



INSTITUTO  
BUDA  
DHARMA

---

**Introducción al budismo:  
Cuatro contemplaciones  
para replantear tu vida**

*Tema IV:*

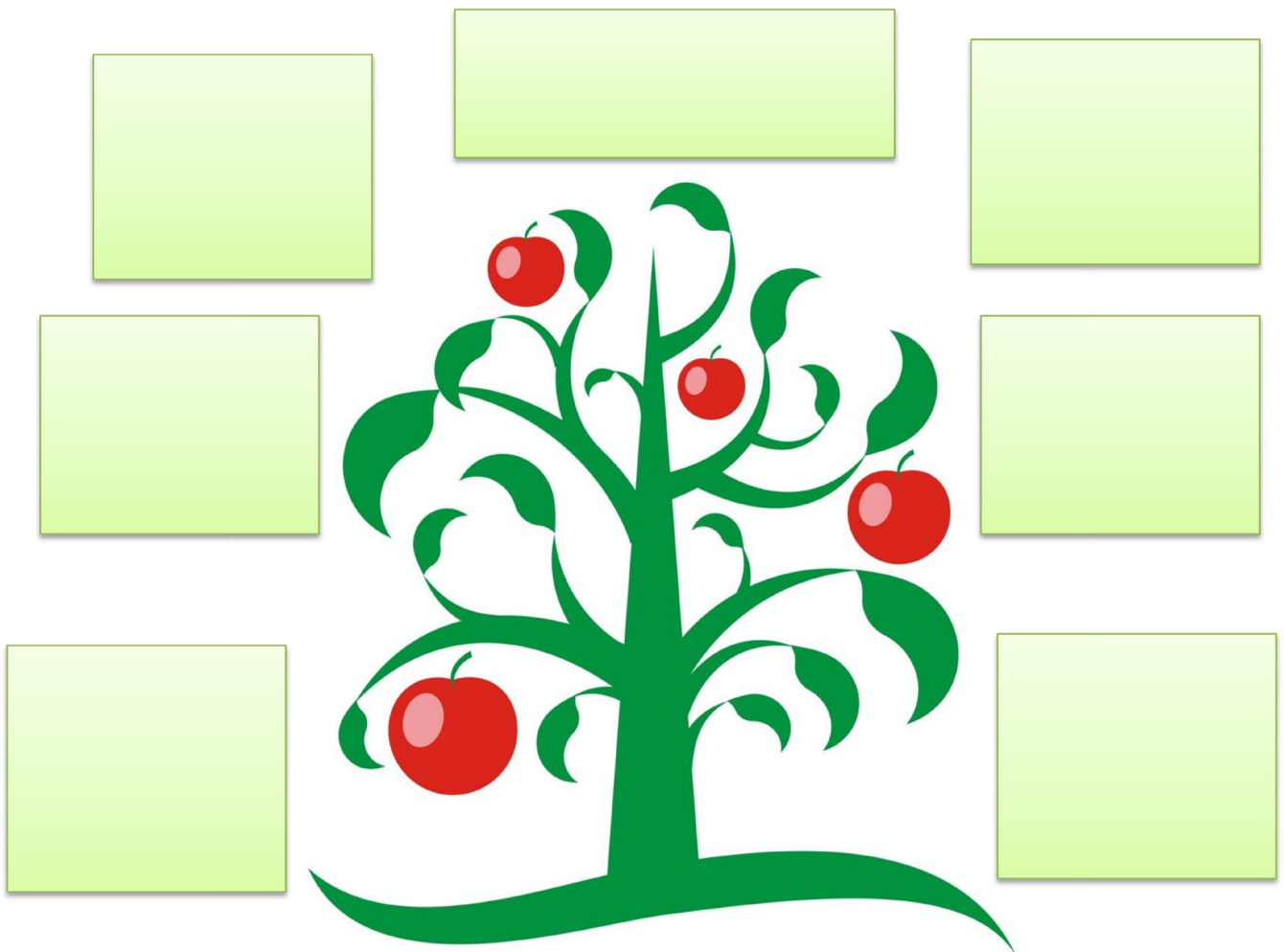
*El karma y su función*

**Parte I**

1. Piensa en algunas de las experiencias que has tenido en los distintos ámbitos de tu vida. Incluye tanto experiencias que consideras positivas como negativas, por ejemplo: la gente confía en ti, recibes regalos, tienes escasez económica, sufres ciertas enfermedades, la gente te agrade, pierdes cosas, etcétera.

Escribe esas experiencias en los frutos de tu **árbol del pasado**.

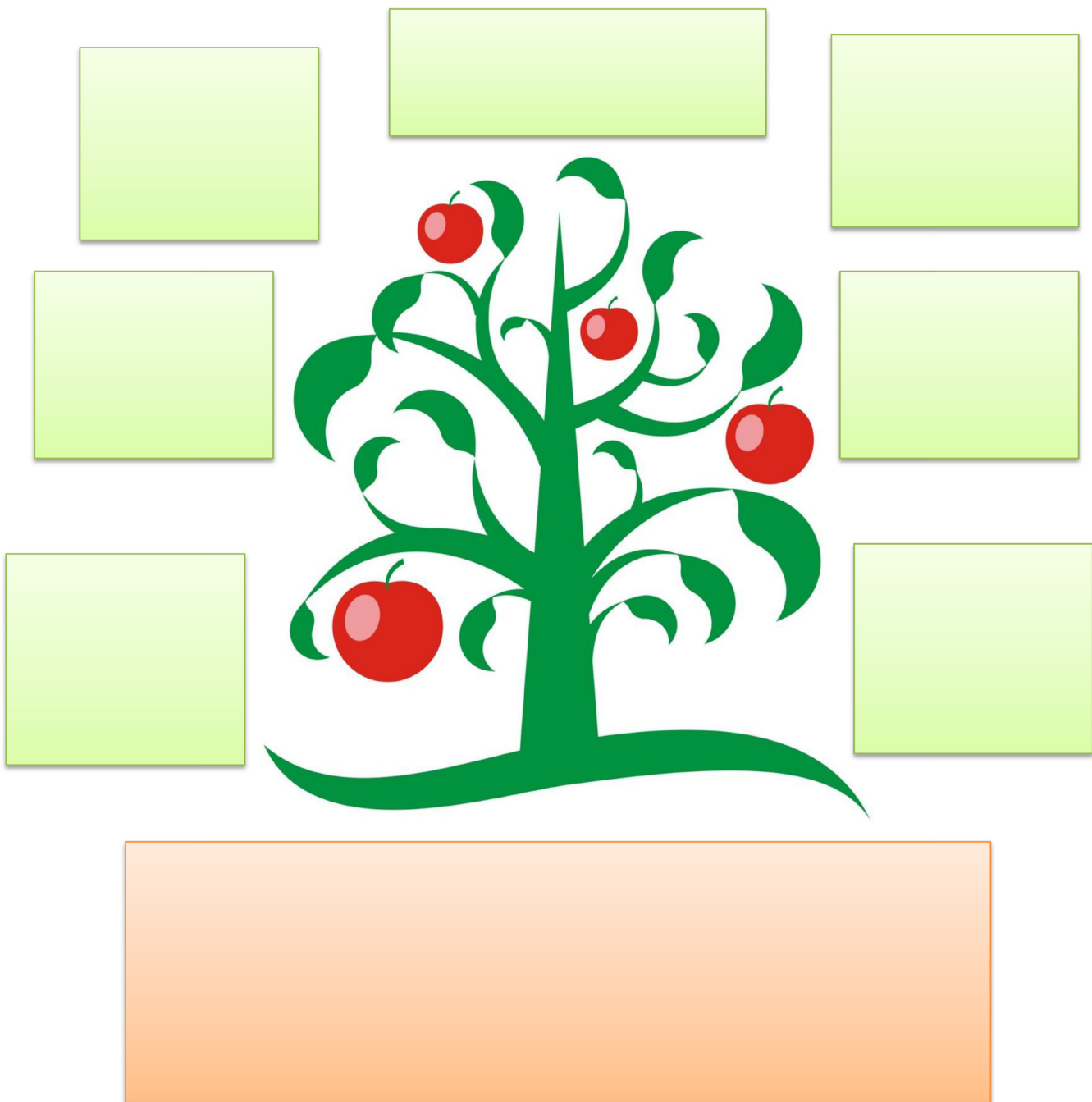
Ahora, analiza qué acciones pudiste haber cometido en el pasado que estén dando origen a estos frutos kármicos y escríbelas en las raíces del . Si no estás seguro o no sabes, pon un signo de interrogación.

**Árbol del pasado**

Parte II

1. Analiza qué situaciones te gustaría experimentar en los varios ámbitos de tu vida, por ejemplo: abundancia, relaciones estables y armoniosas, salud, etcétera. Escríbelas en los frutos de tu árbol del futuro.
2. Analiza qué acciones crees que debes cultivar para lograr estos resultados y escríbelas en las raíces de tu árbol del futuro.

Árbol del futuro



**Parte III**

Reflexiona en las siguientes preguntas. Toma un tiempo en cada una de ellas antes de ir a la siguiente:

**1. En relación con tus acciones en el presente y la manera en que vives día a día, ¿cuáles crees que serán los frutos que obtendrás?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**2. ¿De qué forma tus acciones contribuyen a empeorar o a mejorar tus experiencias?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**3. ¿Cómo puedes actuar para modificar tu vida en el sentido deseado?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**4. ¿Cuál es la determinación que puedes tomar en este momento después de este análisis?**

---

---

---

---

---

---

---

---