

A large, dark silhouette of a tree with many branches and leaves is centered in the frame. The background is a bright, golden-yellow sky, suggesting a sunset or sunrise. The sun is visible as a bright, glowing orb behind the tree's branches, creating a strong backlighting effect. The overall mood is serene and contemplative.

Práctica para la vida diaria

Semana 13

Realiza un diario de las paramitas

Observa los momentos del día en que actúas (o no actúas) con:

(1) generosidad/desapego

(2) ética / transparencia

***(3) paciencia y tolerancia
(incluso contigo mismo)***

***(4) energía constante/
perseverancia***

***(5) meditación/no interferir
con la experiencia***

***(6) sabiduría/comprensión/
visión amplia***

***¡Comparte en el Foro
de la semana!***