.
<b>Imprint / Seed</b>	Impresión/huella/ impronta/semilla	Potencial que dejan en la mente todos nuestros pensamientos y acciones. Estas improntas son las responsables de nuestros hábitos o tendencias mentales.
<b>Inherent / Intrinsic / true existence</b>	Existencia inherente/intrínseca/verdadera	Aquello de lo que carecen todos los fenómenos, el modo en el que no podrían existir: independientemente, por sí mismos. Todos los fenómenos están vacíos de existencia inherente, pero la <i>ignorancia</i> los percibe de manera contraria.
<b>Initiation/ Wang (Tib)</b>	Iniciación	Transmisión otorgada a un discípulo por un maestro cualificado, que le permite iniciar la práctica del tantra en relación con una deidad meditacional particular. También se le conoce como empoderamiento.
<b>Kagyü (Tib)</b>	Kagyu	Una de las 4 principales órdenes o escuelas en el budismo tibetano fundada en el s.XI por Marpa, Milarepa, Gampopa y sus seguidores. Las otras tres son <i>Nyingma</i> , <i>Sakya</i> y <i>Gelug</i> .
<b>Karma (Skt)</b>	Karma	Literalmente, "acción". La ley de causa y efecto, mediante la cual las acciones realizadas con una motivación positiva generan resultados positivos (felicidad), y viceversa.
<b>Lam rim (Tib)</b>	Lam rim	Literalmente: "camino gradual". Se refiere al género de textos que comienzan con Lama Atisha en el s.XI en Tibet, y que exponen de manera gradual las enseñanzas de Buda sobre la práctica del <i>Dharma</i> para alcanzar la <i>iluminación</i> .
<b>Lama / Guru (Skt)</b>	Lama/guru	Maestro espiritual.
<b>Love / Maitri (Skt)</b>	Amor/amor empático	El deseo de que los demás tengan felicidad y las causas de la felicidad.
<b>Mahamudra (Skt)</b>	Mahamudra	Literalmente: "gran sello". Un sistema de meditación basado en la mente y en la naturaleza última de la realidad.
<b>Mahayana (Skt)</b>	Mahayana	Literalmente: "gran vehículo" o vehículo universal. Una de las dos divisiones generales del budismo (siendo la otra <i>Hinayana</i> ). La principal motivación de quienes siguen esta tradición es liberar a todos los seres de la <i>existencia cíclica</i> o <i>samsara</i> , y para eso dirigen todos sus esfuerzos al logro de la plena <i>iluminación</i> . Es el camino de los <i>bodisatvas</i> , y tiene dos divisiones: sutra y tantra.
<b>Mandala (Skt)</b>	Mandala	Diagrama simbólico que representa el universo, según la cosmología budista. Es la morada de la <i>deidad</i> meditacional.

<b>Mantra (Skt)</b>	Mantra	Literalmente: "protector de la mente". Son sílabas en sánscrito, usualmente asociadas a alguna <i>deidad</i> meditacional particular, que encarnan las cualidades de la deidad a la que están asociadas.
<b>Meditate</b>	Meditar	Habituarse, familiarizar la mente con un objeto virtuoso. En términos generales, hay dos tipos de meditación: <i>shamata</i> y <i>vipasana</i> .
<b>Mental factors</b>	Factores mentales	Funciones mentales, tales como la atención, intención, discriminación, los sentimientos etc. La consciencia se compone de 51 factores mentales.
<b>Merely labeled</b>	Méramente etiquetado	El significado más sutil del <i>origen dependiente</i> : todos los fenómenos existen relativa o convencionalmente, como meras etiquetas o nombres imputados por la mente de quien los percibe.
<b>Merit</b>	Mérito/virtud	La energía positiva acumulada en la mente como resultado de las acciones virtuosas de mente, palabra y cuerpo.
<b>Migratory Beings</b>	Seres migrantes	Otra forma de referirse a los seres sintientes, que migran sin control, de renacimiento en renacimiento en los seis reinos del samsara.
<b>Mudra</b>	Mudra	Literalmente, sello. Gesto simbólico realizado con las manos asociado a determinadas prácticas tántricas.
<b>Nihilism</b>	Nihilismo	Doctrina que considera que nada existe, opuesta al <i>eternalismo</i> .
<b>Nirvana / Liberation / cessation</b>	Nirvana/liberación/cese	El estado en el que el sufrimiento y sus causas han cesado por completo. Es el objetivo de quienes siguen la tradición <i>Theravada</i> .
<b>Noble Eightfold Path</b>	Noble camino óctuple	Visión correcta, pensamiento correcto, habla correcta, objetivos de acciones correctos, medios correctos para ganarse el sustento, <i>esfuerzo</i> correcto, atención correcta y estabilización meditativa correcta logrados con el camino de la meditación.
<b>Nyingma (Tib)</b>	Ningma	La primera de las 4 principales escuelas o tradiciones en el budismo tibetano. Se la conoce como la antigua escuela de traducción, fundada por Padmasambhava (Guru Rimpoche) en el siglo VIII. Las otras tres escuelas son <i>Kagyü</i> , <i>Sakya</i> y <i>Gelug</i> .
<b>Ordinary beings</b>	Seres ordinarios	Todos los seres que aun no han realizado la vacuidad. Ver <i>seres sagrados</i>
<b>Paramitayana</b>	Paramitayana	Literalmente, vehículo de la perfección. En la tradición mahayana, el camino gradual hacia la iluminación recorrido por los bodisatvas, a través de la practica de las seis perfecciones ( <i>paramitas</i> ). También llamado <i>Sutrayana</i> o <i>Bodisatvayana</i> . Ver <i>sutra</i> .
<b>Parinirvana (Skt)</b>	Parinirvana	El nirvana final, que ocurre cuando muere el cuerpo de alguien que ha alcanzado la plena iluminación.

<b>Patience</b>	Paciencia	Es una mente no perturbada. Hay tres tipos: la paciencia de no tomar represalias por el daño, la paciencia de aceptar voluntariamente el sufrimiento o las dificultades y la paciencia de soportar definitivamente los fenómenos. Es la tercera de las <i>seis perfecciones</i> o <i>paramitas</i> en el camino de los <i>bodisatvas</i> .
<b>Performance Tantra / Charya Tantra (Skt)</b>	Tantra de la actuación.	La segunda de las cuatro clases de tantra. Enfatiza los rituales y la recitación de mantras y oraciones.
<b>Pliancy</b>	Flexibilidad	La flexibilidad se refiere a tener un cuerpo y una mente útiles, de forma que la mente pueda fijarse en un objeto virtuoso de observación por tanto tiempo como se quiera.
<b>Prajñaparamita (Skt)</b>	Prajnaparamita	Literalmente, <i>perfección de la sabiduría</i> . Los sutras prajnaparamita son las enseñanzas de Shakyamuni Buddha referidas a la verdad última, al verdadero modo de existencia de los fenómenos ( <i>vacuidad</i> ). El más breve de estos sutras es el <i>Sutra del corazón</i> .
<b>Precious Human Rebirth</b>	Precioso renacimiento humano	El renacimiento humano dotado con las 8 libertades y las 10 riquezas, que suponen las condiciones ideales para practicar Dharma y conseguir la iluminación.
<b>Preliminary practices / Ngön-dro (Tib)</b>	Prácticas preliminares	Se refiere a las prácticas preliminares o preparatorias, relacionadas con la purificación y la acumulación de méritos, que establecen las bases para la práctica del tantra.
<b>Prostrations</b>	Postraciones	Una de las prácticas preliminares al tantra, relacionada con la purificación de karma negativo. En términos generales, postrarse ante un objeto virtuoso (las tres joyas, el gurú etc.) es una forma de rendirle respeto con la mente, la palabra y el cuerpo, y de abrir el corazón para recibir sus bendiciones.
<b>Puja (Skt)</b>	Puya	Ofrenda.
<b>Purify</b>	Purificar	Disminuir hasta finalmente eliminar el potencial negativo de las <i>huellas</i> o <i>improntas</i> kármicas almacenadas en el continuo mental.
<b>Refuge</b>	Refugio	Confiarse de corazón a las Tres Joyas (Buda, Dharma y Shanga) como protección y guía en el camino a la iluminación.
<b>Renunciation</b>	Renuncia	Renuncia al sufrimiento y sus causas; compasión por uno mismo. Estado mental que desea profunda y constantemente liberarse del samsara, a partir de la comprensión de que incluso los placeres en la existencia cíclica son sufrimiento. Es el primero de los tres principales aspectos del camino a la iluminación y la base sobre la que se generan los otros dos: <i>bodichita</i> y <i>sabiduría</i> .
<b>Rinpoche (Tib)</b>	Rinpoche	Literalmente, <i>el precioso</i> . Es un término honorífico que usualmente se concede a los lamas reencarnados o <i>tulkus</i> .



<b>Root delusions</b>	Enganos o aflicciones raíces	Los seis engaños raíces son: ignorancia, odio, apego, orgullo, duda aflictiva y visiones erróneas.
<b>Root guru</b>	Guru raíz	El principal maestro espiritual para un practicante de <i>Darma</i> .
<b>Sadhana (Skt)</b>	Sadhana	Literalmente, <i>un medio para lograr algo</i> . Las instrucciones paso por paso para la practica de meditaciones relacionadas con alguna deidad particular.
<b>Sakya (Tib)</b>	Sakya	Una de las cuatro principales escuelas en el budismo tibetano, fundada en el s.XI por Konchog Gyälpo. Las otras tres son <i>Nyingma</i> , <i>Kagyü</i> y <i>Gelug</i> .
<b>Samsara (Skt) / Cyclic existence</b>	Existencia cíclica/samsara	Ciclo incontrolado de muerte y renacimiento en alguno de los <i>seis reinos</i> del samsara, bajo el control de las <i>aflicciones mentales</i> y el <i>karma</i> . También se refiere a <i>los 5 agregados</i> que conforman a los seres conscientes.
<b>Sangha (Skt)</b>	Shanga	El tercer objeto de refugio. La shanga absoluta o sagra se refiere a quienes han realizado la vacuidad directamente; la shanga relativa es el conjunto de monjes y monjas budistas.
<b>Self</b>	Yo	Identidad.
<b>Self-cherishing</b>	Mente egoísta	La actitud egoísta, centrada en uno mismo, que considera la felicidad personal como mas importante que la de los demás. Es el principal obstáculo para desarrollar bodichita. No confundir con compasión por uno mismo (ver <i>renuncia</i> ).
<b>Self-grasping</b>	Auto-aferramiento	La ignorancia o confusión que se aferra a la existencia de un "yo" independiente del resto de fenómenos.
<b>Sentient being</b>	Ser sintiente/cosnciente	Todos los seres con consciencia que aun no se han iluminado.
<b>Shakyamuni Buddha</b>	Buda Shakyamuni	El buda histórico; Siddharta Gautama, nacido en torno al s.VI AC. como príncipe del clan de los Shakya, en el norte de India y fundador del budismo.
<b>Siddhis (Skt)</b>	Sidis	Realizaciones, usualmente referidas a poderes psíquicos adquiridos como subproducto de la practica espiritual.
<b>Single-pointed concentration (Skt: samadhi)</b>	Concentración en un punto	Estado de profunda absorción meditativa; concentración unidireccional en la naturaleza ultima de las cosas, libre de pensamientos discursivos y conceptos duales.
<b>Six perfections (Skt: paramitas)</b>	Seis perfecciones	Las prácticas de los bodisatvas en su camino a la iluminación: generosidad, moralidad, paciencia, entusiasmo, concentración y conocimiento de la vacuidad.
<b>Six realms</b>	Seis reinos	Los seis reinos de la existencia cíclica o samsara, tres inferiores -infierno, fantasmas hambrientos (Skt: preta) y animal- y tres superiores -humano, semi-dioses (Skt: asura) y dioses (Skt: sura).

<b>Solitary realizer / Pratyekabuddha (Skt)</b>	Realizadores solitarios.	Una de las dos clases de practicantes en la tradición Theravada, que trata de conseguir el <i>nirvana</i> en solitario, sin confiarse a ningún maestro. La otra clase son los <i>oyentes</i> .
<b>Spiritual</b>	Espiritual	Su Santidad el Dalai Lama define espiritual como mental.
<b>Sutra</b>	Sutra (Skt)	Discurso pronunciado por Shakyamuni Buda; también se refiere a la división de las enseñanzas de Buda anterior al <i>tantra</i> , que acentúa la práctica de la <i>bodhicitta</i> y las seis perfecciones ( <i>paramitas</i> ). Ver <i>Paramitayana</i> .
<b>Tantra (Skt; Tib: gyü)</b>	Tantra	Literalmente, <i>continuidad</i> . Las enseñanzas secretas de Buda. Hay 4 clases de tantra: <i>tantra de la acción</i> , <i>tantra de la actuación</i> , <i>tantra del yoga</i> y <i>tantra del yoga supremo</i> .
<b>Ten grounds or stages (Skt: bhumi)</b>	Diez terrenos/ niveles	Los diez niveles de realización espiritual que los <i>bodisatvas</i> realizan en su camino hacia la <i>iluminación</i> .
<b>Ten non-virtuous actions</b>	Diez acciones no virtuosas	Acciones negativas que deben evitarse para no crear karma negativo: tres del cuerpo( matar, robar y tener una conducta sexual inapropiada), cuatro del habla( mentir, usar palabras duras o hirientes, difamar y perder el tiempo en conversaciones irrelevantes) y tres de la mente (avaricia, mala voluntad y visiones erróneas).
<b>Thought transformation / Mind Training</b>	Transformación del pensamiento/entrenamiento mental	Conjunto de enseñanzas dirigidas a la generación de bodichita, en el que la mente es entrenada para utilizar cualquier situación, agradable o desagradable, como un medio para destruir el <i>aferramiento al yo</i> y la <i>mente egoísta</i> .
<b>Three doors</b>	Tres puertas	Cuerpo, palabra y mente.
<b>Three Higher Trainings</b>	Tres entrenamientos superiores	Disciplina ética o moralidad, concentración y conocimiento de la vacuidad.
<b>Three Jewels</b>	Tres joyas	Los tres objetos de refugio en el budismo: Buda, Dharma y Shanga. También llamadas la <i>Triple Gema</i> .
<b>Three kinds of suffering</b>	Tres clases de sufrimiento	El sufrimiento del sufrimiento; el sufrimiento del cambio y el sufrimiento de composición que todo lo abarca.
<b>Three poisons</b>	Tres venenos	Ignorancia, odio y apego. Las tres <i>aflicciones</i> raíces.
<b>Three Principles of the Path</b>	Tres principios del camino	Las enseñanzas esenciales del <i>LamRim</i> : <i>renuncia</i> , <i>bodichita</i> y <i>vacuidad</i> .
<b>Three realms</b>	Tres reinos	Tres reinos, mundos o planos de existencia: reino del deseo (en el que nos encontramos nosotros), reino de la forma y reino sin forma. . Los dos últimos se corresponden con elevadas absorciones meditativas.

<b>Tong-len (Tib)</b>	Tong-len	Literalmente, <i>tomar y dar</i> ; la meditación que consiste en tomar el sufrimiento de los demás y darles, a cambio, la propia virtud y felicidad, con el objetivo de destruir la mente egoísta.
<b>True Existence</b>	Existencia verdadera	Ver <i>existencia inherente</i> .
<b>Tsa-tsa (Tib)</b>	Tsa-tsa	Una reproducción de la imagen de Buda u otra deidad, hecha en arcilla o yeso a partir de un molde.
<b>Tsong Khapa, Lama (1357-1419)</b>	Tsong Khapa	El maestro que en el s.XV fundó la orden Gelug en el budismo tibetano.
<b>Tushita (Skt)</b>	Tushita	Tierra de la alegría. La tierra pura asociada al próximo buda que enseñará el Dharma en este mundo, Maitreya.
<b>Twelve Links of Dependent Origination</b>	Doce vínculos del surgir dependiente	Estos 12 enlaces exponen de forma práctica el concepto de <i>originación dependiente</i> , referido a como se origina el sufrimiento en la <i>existencia cíclica</i> , a saber: ignorancia, acción, consciencia, nombre y forma, seis fuentes (sentidos), contacto, sensación, apego, aferramiento, existencia, nacimiento, envejecimiento y de muerte.
<b>Two Bodies/ Two Kayas (Skt)</b>	Dos cuerpos	Los dos cuerpos o aspectos que un ser consigue cuando alcanza la iluminación: (1) cuerpo de verdad (Skt: dharmakaya), dividido a su vez en el cuerpo de naturaleza (Skt: svabhavikakaya) y el cuerpo de sabiduría (Skt: jnanakaya) y (2) cuerpo de forma (Skt: rupakaya), compuesto por el cuerpo de gozo (Skt: sambhogakaya) y el cuerpo de emanación (Skt: nirmanakaya).
<b>Two Obscurations</b>	Dos oscuridades	Las dos clases de oscuridades mentales: <i>oscuridades afflictivas</i> (ignorancia y el resto de <i>aflicciones</i> derivadas) que impiden el logro de la <i>liberación</i> , y <i>oscuridades cognitivas</i> ( <i>impresiones</i> o huellas de las anteriores) que impiden alcanzar la completa <i>iluminación</i> .
<b>Two Truths</b>	Dos verdades	Los dos modos de existencia de todos los fenómenos: el nivel de las apariencias, que solo existe relativamente ( <i>verdad convencional</i> ) y su <i>verdad última</i> o vacío de existencia inherente ( <i>verdad última</i> ).
<b>Ultimate Truth</b>	Verdad última	El modo último de existencia de todos los fenómenos: la <i>vacuidad</i> o el vacío de <i>existencia inherente</i> . Una de las <i>dos verdades</i> , siendo la otra la <i>verdad convencional</i> .
<b>Vajra (Skt; Tib: dorje)</b>	Vajra	Literalmente, <i>rayo</i> y también <i>diamante</i> . Pequeño objeto ritual que representa la firmeza de espíritu y el poder espiritual.
<b>Vajrasattva (Skt; Tib: Dorje Sem-pa)</b>	Vajrasattva	Deidad meditacional masculina que simboliza la pureza inherente de todos los budas. Una de las principales prácticas de purificación, que forma parte de los preliminares para el tantra, que tiene por objeto eliminar los obstáculos creados por el karma negativo.

<b>Vajrayana / Tantrayana</b>	Vajrayana	Dentro del camino <i>Mahayana</i> , es el vehículo mas rápido en el <i>budismo</i> , que permite a ciertos practicantes altamente cualificados conseguir la <i>iluminación</i> en una sola vida mediante la práctica del tantra.
<b>Vinaya (Skt; Tib: dü-l-wa)</b>	Vinaya	Las enseñanzas de Buda sobre la moralidad y el código de conducta para los monjes y monjas.
<b>Vipassana , Vipashyana (Skt)</b>	Vipasana	Visión o percepción especial en la naturaleza de la realidad. A menudo se la traduce como meditación analítica, en contraste con la quietud meditativa o <i>shamata</i> .
<b>Virtue</b>	Virtud	Karma positivo, generado con las acciones positivas de mente, palabra y cuerpo, cuyo resultado es felicidad.
<b>Vows</b>	Votos	Preceptos tomados sobre la base del refugio en las Tres Joyas, a saber: votos Pratimoksha (o votos de la liberación individual), votos de los bodisatvas y votos asociados al tantra.
<b>Wheel of Life</b>	Rueda de la vida	Representación de la existencia cíclica en forma de rueda que muestra los <i>seis reinos de existencia</i> , con la ignorancia, el apego y el odio en el centro (simbolizados por un cerdo, un gallo y una serpiente, respectivamente), y con los <i>doce enlaces de originación dependiente</i> a modo de anillo exterior. Todo el conjunto se encuentra atrapado entre las garras de Yama, el señor de la muerte.
<b>Wisdom</b>	Conocimiento/sabiduría	Referido a los diferentes niveles de comprensión de la naturaleza de la realidad. La sabiduría última o trascendental es la que realiza la ausencia de existencia inherente de todos los fenómenos, acabando así con al <i>ignorancia</i> que es la raíz del <i>samsara</i> .
<b>Yidam (Tib)</b>	Yidam	Literalmente, <i>sello mental</i> . La deidad meditacional con la que el practicante tiene mayor conexión o, como Lama Yeshe solía decir, "tu deidad favorita para la practica del tantra".
<b>Yoga (Skt)</b>	Yoga	La disciplina espiritual a la que uno se une con el fin de alcanzar la iluminación.
<b>Yoga Tantra (Skt)</b>	Tantra del yoga	La tercera de las cuatro clases del <i>tantra</i> . Literalmente significa "unión", debido al creciente énfasis en las actividades internas comparado con las dos clases previas de tantra.
<b>Yogi (Skt)</b>	Yogi	Un meditador muy experimentado. El termino femenino es yogini.

This glossary was compiled and translated by Fran Llopis Tovar (Kiko), with kind assistance from Ven Nerea and the FPMT Spanish translation group.