

Fundación de Beneficencia Pública Paramita Chile

Fundación Paramita Chile, está conformado por un grupo de voluntarios, alineados por nuestro interés en el legado y la cultura, filosofía y arte oriental y más específicamente del Tíbet, región situada en la meseta tibetana, en Asia, al noreste del Himalayas y es el asiento del pueblo tibetano, así como algunos otros grupos étnicos como los pueblos monba, qiang y lhoba y el Subcontinente Indio, que es la región geográfica que comprende la mayor parte de la India histórica, actualmente dividida entre los estados de India, Pakistán, Bangladesh, Nepal y Bután. Por razones culturales y geográficas, se considera también parte del subcontinente los estados insulares de Sri Lanka y Maldivas.

Como Fundación, queremos contribuir al desarrollo de la comunidad chilena impulsando el legado histórico de las culturas indias y tibetanas en Chile mediante el estudio de estas culturas a través del aprendizaje de su historia, cultura y sus diferentes etnias y tradiciones, expresadas también a través de su milenario arte y expresiones artísticas. Para dichos fines se están propiciando espacios gratuitos de difusión y estudio mediante cursos y talleres por Zoom y encuentros presenciales, que ofrecen a los interesados constantes y visitantes ocasionales, conocer más sobre esta cultura y ser educados sobre ésta, más allá de si se sienten vinculados a estas culturas o no.

También, hemos desarrollado medios de difusión que permitirán dar a conocer las actividades de la Fundación para acercar a más personas esta milenaria cultura, filosofía y arte. Se espera que el proyecto siga siendo una contribución en el aspecto intelectual y social, dirigido al mejoramiento de conocimientos de culturas orientales y desde un punto más práctico se espera que este aporte ayude a generar una base de conocimiento y conciencia, para el resto de la sociedad que aún no conoce mucho, o que necesita o siente el interés de investigar estas antiguas y diferentes culturas estudiando sus distintas disciplinas como el arte, la filosofía, la psicología, su historia, historia del arte, del diseño, de la ciencia, etc. que nos hace entender que estas culturas encriptan significados profundos de la realidad y de la mente del hombre. En este sentido son numerosos los autores procedentes de distintas áreas de conocimiento y personalidades conectadas directamente con la cultura tibetana e india, quienes actualizan constantemente el significado de su arte y filosofía. Entenderlo desde una aproximación cultural, filosófico-artístico es comprender la vida desde otro punto de vista más abierto y humano, donde se desvelan verdades sutiles de la realidad y las leyes que rigen aquello cuanto percibimos, lo visible y lo invisible.

Nuestra Fundación, desde el fin de la pandemia, ha dado especial importancia a la práctica en comunidad y se realizan desde nuestros inicios y hasta la actualidad, actividades presenciales de

distinto tipo abiertas a todo público que permiten poner en práctica su cultura, su arte y su filosofía a través de actividades gratuitas para la comunidad que esté interesada en aprender sobre su filosofía, su legado en Chile, su historia e hitos importantes a través del tiempo.

A finales de julio del año 2023 firmamos los estatutos de la Fundación y hemos iniciado actividades este año 2024. El objeto de la Fundación y por lo que solicitamos adherirnos a la Ley de Donaciones es, y siempre ha sido, la beneficencia pública a través de hacer el bien para las personas y la sociedad en general, asimismo, los beneficiarios de los recursos se han determinado por criterios como: toda persona interesada en el estudio y aprendizaje de su filosofía, arte y cultura indistintamente de su edad, género, nacionalidad, clase social, etc. Personas de escasos recursos o con discapacidad.

A través de la Ley de Donaciones intentamos obtener una posibilidad de impulso de recursos para mejorar nuestras herramientas de trabajo y aumentar nuestra llegada a personas que aún no hemos podido alcanzar, ampliando nuestro campo de acción

Actividades realizadas

La Fundación de Beneficencia Pública Paramita Chile realiza actividades de estudios culturales, filosóficos y artísticos de la India y el Tíbet desde 2019 como grupo informal, para efectos de la solicitud de este informe, se incluyen solamente registros desde el año 2023.

A continuación, presentamos una selección de las diferentes actividades realizadas por el grupo Paramita Chile desde inicios del 2023 hasta la actualidad.

Nuestro correo de comunicación paramita.chile@gmail.com

Comunidad de WhatsApp:



Presentamos algunos registros de nuestras actividades presenciales realizadas en la ciudad de Santiago durante el año 2023 e inicios de 2024, que nos han ayudado a promover y propiciar la práctica de métodos culturales y artísticos milenarios de estas culturas orientales. La asistencia es variable, pero durante el año 2023 hemos podido reunir en promedio a 80 personas para poner en práctica todo lo aprendido. Todas nuestras actividades son sin costo, se realizan en salones de edificios gratuitos y solo se solicita el alimento que compartimos entre todos, como aporte voluntario. Para asistir solo se debe llenar un formulario por parte del asistente en donde confirma su asistencia.

Reunión para reflexionar juntos presencialmente sobre el texto filosófico *Carta a un amigo* del filósofo tibetano Nagarjuna (ca. 150 d. C., 250 d. C.), 14 de enero 2023, Santiago:



Actividades presenciales del curso de estudio de la Cultura Tibetana, realizados por zoom. 17 de junio 2023, Santiago:



Constantemente estamos realizando cursos de forma online. La siguiente fotografía es un encuentro por Zoom de noviembre del año 2023 donde reflexionamos sobre “Los Tres Códigos”, un tratado del célebre filósofo indio del siglo IV, Vasubandhu. En este ámbito ha sido fundamental nuestra promoción de la educación de libros filosóficos antiguos de la cultura Oriental. Actualmente estamos manteniendo dos grupos de estudio a la semana y al que asisten 15 personas en total. En promedio 60 personas mensualmente:



A continuación, una fotografía de las actividades que realizamos semanalmente para compartir en comunidad nuestros estudios de literatura india o tibetana, a través de nuestro medio digital de reuniones Zoom, realizada en febrero del 2024. En nuestro afán social y de incluir a todas las personas interesadas y sin distinciones, todas nuestras actividades son sin costo. A esta actividad regular asisten mensualmente 50 personas en promedio:



Reunión presencial, 10 de febrero 2024 Santiago:



La siguiente fotografía es de nuestra última actividad presencial realizada los días 17 y 18 de febrero de 2024, Santiago.



Y desde diciembre del año 2023 hemos mejorado nuestra comunicación por mail y estamos creando un boletín informativo mensual gratuito, a nuestra comunidad de aproximadamente 400 amigos, que nos ha ayudado a desarrollar, impulsar y divulgar actividades que permitan el aprendizaje de estas culturas milenarias.

Equipo Paramita Chile

Primera Edición Boletín Informativo

Estamos muy contentos de compartir con ustedes este primer boletín informativo con algunas de las actividades que hemos realizado. Esperamos que te puedas beneficiar siendo parte de las futuras actividades, ya que, con tu entusiasmo y participación, contribuirás a que este bello proyecto florezca.

¿Qué nos espera este mes de diciembre en Paramita Chile?

🗣️ Grupos de Reflexión de Cursos modalidad virtual:

“Los Tres Códigos: visión integral de la ética budista”



“Carta a un Amigo”



🗣️ Jornada:

Florecer en la Tormenta

14 de enero 2023

Realizamos juntos en este valioso curso donde revisamos las cuatro milenarias estrategias con las que gestionar las dificultades de la vida con plenitud y equilibrio para lograr calma y lucidez. Si te interesa este curso [pincha aquí](#).

Cierre del año 2023



DECLARACIÓN QUE DA CUENTA DE ENTIDAD DE BENEFICIO PÚBLICO

En Santiago 08 de marzo de 2024, por la presente, y en mi calidad de Presidente de la Fundación de Beneficencia Pública Paramita Chile RUT 65.136.388-8 en adelante Fundación, vengo a declarar que:

1. La Fundación de Beneficencia Pública Paramita Chile para impulsar el aprendizaje y desarrollo es una entidad de beneficio público a la luz de la Ley 21.440, es decir, una entidad que ofrece sus servicios y actividades a todas las personas o a un grupo de personas de características generales y uniformes, sin que exista determinación de dicho grupo de cualquier forma, manifestación o acto de discriminación arbitrario que vaya en contra del principio de universalidad y el bienestar común.
2. La Fundación tiene por objeto la beneficencia pública, esto es, hacer el bien para las personas y la sociedad en general, a través del aprendizaje y desarrollo del
3. El directorio de la Fundación, está compuesto por integrantes de la comunidad chilena que llevan años realizando las actividades descritas anteriormente, lo que esperamos sirva como respaldo de nuestra seriedad e intención de cumplir nuestros objetivos como entidad benéfica. Para mantener y mejorar las acciones que estamos desarrollando, es que solicitamos acogernos a la Ley de Donaciones 21.440.



Nataly del Pilar Molina Andrade

16.067.003-7

Ahora, mediante la anterior rectificación se aclara que el fin principal de nuestra Fundación de Beneficencia Pública Paramita Chile es el aprendizaje mediante el estudio de la cultura, entiéndase dentro de esta cultura la historia, filosofía, arte, historia del arte, psicología, diseño, ciencias, medicina o cosmovisión y cualquier expresión de identidad que generen o hayan generado durante su historia, las culturas orientales del Tíbet, los Himalayas y el Subcontinente Indio, dividido entre los estados de India, Pakistán, Bangladesh, Nepal y Bután y el legado histórico de estas culturas en Chile.

ANEXO A LA MEMORIA EXPLICATIVA

1) Favor incluir mayor detalle sobre los asuntos/contenido cultural abordado durante sus actividades.

A continuación, se incluye un esquema de los temas tratados; los filósofos y libros que se han incluido el año 2023 y los del año 2024 que están activos. Se ofrecen dos grupos de estudio diferentes a la semana, generalmente los lunes y miércoles de 1 hora y media, desde las 7.30 a 9.00 pm. La duración de los ciclos depende de la extensión de cada libro, y desde la pandemia se realizan todos nuestros grupos de estudio de forma on-line a través de zoom, lo que ha permitido que personas que tengan el interés de aprender y desarrollar estas culturas tradicionales puedan conectarse desde todas partes de Chile y además de manera gratuita, sin tener que cumplir ningún tipo de requisito para inscribirse, solo las ganas de participar. Las sesiones las moderan integrantes de nuestra Fundación, los cuales se van alternando según el tiempo del que disponen. Su labor es dirigir la discusión de los capítulos que debamos repasar según el calendario del curso, para luego en la sesión poder repasarlo, discutir y estudiar juntos, obteniendo las perspectivas de cada participante, enriqueciendo nuestro conocimiento de las culturas y posturas filosóficas que expresa cada autor. Cada uno de estos autores presentan, desde diferentes ángulos, las culturas indio-tibetanas y orientales a través de poesía, visión cosmológica, expresión de sus culturas, tradiciones, arte, ciencia, etc. y que es de interés para el estudio de las personas que se inscriben en nuestras actividades completamente gratuitas.

Ciclo de filósofos tibetanos			
Textos	Autor	Inscritos	Año curso
<i>Separarse de los Cuatro Apegos</i>	filósofo y poeta tibetano Chogye Trichen (1919-2007)	54	2024
<i>El Legado del Sabio</i>	escritor Khenchen Appey (1926-2010)	25	2023
<i>Las Tres Visiones</i>	traductor y filósofo Ngorchen Konchog Lhundrub (1497-1557)	14	2023
<i>Camino Viejo, Nubes Blancas</i>	escritor, poeta y activista por la paz vietnamita Thich Nhat Hanh (1926-2022)	47	2023

Ciclo de filósofos Indios			
Textos	Autor		
<i>Carta a un Amigo</i>	Nagaryuna, filósofo y poeta (150-250)	44	2024

<i>El Tratado de los Tres Códigos</i>	Varios autores, filósofos indios y tibetanos	12	2023
<i>El Poema de Bodhicharyavatara</i>	Shantideva, poeta y filósofo (685-763)	42	2023
<i>La Guirnalda de Joyas</i>	Atisha Dipankara, traductor y escritor (982-1054)	47	2023

320 personas en total, a quienes se ha invitado a los cursos desde enero de 2023 a marzo de 2024

Además de estudiar la historia, filosofía, arte y cosmovisión en general de estas culturas milenarias, también hemos mencionado anteriormente que realizamos estudio y prácticas en el área de las ciencias, las cuales abordamos mediante sus técnicas meditativas o mindfulness. Es conocido el impacto que las técnicas meditativas indias y tibetanas han tenido en la ciencia de occidente; en la medicina y psicología, por ejemplo. En diferentes estudios científicos el mindfulness ha demostrado los incalculables beneficios que presenta su práctica constante, y en nuestros cursos por Zoom y reuniones presenciales dedicamos tiempo a su práctica. A continuación, adjuntamos algunos artículos recientes de lo mencionado anteriormente:

1. <https://neurologia.com/articulo/2021014>

The screenshot shows the article page for "Investigación de mindfulness en neurociencia cognitiva" on the website neurologia.com. The page features a green header with the journal title and author information. Below the header, there is a navigation bar with options like "Inicio", "Revista", "Indispensables", "Formación", "Másteres", and "Acceso". The main content area includes an introduction, a summary (RESUMEN) in Spanish, and a list of keywords (Atención, Bienestar, Emoción, Estrés, Mindfulness, Neurociencia cognitiva) and categories (Neurociencia básica, Neuropsiquiatría). The page also displays the journal's ISSN and DOI information.

2. https://revistasanitariadeinvestigacion.com/mindfulness-y-su-aplicacion-en-la-salud/#google_vignette



ENFERMERÍA

Mindfulness y su aplicación en la salud

10 junio 2023

INTRODUCCIÓN

La investigación experimental y clínica, ha puesto de manifiesto la importancia de la meditación como complemento a diferentes psicoterapias. Desde 1995 se aplica a pacientes diagnosticados con depresión y dolor crónico. En los últimos años, se han realizado diferentes estudios que aportan suficiente evidencia científica para afirmar que Mindfulness actúa como modulador del cerebro, así como del comportamiento. Aporta un mayor control mental a los pacientes aquejados de diversos trastornos mentales, así como una importante mejoría de los síntomas físicos asociados al estrés en otras patologías como cáncer, dolor crónico, consumo de sustancias tóxicas, etc.

Nuestro grupo está abierto a cualquier persona, y sin distinción de etnia, estado socioeconómico, sexo, edad, identidad, religión, discapacidad, etc., o cualquier persona que se sienta ligado o no con estas culturas milenarias.

- 2) **Además, se le requiere incluir antecedentes sobre el acceso, por ejemplo, ¿las actividades se encuentran disponibles para el público general o solo socios? ¿Cómo son convocados los asistentes, a través de alguna publicación, carta? ¿se permite el acceso a la comunidad?**

Con respecto al acceso de nuevos participantes, actualmente estamos analizando la posibilidad de crear una página web, pero los recursos económicos son nuestro contra en este momento. Por el momento manejamos nuestro WhatsApp con alrededor de 80 participantes a la fecha, en el que incorporamos a cualquier persona interesada de recibir recordatorios y alertas más directas de nuestros cursos, además por este medio se realiza la comunicación entre los participantes de cada grupo durante la semana. También, para una visión general de nuestras actividades y para recibir los formularios de inscripciones a nuestros cursos gratuitos, enviamos un boletín mensual completamente abierto y gratuito, que creamos para la difusión de nuestra información mensual. Este boletín se entrega a nuestra base de datos, la cual contiene alrededor

de 400 interesados que hemos ido reuniendo desde el año 2019, cuando comenzamos como grupo con este interés en común a las culturas orientales. La distribución de este boletín informativo es libre a quien solicite recibirlo, nuestra forma actual de difusión es mediante este boletín, el WhatsApp, el correo oficial y el boca a boca que realizan nuestros participantes, los cuales también pueden compartir nuestro boletín o grupo de WhatsApp a quien quiera integrarse, no tenemos ningún requisito para recibir nuestra información de cursos ni para participar en ellos.

La Fundación de Beneficencia Pública Paramita Chile aboga por la gratuidad completamente, y para no realizar ningún cobro hemos logrado que nuestras actividades no generen costos para nosotros, más allá del tiempo que invertimos en este proyecto que mantenemos con mucho esfuerzo, responsabilidad y cariño. Por ejemplo, las reuniones presenciales de cierre de cursos se realizan en un salón de eventos, el cual no tiene costo de arriendo y cada integrante lleva su propio alimento para compartir. Nuestra intención es no generar ningún cobro en nuestras actividades, ya que creemos fervientemente que la cultura es un bien de la humanidad que no debe tener restricción de acceso.

Ahora que estamos formalizados hemos pagado patente y aseo municipal, pero ya estamos postulando a gratuidad y el pago de zoom también lo generamos mediante descuento para fundaciones sin fines de lucro.

Estamos en el proceso de nuevas ideas para recaudar recursos y poder mejorar nuestra Fundación y seguir ofreciendo cursos gratuitos de estudio, además de incorporar nuevas actividades que complementen el aprendizaje de estas cultural tradicionales, por lo mismo nos hemos formalizado y postulamos a la Ley de Donaciones, para legalizar y transparentar toda nuestra gestión y poder postular a recursos y mantener el acceso abierto y gratuito.

No tenemos sistema de socios ni ninguna clasificación similar ni menos, que implique pagos ni cobros a quienes están actualmente en nuestra base de datos ni a quienes toman cursos por primera vez. Nuestra Fundación, por el momento, no genera ningún gasto que necesite un pago por parte de nuestros participantes. Además, son cursos que pueden tomarse a elección y no implica obligatoriedad de inscripción o algún ciclo obligatorio de participación o algo similar. En ese sentido siempre hay libertad para participar dentro de nuestra entrega de actividades y siempre está libre la opción de inscribirse en cualquier curso que les interese, sin tope de participación.

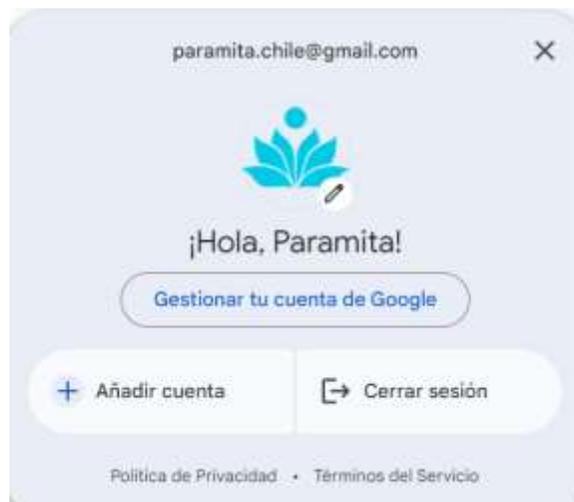
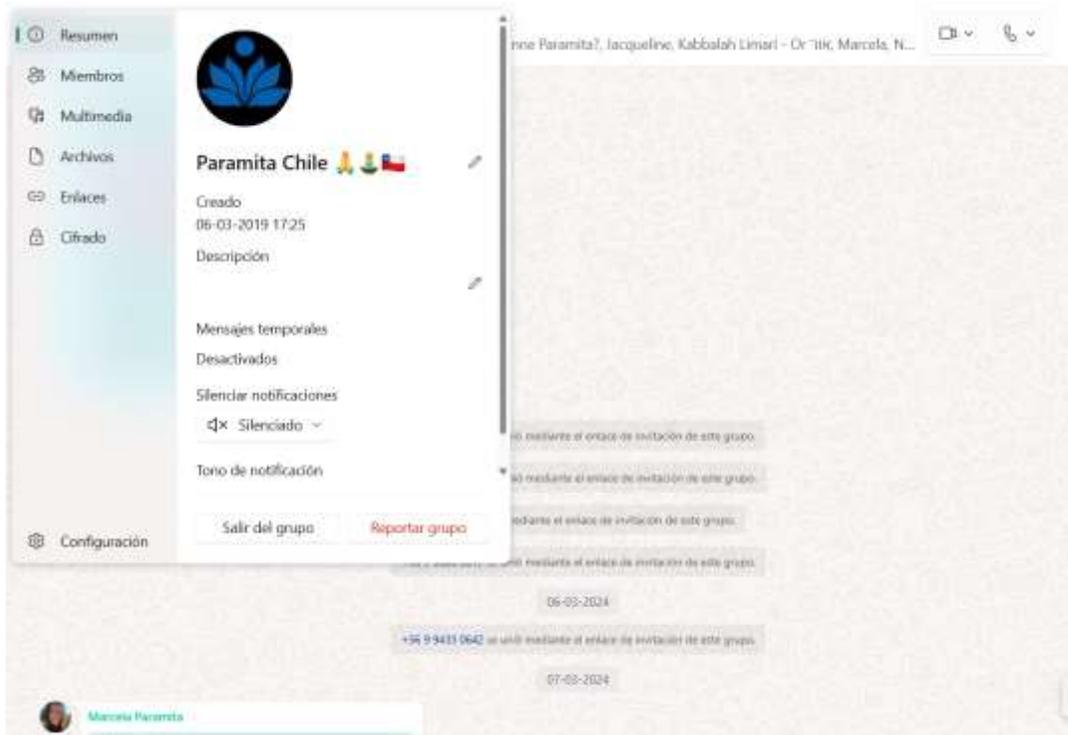
La publicación para cada curso se hace mediante nuestro boletín, en donde se deja un formulario de google para que la persona se inscriba o comparta el curso con algún conocido que esté interesado en participar y que no esté en nuestra base de datos. Luego, enviamos una invitación mediante nuestro correo oficial y el día anterior a la sesión de Zoom se envía la invitación con la lección a repasar, discutir y/o reflexionar ese día y el link de acceso al Zoom.

Las actividades presenciales descritas en los documentos ingresados anteriormente se realizan esporádicamente para el cierre de ciclos, que es cuando terminamos de revisar un texto, donde podemos reunirnos y compartir en comunidad los textos en su totalidad, apreciaciones generales y comentarios de los participantes. La invitación a estos encuentros se hace mediante un correo electrónico de la Fundación al grupo que actualmente realiza el curso y en donde se solicita confirmar asistencia y no se requiere de ningún pago ya que no implican ningún gasto para la Fundación.

Somos un grupo de 7 personas coordinando este proyecto y queremos crecer para mejorar nuestra difusión, nuestros cursos, ampliar nuestra selección de textos y filósofos, y la capacidad de poder entregar mejores herramientas para estudiar estas culturas tradicionales y tan vastas, entre otras mejoras.

Como mencionaba anteriormente, el acceso a nuestra comunidad es absolutamente libre para quien tenga el interés y uno de nuestros proyectos a futuro es mejorar esta difusión a través de canales formales, como una página web, que permitan una mayor llegada y acceso para cualquier persona interesada en el país.

Algunas imágenes de lo mencionado anteriormente:



The screenshot shows the Mailchimp interface for a public list named "Paramita Chile". At the top, it states "Tu público tiene 416 contactos. 412 de estos se han suscrito." Below this, there are tabs for "Vista de lista" and "Vista de calendario".

On the left, a sidebar menu includes options like "Crear", "Campañas", "Automatizaciones", and "Público". The main content area is titled "Ver por estado" and includes a search bar and a "Ordenar por" dropdown set to "Editada por última vez".

Under "Ver por estado", there are filters for "Todo", "En curso", "Borrador", and "Completado". Below this, there are filters for "Ver por tipo" including "Correo electrónico", "SMS", "Automatizaciones", and "Páginas de destino".

The main list displays two email campaigns:

Fecha	Nombre de la campaña	Estado	Aperturas	Clics	Acción
March, 2024 (1)	Boletín Marzo Habitual - Paramita Chile	Enviado	55.1%	8.6%	Ver informe
February, 2024 (1)	Boletín Febrero Habitual - Paramita Chile	Enviado	53.2%	4.2%	Conectar con contactos

Según lo escrito anteriormente, hemos incluido mayor detalle sobre los asuntos y contenido cultural abordado durante nuestras actividades, y hemos ingresado antecedentes sobre el acceso libre y gratuito a las actividades disponibles para el público interesado en general y la convocatoria abierta de los asistentes y el acceso libre a la comunidad, además de imágenes que respaldan lo mencionado. Confirmamos que la Fundación de Beneficencia Pública Paramita Chile tiene como fin el aprendizaje mediante el estudio de la cultura, entiéndase dentro de esta cultura la historia, filosofía, arte, historia del arte, psicología, diseño, ciencias; cómo técnicas meditativas, medicina o cosmovisión y cualquier expresión de identidad que generen o hayan generado durante su historia, las culturas orientales del Tíbet, los Himalayas y el Subcontinente Indio, dividido entre los estados de India, Pakistán, Bangladesh, Nepal y Bután y el legado histórico de estas culturas tradicionales en Chile.