

El canto armónico, una vía de Entrada a lo profundo

ANEXO I

Budismo y prácticas de budismo tántrico



Buda Shakyamuni, pintura en mural del templo del Instituto Norbulingka, Dharamsala

Luz María Mansilla Pérez

luzmariamansilla@yahoo.com

Noviembre 2015

Parque de Estudio y Reflexión

LOS MANANTIALES

Para lograr comprender mi objeto de estudio fue necesario investigar sobre budismo y específicamente sobre prácticas de budismo tántrico. Hago hincapié que esta revisión no pretende ser una búsqueda bibliográfica solo de fuentes confiables, sino más bien una investigación que me aportó luces para vislumbrar esta temática. En esta exposición hay variada información extraída de World Wide Web, algunos de ellos sin ni siquiera especificar su fuente.

Índice

A- Generalidades del budismo.	3
Tradiciones y escuelas budistas.	8
Budismo tántrico.	13
Símbolos y alegorías en budismo tántrico.	19
Linajes en budismo tántrico.	31
Origen del sonido en el budismo.	33
B- Prácticas de budismo con canto armónico.	35
Ámbito medio	
1 - Sutras.	36
2- Mudras.	37
3- Instrumentos rituales	
a) Dorje y campana.	38
b) Otros.	44
4-Instrumentos musicales.	50
a) Dung Chen.	50
b) Dungkar.	53
c) Tambor.	54
d) Damaru.	55
e) Gong.	57
f) Címbalos.	57
g) Gyaling.	58
h) Kangling.	59
3- Vestimentas.	61
6 Mandala.	64

Generalidades del Budismo

El budismo es una doctrina *no teísta*. El no teísmo es una definición religiosa que se refiere a aquellas corrientes espirituales o filosóficas que no discurren o mencionan la creencia en un dios creador o absoluto. Se diferencia del ateísmo en que los no teístas pueden aceptar conceptos espirituales como la creencia de dioses, espíritus y deidades, aunque estas son vistas generalmente como seres no absolutos que evolucionan y cambian. Se considera a Buda como el guía y maestro que señala el camino para alcanzar el nirvana y no como una deidad que hay que adorar.

El budismo se desarrolló a partir de las enseñanzas difundidas por su fundador Siddhartha Gautama (563 a 483 a.C.) en el noreste de la India. Inició una rápida expansión hasta llegar a ser la religión predominante en India en el siglo III a. C., en el siglo VII inicia su declive en su tierra de origen, pero se había propagado con éxito por la mayor parte del continente asiático.

“La enseñanza original del Buddha no era, ni pretendía ser, una religión en el sentido habitual de la palabra, sino que podría definirse más bien como un sistema ético-psicológico que persigue la realización concreta del inmenso potencial del ser humano. Dejando deliberadamente de lado los postulados teológicos y las elucubraciones metafísicas se concentra en lo que cada cual puede y tiene que hacer por sí mismo, sin que ningún dios ni otro hombre pueda hacerla por él, para librarse de los vínculos inherentes en una existencia mal comprendida y conseguir «la suprema salvación de toda sujeción, el Nibbana»”¹

“Siddhartha Gautama; quien, según cuenta la leyenda, tiene cuatro encuentros muy significativos: con un hombre enfermo, un viejo, un cadáver y un asceta en meditación, a partir de estas experiencias formula su Propósito: liberarse definitivamente del sufrimiento y trascender la muerte, lograr salir de los ciclos de nacimiento, muerte y renacimiento que convierten en eterno al sufrimiento, a través de la completa iluminación.”²

¹ Solé Amadeo. Majjhima Nikaya. “Los sermones medios del Buddha.” Traducción directa del pali Amadeo Solé Leris y Abraham Vélez de Cea. Ed. Kairós, España 1999. Pág. 7

² Novotny, Hugo. Monografía “La entrada a lo profundo en Buda”. C. de Estudios P. Carcarañá, Junio 2009. Pág. 2
<http://www.libreriahumanista.com/la-entrada-a-lo-profundo-en-buda-hugo-novotny/>

“El nirvana es la meta final, el objetivo supremo del camino preconizado por el budismo. Pero hay mucha discusión respecto a que se entiende por nirvana”³⁹, para algunos es el vacío, la absoluta cesación de todo contenido de conciencia, para otros un insuperado estado de perfecta paz, proveniente de la extinción de todas las pasiones, inquietudes, deseos; y para otros “la extinción de las ilusiones”, la condición de la emancipación del mundo limitado.³

“El nirvana reside en las etapas del bodhisattwa donde la compasión hacia los otros trasciende todos los pensamientos del yo.” Nirvana es el reino del Dharmata-Budha, en donde la manifestación de la Noble sabiduría, que es el Budhismo, se expresa en el Amor Perfecto hacia todos”.⁴

“El Nibbana es algo que pertenece a la categoría de la pura experiencia y no es reducible a las categorías lógicas y discursivas que utilizamos para razonar y comunicarnos .Referente a las concepciones de nirvana, el mismo Buddha, absteniéndose de teorías y metafísicas especulativas, consideraba los supuestos “grandes temas” de la religión y la filosofía como cuestiones vanas, en las que la gente pierde un tiempo precioso que podría dedicar con mucho mayor provecho a la meditación para llegar a la visión cabal de la realidad .”⁵

Sin olvidar que estamos conceptualizando lo no conceptualizable, “El Nibbana es la liberación del sufrimiento inherente en la existencia mediante la eliminación del deseo y del apego gracias a la percepción correcta de la realidad”, que puede caracterizarse como una reestructuración y total integración de la psique, como la superación permanente de las estructuras psicomentales habituales. Un estado superior de la conciencia que se plasma en una actitud de suprema disponibilidad y apertura hacia el prójimo”.⁶

En general se entiende por Nirvana a un estado de cese de la actividad mental corriente y que significará una liberación espiritual, el estado de felicidad supremo. Siddhartha Gautama se refería al nirvana de la siguiente manera: «Hay, monjes, una condición donde no hay tierra, ni agua, ni aire, ni luz, ni espacio, ni límites, ni tiempo sin límites, ni ningún tipo de ser, ni ideas, ni falta de ideas, ni este mundo, ni aquel mundo, ni sol ni luna. A eso, monjes, yo lo denomino ni ir ni venir, ni un levantarse ni un fenecer, ni muerte, ni nacimiento ni efecto, ni cambio, ni detenimiento: ese es el fin del sufrimiento.»⁷

³ Pérez Galdós (Ed.) Dhammapada traducción del pali, introducción y notas de Carmen Dragonetti, 2002 RBA coleccionables, España. Pág. 189

⁴ Yutang, Lin. Sabiduría hindú, Ed. Biblioteca Nueva, 2° edición, Argentina, 1954. Glosario, pág. 501

⁵ Yutang, Lin. Sabiduría hindú, Ed. Biblioteca Nueva, 2° edición, Argentina, 1954. pág.494

⁶ Solé Amadeo. Majjhima Nikaya.” Los sermones medios del Buddha.” Traducción directa del pali Amadeo Solé Leris y Abraham Vélez de Cea. Ed. Kairós, España 1999.Pág.13

⁷ Udana (la palabra de buda) traducción y notas Thanissaro Bhikkhu 2012 pág. 111 y 112.
<http://www.accesstoinight.org/lib/authors/thanissaro/udana.pdf>

La primera enseñanza de Budha fueron las **cuatro nobles verdades**:

1-Toda existencia es sufrimiento (duḥkha). 2-El origen del sufrimiento es el anhelo (o deseo, sed, "tanha") 3-El sufrimiento puede extinguirse, extinguiendo su causa.

4-Para extinguir la causa del sufrimiento, debemos seguir el Noble camino óctuple.

Este **Sendero óctuple** es el camino que lleva al cese del sufrimiento, hacia el Despertar, el nirvana, se lo designa como el camino de las ocho ramas: 1- Comprensión correcta 2- Pensamiento correcto 3- Palabra correcta 4- Acción correcta 5- Ocupación correcta 6- Esfuerzo correcto 7- Atención correcta y 8- Concentración correcta.

Según el budismo, un ser humano está compuesto de **Cinco Agregados** (skandhas), que son los procesos en que se clasifica toda la experiencia individual de cada persona: 1- Forma y cuerpo 2- Sentimientos y sensaciones 3- Percepción y memoria 4- Estados mentales y 5- Conciencia.

Todos los cinco agregados son impermanentes e inestables. Por eso en ninguno de ellos se podrá encontrar la esencia del ser o del yo. El sufrimiento surge cuando uno se identifica con o se aferra a un agregado. El sufrimiento se extingue por renuncia a los agregados. El budismo enseña que la libertad definitiva se realiza penetrando profundamente en la naturaleza de todos los agregados como intrínsecamente vacíos de existencia independiente.

“De acuerdo con las concepciones budistas tres son las características de todas las cosas y seres: impermanencia, dolor e insustancialidad, estas tres características constituyen el Tilakkhana, o sea, la triple caracterización de todo”⁸.

“La importancia que el budismo da a poder realizar la insustancialidad radica en la consideración que hace de que la satisfacción permanente es sólo alcanzable sin una constante aparición de expectativas o temores para o de este yo diferenciado del mundo. La doctrina de Budha recibe también la denominación de “**camino del medio**”, por cuanto evita, por un lado, los excesos de un exacerbado ascetismo y, por otro, el sometimiento al mundo de la sensualidad”.⁹

“El Camino del Buda propone conocer y ver las cosas por uno mismo, experimentarlas por sí mismo, gracias a cinco facultades: fe, energía, atención, concentración y sabiduría. Evitando por igual los extremos de la entrega a los placeres de los sentidos y de las prácticas de mortificación personal”.¹⁰

⁸ Pérez Galdós (Ed.) Dhammapada traducción del pali, introducción y notas de Carmen Dragonetti, 2002 RBA coleccionables, España, pág. 142, Capítulo: principales conceptos budistas.

⁹ Pérez Galdós (Ed.) Dhammapada traducción del pali, pág. 159, Capítulo principales conceptos budistas.

¹⁰ Novotny, Hugo. Monografía “La entrada a lo profundo en Buda”. C. de Estudios P. Carcarañá, Junio 2009, pág. 1

“El Camino Medio persigue la visión cabal de la realidad, único modo de liberarse, aprovechando algunas de las abstracciones meditativas del yoga tradicional por contribuir a una mayor ductilidad de la mente, y contemplando ecuánimemente los factores de impermanencia (anicca) e insubstancialidad (anatta, literalmente "no yo") que caracterizan todos los fenómenos de la existencia, inclusive nuestra propia personalidad, y que, al no ser plenamente comprendidos, son origen del sufrimiento (dukkha)”¹¹

Las enseñanzas de Buda las encontramos en **El Dhammapada**, una escritura sagrada en verso tradicionalmente atribuida a Buda. Es uno de los textos más conocidos del Canon Pali (colección de los antiguos textos, que constituyen el cuerpo doctrinal y fundacional del budismo Theravada)

“El Dhammapada o “Palabras de la Doctrina” es un libro de aforismos budistas en 423 versos, las palabras son adjudicadas a Budha mismo, reflejan el pensamiento correcto y fiel de las enseñanzas del mismo Budha”.¹²

Destaco algunos versículos del Dhammapada: ¹³

“Como una sólida roca no se mueve con el viento, así el sabio permanece imperturbado ante la calumnia y el halago” D. Capítulo VI

“Más grande que la conquista en batalla de mil veces mil hombres es la conquista de uno mismo”. D. (v103)

“Tu peor enemigo no te puede dañar tanto como tus propios pensamientos. Ni tu padre, ni tu madre, ni tu amigo más querido, te pueden ayudar tanto como tu propia mente disciplinada.” D 3:10-11

“Por pequeño que sea un deseo, te mantiene atado, como el ternero a la vaca.” D. 20:12

“El verdadero buscador no se identifica ni con el nombre ni con la forma, no se lamenta por lo que no tiene ni por lo que pudo haber sido.” D. 25:8

¹¹ Majjhima Nikaya. Los sermones medios del Buddha. Traducción directa del pali Amadeo Solé-Leris y Abraham Vélez de Cea. Ed. Kairós .España 1999, pág.6

¹² Yutang, Lin. Sabiduría hindú, Ed. Biblioteca Nueva, 2º edición, Argentina, 1954. Pág. 293

¹³ Hay diversas versiones del Dhammapada, puede verse otra en “Dhammapada” traducción del pali, introducción y notas de Carmen Dragonetti, 2002 RBA coleccionables, edición Pérez Galdós, Barcelona España, pág. 36

La meditación es la práctica budista por excelencia. El significado del término meditación o bhavana significa *cultivo de la mente*. Es por tanto una actividad que supone determinada predisposición para que el practicante se sitúe en la realidad y así aumentar su comprensión y sabiduría, que son esenciales para la erradicación del "dukkha" o sufrimiento.

Hay muchas y variadas técnicas de meditación budista dependiendo de cada tradición y escuela, (por ejemplo en la Theravāda Visuddhimagga se enumera hasta 40 métodos meditativos). En general todas estas técnicas se basan en dos componentes: 1-Samatha (calma mental, tranquilidad): es la meditación de la estabilidad mental y se utiliza para el desarrollo de la atención y relajamiento de la mente y 2-Vipassana (conocimiento directo, intuición) o visión cabal: es la meditación analítica y se emplea para cambiar actitudes destructivas por positivas, a través de un proceso de razonamiento e interiorización.

En el budismo hay un estado de conciencia de meditación, contemplación o recogimiento en la que el meditante siente que alcanza la unidad con lo divino, lo que definen como *Samadhi*.

Según el Yogavasishtha (texto espiritual hindú sobre las enseñanzas del sabio védico Vasishtha): *"Por samadhi ha de enterarse el estado en que la espiritualidad es el fuego que quema la paja del deseo; pero no es en modo alguno la actitud de silencio y contemplación"*¹⁴

Las prácticas empleadas para alcanzar el samadhi como la concentración en un mandala, o la repetición de un mantra provocan efectos hipnóticos con la sensación de "unidad cósmica". Mircea Eliade, en su estudio de las religiones orientales, afirma que el concepto del samadhi implica un «ensimismamiento» por el cual el sujeto se identifica con lo real absoluto.

Según el Budismo no hay nada que posea una esencia individual y, por tanto, todo está vacío, sin una realidad independiente. A esta vacuidad la llaman **Sunyata**. Todo lo que existe está relacionado y es interdependiente, y la aparente pluralidad de individualidades es un carácter ilusorio de nuestra existencia.

La moral del budismo es la **Bodhichitta**, que significa la compasión por todos los seres sintientes, su propósito es alcanzar una mente altruista causada por el deseo de beneficiar a los demás y acompañada por el deseo de obtener la budeidad para el beneficio de los demás seres. La bodhichitta se refiere al corazón que se enfoca en llegar a ser un buda, al corazón que tiene una firme determinación y dice: "tengo que superar todas mis limitaciones y desarrollar todos mis potenciales para poder ser de beneficio a todos"

¹⁴ Felc (Ed.) El espíritu de Los Upanishads, Inscripción n° 113.014. ISBN: 956-7544-31-X, Chile, pág. 172

Tradiciones y escuelas budistas

El budismo es una triple vía al autoconocimiento y la iluminación. De ahí que se le conoce como un sistema Trikaya o compuesto por tres grandes vehículos o metodologías psicoespirituales.

- 1- **Theravada o Hinayana**, o Pequeño Vehículo (por su austeridad y precisión) o Camino de los Sabios. el Hinayana está compuesto por los discursos tempranos del Buda, y sustentado por las 4 nobles Verdades. Y su ideal es el del Arhat (el que se ha liberado, literalmente: el que ha alcanzado la otra orilla)
- 2- **Mahayana** o Gran Vehículo (por la profusión de enseñanzas y reglamentos). Esta tradición no se limita a buscar la liberación personal, sino que tiene como finalidad la liberación de todos los seres y para ello busca alcanzar el estado de Buddha.). Su ideal es el del Bodhisattva (aquél que habiendo alcanzado la liberación renuncia a esta para permanecer en el mundo para beneficio de todos los seres sintientes.
- 3- El Budismo **Vajrayana** (o del Vehículo del Diamante) conocido como **Budismo Tántrico o budismo tibetano** (a veces llamado lamaísmo) es la forma de Budismo que se desarrolló en el Tíbet y la región del Himalaya.

“Tantra, etimológicamente hablando, significa tejido, extender, multiplicar. Es lo que extiende el conocimiento. Los orígenes del tantrismo como fenómeno ideológico-religioso se remontan a los estratos más antiguos y populares de la religiosidad pre-ariana, es decir, a los cultos a Shiva y a la Diosa. Se enuncia como un gran movimiento panindio filosófico y religioso que se hace sentir con fuerza el siglo IV d.e.v. Se perfila un tantrismo hinduista y uno budista. Es una “técnica” por excelencia, aunque fundamentalmente sea una metafísica y una “mística”, un retorno a la religión de la Gran Madre. El tantrismo contempla la unificación de los contrarios, de los opuestos, de los principios masculino y femenino, el principio dual.”¹⁵

“La vía tántrica supone un Sadhana largo y difícil. Su objetivo es la reunión de los dos principios polares en el alma y el cuerpo mismo del discípulo. Trabajan con ejercicios de visualización: representación de la deidad e internalización de la misma hasta “fundirse” con ella”. Existe un adagio tántrico: “no se puede venerar a un dios si no se es un dios”¹⁶

Sadhana es la práctica espiritual diaria que busca corregir la mente y ejercitar el cuerpo hasta introducirlos en una disciplina para así poder expresar el infinito dentro del individuo. Es la base de todo esfuerzo espiritual. Es la principal herramienta que se utiliza para trabajar en sí mismo y para lograr el propósito de la vida.

^{15,16} Granella Francisco. Raíces de la Disciplina Energética. India y contrafuertes del Himalaya, Octubre 2005, pág. 24

Dentro del Tantrismo se distinguen tres corrientes: 1- Tantra blanco 2- Tantra rojo y 3- Budismo tántrico.

Según conceptos occidentales, el Tantra se divide en dos corrientes principales: el Tantra de la Mano Derecha, y el Tantra de la Mano Izquierda. Esta división procede de la naturaleza de los métodos prácticos usados para alcanzar la condición de “unidad”. Si los métodos reales, físicos, de la unión sexual son utilizados, entonces se habla del Tantra de la Mano Izquierda, mientras si sólo se usan técnicas simbólicas o meditativas (y el sexo físico es excluido) se está en la esfera del Tantra de la Mano Derecha.

El tantra de la mano izquierda busca “fusionar los aspectos masculinos y femeninos del cosmos en un estado de conciencia extática”, a través del conocimiento, la práctica, la acción y la conducta. Para ello es necesario recorrer el sendero de la energía de Shiva y Shakti, es decir, de un estado de conciencia individual a uno de conciencia pura.

El **Tantra blanco** enseña a utilizar el deseo como sendero hacia la realización. Muestra el camino hacia el auto respeto así como el respeto a la pareja y, que el sexo, es amor puro e incondicional y no se basa en la mera y simple genitalidad. En el tantra blanco se utiliza la meditación y el control consciente de la respiración para lograr un mayor equilibrio entre las energías masculina y femenina, haciendo posible que esa energía circule libre y fluida por el interior de la persona. Para ello, se hace uso del color, los sonidos, los aromas y el trabajo energético y equilibrado de los chakras.



<http://marlanaoasa.wordpress.com/2013/02/16/tantra-blanco-tejiendo-adentro-la-unidad/>

En el **tantra rojo**, el sexo ocupa un lugar destacado, tiene una connotación sagrada y se desarrollan prácticas y ejercicios para potenciar la energía sexual en el individuo y en la pareja. La sexualidad, fuente de vida, es una herramienta que le permite al ser humano

integrarse con el todo, es una fuerza poderosa y divina, que bien encaminada puede ser utilizada para alcanzar la iluminación y llegar a elevados estados de conciencia.

Con la sexualidad se expresa la energía creativa, para transformarla en progreso espiritual.

Relevancia tiene en este tantra el **Yab-yum**, símbolo común en el arte budista de la India, Bután, Nepal y el Tíbet, representa la deidad macho (Shiva) en la unión sexual con su mujer consorte (Shakti). A menudo, la deidad masculina está sentada en posición de loto, mientras que su esposa está sentada en su regazo. Yab-yum representa la mística unión de la sabiduría y la compasión.

En el budismo la forma masculina es activa, lo que representa la compasión y los “medios hábiles” que tienen que ser desarrollados con el fin de alcanzar la iluminación. La forma femenina es pasiva y representa la sabiduría que también es necesaria para la iluminación. Unidos, las figuras simbolizan la unión necesaria para superar los velos de “Maya”, la falsa dualidad de objeto y sujeto.

Yab yum



<http://ashram.co.kr/207>



<http://novelactivist.com/6151/clive-hamilton-2-aesthetics-and-porn/>

Para el Dr. Alexander Berzin, se traduce incorrectamente las palabras tibetanas para la pareja, yab-yum, como masculino y femenino, cuando en realidad quieren decir padre y madre. *Tal como un padre y una madre en unión son necesarios para que nazca un hijo,*

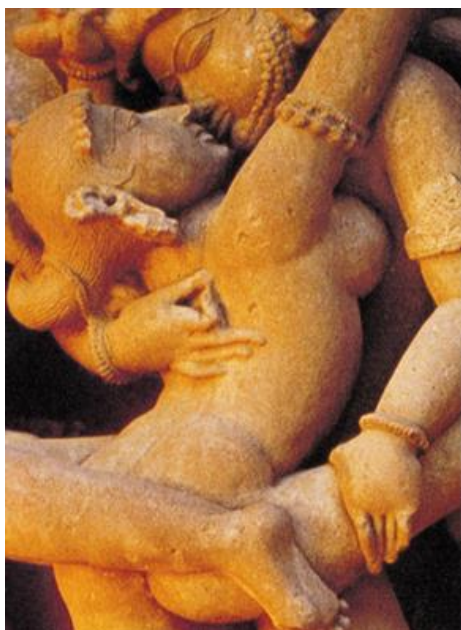
del mismo modo, compasión y sabiduría en unión son necesarios para dar nacimiento a la iluminación.

El padre, cumple el rol de la bodhicitta ,y la madre con la sabiduría cumple el papel de la realización de la vacuidad .

La unión del padre y madre significa la sabiduría gozosa unida inseparablemente con la realización de la vacuidad. Aquí, la expresión sabiduría gozosa no se refiere al gozo de la liberación orgásmica como en la experiencia sexual común, sino que se trata de un estado gozoso de la mente alcanzado a través de métodos avanzados de yoga para llevar los vientos de energía hacia el canal central de energía.¹⁷

En el contexto ritual del tantra, el término “Maithuna” se refiere a la unión sexual de hombre y mujer, y es sinónimo de “kriya nishpatti” (limpieza madura). Para el tantra, como el espíritu sin la materia no es efectivo por sí mismo, ambos elementos trabajan juntos para lograr la armonía; sólo cuando la unión ha sido consagrada es cuando se considera que maithuna alcanza su plenitud. La pareja es entonces divina: ella es Shakti y él es Shiva.

Esculturas en Templo de Khajuraho



<http://www.pinterest.com/sarahheartsongs/shiva-shakti/>

¹⁷ Berzin, Alexander. Los archivos Berzin, para entender el Tantra http://www.berzinarchives.com/web/es/archives/e-books/unpublished_manuscripts/making_sense_tantra/pt1/making_sense_tantra_05.html

El maithuna tántrico es la antigua ceremonia donde los yoguis tántricos se unían sexualmente para reproducir la danza cósmica de lo femenino y lo masculino sagrados representados en la tradición tántrica a través de las figuras de Shiva y Shakti. Impregnándose de la divinidad de lo femenino y lo masculino sagrado, los tántricos sacralizaban el mundo de la materia y daban a la energía sexual su verdadero papel de fuerza alquímica y de unión de cuerpos y almas. Aunque fuese por un tiempo, los tántricos, hombre y mujer, se imbuían del carácter divino de Shiva y de Shakti contemplándose el uno en el otro y a través de esa contemplación de lo divino en él y en ella, traían, bajaban a la tierra, la conciencia del amor absoluto, el amor incondicional que trasciende el ego emocional y sus diferentes manifestaciones de posesividad, dependencia y apego.

Sin embargo, es posible experimentar una forma de maithuna sin unión física. El acto puede existir en un plano metafísico, sin penetración sexual a través del cuerpo sutil. Es cuando esta transferencia de energía que ocurre en la pareja, simbolizada y encarnada en la diosa y el dios a través de la disminución de egos, se enfrentan a la realidad última y se experimenta la felicidad través de la unión de los cuerpos sutiles.

Shiva y Shakti



<http://www.goddessgift.net/shiva-shakti-green-black-PS-SS.html>



<http://www.pinterest.com/sarahheartsongs/shiva-shakti/>

Budismo Tántrico o tibetano o Vajrayana

El budismo tibetano incorpora filosofía yoga, rituales simbólicos tántricos, disciplina monástica y las características chamánicas de la religión indígena, Bön. Entre sus características más singulares son su sistema de lamas reencarnados y el gran número de deidades en su panteón.

El budismo tántrico tomó prestados ritos mágicos de su contexto étnico y los aplicó para sus propósitos. Adoptó los rituales mágicos para la destrucción cambiando sus objetivos. En lugar de destruir a los rivales y enemigos, los ritos se han refinado y ahora erradican al odio y a los obstáculos que impiden llegar a la iluminación.

El acontecimiento más importante en la historia del budismo tibetano fue la llegada de la gran Padmasambhava, místico tántrico, en el Tíbet en el año 774, por invitación del rey Trisong Detsen. Fue Padmasambhava (más conocido en la región como Gurú Rinpoche) que fusionó el budismo tántrico con el local de la religión Bön (de carácter animista y mágico) para formar lo que ahora reconocemos como el budismo tibetano. Padmasambhava estableció la escuela Nyingma del que se derivan todas las escuelas del budismo tibetano.

El budismo tibetano desarrolló con rapidez la entrada de la enseñanza tántrica al norte de la India desde la zona de Bengala y Gujarat y se extendió por Tibet, Sri Lanka y China y otros lugares. El budismo tibetano ejerció una fuerte influencia en el siglo XI d.C. en los pueblos de Asia Central, especialmente en Mongolia y Manchuria.

El Vajrayana es una extensión del Budismo Mahayana que se diferencia de este en la adopción de técnicas adicionales (upaya, o medios hábiles) pero no en sus aspectos filosóficos. Algunos de estos upaya son prácticas que solo pueden ser iniciadas y transmitidas por un maestro espiritual competente.

Dentro de las prácticas es relevante el trabajo con los chakras y los nadis o canales energéticos.

En el tantra, se habla de varios cuerpos: la capa más externa formada por la piel y los huesos, luego el sistema respiratorio, después el sistema cognoscitivo, y por último el cuerpo sutil, la capa más sutil de todas, el sistema intuitivo o psíquico del cuerpo, donde están los chakras, mediante el cual se puede lograr éxtasis físico y unión espiritual.

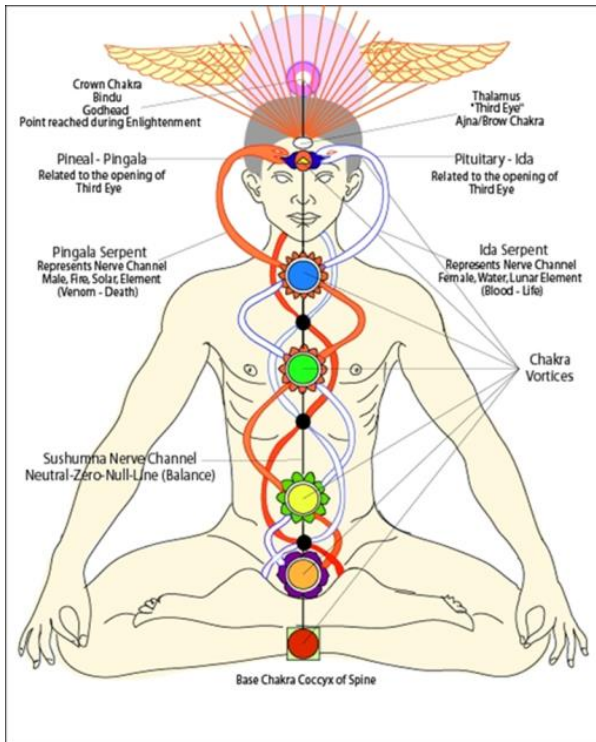
Los chakras permiten establecer un puente entre la materia y la mente, el cuerpo y el espíritu, el individuo y el universo.

En el cuerpo sutil, existen siete chakras principales, cada uno de los cuales es generador y depósito de energía y de conciencia psíquica. Se conectan entre sí por medio de canales, llamados Nadis.

La palabra en sánscrito chakra significa literalmente rueda, y hace referencia a centros energéticos en donde se condensa, circula y transforma la energía vital o prana. Los nadis, diversamente traducido como "conductos", "nervios", "venas", o "arterias", constituyen canales de flujo de la fuerza vital (prana). Los chakras se encuentran en el

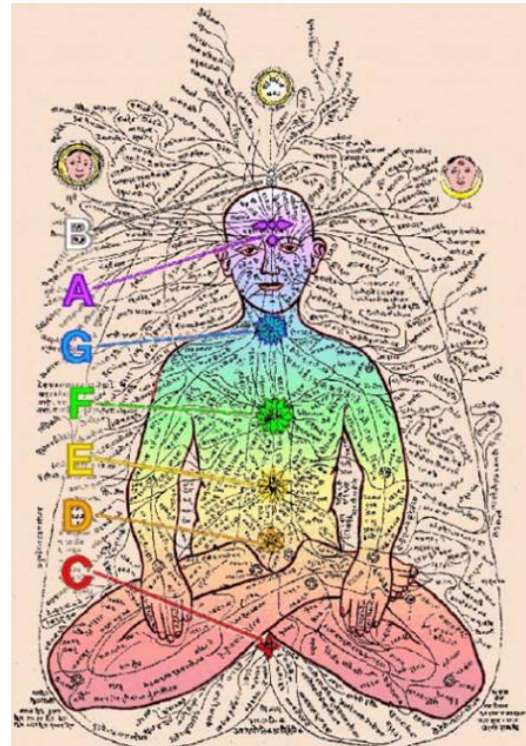
entrecruzamiento de los nadis o tubos astrales por donde circula la energía habiendo 7 chakras principales. Junto con los chakras, los nadis constituyen la composición del cuerpo sutil o yoga en el Tantra.

Chakras y nadis



<http://merkabbahcabala.blogspot.com>

/2012/04/el-arbol-de-la-vida-como-representacion.html



index.php/chakras-y-cuerpos-sutiles-12/nadis-11

El tantra utiliza diversas herramientas para expandir la conciencia. Con las prácticas de tantra se usan las sensaciones, tanto externas como internas, para alcanzar la liberación.

El tantra se dirige a la totalidad de la persona. No dejará sin transformar ningún aspecto del individuo. El tantra distingue tres aspectos en un ser humano: el cuerpo, el habla y la mente y la práctica tántrica, por lo regular, incluye a los tres. El cuerpo participa haciendo postraciones, haciendo girar molinillos de oración, circunvalando, haciendo ofrendas y formando mudras. El practicante tántrico realiza mudras, usando su cuerpo como base para la meditación y ésta es otra forma en que procura su participación física. Para el vajrayana no hay una experiencia espiritual completa si ésta no se ha infiltrado hasta las yemas de sus dedos. El habla manifiesta su participación cuando recita, especialmente los mantras. La mente cuenta con visualizaciones simbólicas complejas, en las cuales mora. De esta forma, el vajrayana teje patrones de práctica que incluyen a todo el ser.

Según los archivos Berzin, colección de traducciones y enseñanzas del Dr. Alexander Berzin¹⁸ (doctorado en Estudios Sánscritos e Indios de la Universidad de Harvard) relacionadas principalmente con las tradiciones mahayana y vajrayana del budismo tibetano, *“La palabra sánscrita tantra significa la urdimbre de un telar, o la hebra de una trenza. Como los hilos de un telar, las prácticas del tantra sirven como una estructura para entrelazar los temas de la enseñanza búdica para tejer la alfombra de la iluminación. Más aun, el tantra combina expresiones físicas, verbales y mentales de cada práctica y las entreteje creando un sendero holístico de desarrollo.”*

“La raíz de la palabra tantra significa estirar o continuar sin descanso. Enfatizando esta connotación, los académicos tibetanos tradujeron el término como gyu (rgyud), que significa continuidad ininterrumpida.

Hay tres niveles de tales continuidades o continuum:

*a) La continuidad ininterrumpida **base** es el continuum mental individual (flujo mental) de cada uno de los seres limitados (seres sensibles), con todos los factores de su naturaleza búdica que posibilitan la iluminación.*

*b) El **camino** del continuum ininterrumpido es la continuidad de las prácticas mahayana con figuras búdicas, que pueden mantenerse sin final debido a que las figuras búdicas nunca se desgastan o envejecen, y nunca mueren.*

*c) El continuum ininterrumpido **resultante** es la continuidad interminable de los cuerpos iluminados de un buda.”*

“Todas las clases de tantra requieren de alcanzar cierto nivel de competencia espiritual con prácticas preliminares (sngon-'gro, "ngondro") como preparación previa a emprender sus caminos. El tantra involucra un sendero de práctica con figuras búdicas para purificar la base y poder alcanzar la iluminación como resultado.

*Para purificar las fuerzas negativas internas y acumular potenciales positivos, la práctica del tantra también requiere de, al menos, cierta cantidad de **preliminares especiales**”. Generalmente implican cien mil repeticiones de postraciones, aunadas a un verso para tomar dirección segura y reafirmar la bodichita; así como repeticiones de mantras de purificación, o repeticiones de ofrendas de mandala, que simbolizan el dar todo para la consecución de la iluminación en beneficio de otros.*

Todas las tradiciones tibetanas requieren los preliminares básicos del sutra, tales como adoptar una dirección segura y lo que la tradición gelug llama “las tres principales vías de la mente” (lam-gtso rnam-gsum): renuncia, bodichita y un entendimiento preciso de la vacuidad. Antes de recibir una iniciación, se recomienda, al menos, haber empezado la práctica de las cien mil repeticiones de cada uno de los preliminares especiales, con el entendido de que se continuará con dicha práctica después de la iniciación.”

¹⁸ Alexander Berzin 2002 Para entender el tantra <http://es.scribd.com/doc/230244473/Para-Entender-El-Tantra#scribd>

La meditación en el Budismo tántrico

Dentro de las diferentes escuelas del budismo destaca la meditación en el Budismo Tibetano, en que sobresalen los mecanismos simbólicos y alegóricos. Es una práctica ritualista que intenta la transformación de la mente del practicante mediante un camino progresivo de realizaciones. La meditación en el budismo tibetano está centrada desde sus inicios en establecer nuevos patrones psicológicos para aumentar la comprensión de la realidad a niveles profundos. Es la más simbólica y mágica de todas las tradiciones budistas.

“El tantra involucra un sendero de práctica con figuras búdicas para purificar la base y poder alcanzar la iluminación como resultado. Las características físicas de las figuras búdicas sirven como representaciones multivalentes, y proveen los hilos para entretrejer los varios temas de la práctica del sutra. El término tantra se refiere al tema de este entretrejo tan intrincado y los textos que lo abordan.

El término sánscrito para figuras búdicas, ishtadevata, significa: deidades escogidas, es decir, escogidas para practicar para convertirse en un Buda. Son “deidades” en el sentido de que sus habilidades trascienden aquellas de los seres ordinarios, sin embargo, ni controlan las vidas de la gente, ni requieren ser adoradas.”

Los practicantes del tantra se funden con figuras búdicas masculinas y femeninas, tales como las de Avalokiteshvara y Tara, imaginándose a sí mismos como teniendo las facetas iluminadoras de apariencia física, comunicación, funcionamiento mental, buenas cualidades y actividades de dichas figuras.¹⁹

“La concentración de pensamiento sobre un único objeto hasta el punto de que todos los objetos desaparezcan del campo de percepción consciente, es uno de los pilares del ejercicio espiritual de los lamaístas”.²⁰

Si la concentración es una atención sostenida, por la cual el objeto no desaparece de nuestra mente, al haberse eliminado las distracciones, la meditación sería una concentración sostenida y continua, que hace que el objeto penetre en la mente y se funda con ella. Es decir, que en la verdadera meditación o “recogimiento perfecto” (samadhi) no hay ya un sujeto perceptor y un objeto percibido, sino que los dos son una y la misma cosa.

¹⁹ Berzin, Alexander. 2002 Para entender el tantra <http://www.berzinarchives.com/web/es/archives/e->

²⁰ David Neel, Alexandra. “Místicos y Magos del Tíbet”. Ed Índigo 1a Ed. Barcelona 1988, pág. 230

Dentro de las prácticas de meditación destaco **El Vigyan Bhairav Tantra**²¹, es un texto clave de la escuela Trika del Shivaísmo de Cachemira. Presentado como un diálogo entre el dios Shiva y su consorte Deví o Shaktí, expone brevemente 112 métodos de meditación o técnicas de centrado (Dharanas) que yo interpreto como prácticas de ascesis. Estos incluyen diversas variantes sobre la conciencia en la respiración, la concentración en varios centros del cuerpo, la conciencia no-dual, la yapa (disciplina espiritual que involucra la repetición meditativa de un mantra o nombre de Dios), la imaginación y visualización y contemplación a través de cada uno de los sentidos.

En sus capítulos 15 a 19 se refiere a las **meditaciones sonoras**:

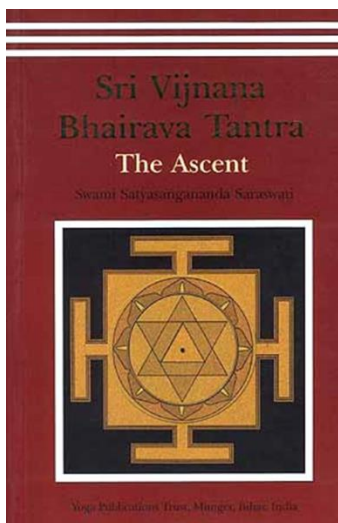
15- *Consigue el brahmán supremo aquél que se sumerge en el sonido absoluto, puramente interno, situado en el receptáculo de la oreja; sonido ininterrumpido, tumultuoso como un río.*

16 - *Si se canta OM o cualquier otra fórmula sagrada con presencia y lentitud; que se evoque el vacío que sigue al largo sonido final: por la potencia eminente de ese vacío, uno se abismará en la Vacuidad.*

17- *Es en el comienzo o en el final de cualquier sonido, donde hay que centrarse. Llegado a ser vacío por virtud del vacío, el hombre tomará forma de vacío.*

18- *Si, indiferente a cualquier otra cosa, se siguen atentamente los prolongados sonidos de la voz humana, al final de cada sonido (en el silencio en el que se reabsorbe el sonido), el esplendor infinito del firmamento se desplegará.*

19- *Visualiza una letra, déjate llenar por su luminosidad. La conciencia abierta, entra en la sonoridad de la letra, después en una sensación cada vez más sutil, un sonido cada vez menos audible. Cuando el sonido de la letra se disuelva en el espacio, ahonda en esta armonía silenciosa; sé libre.*



El Vijnana, un dialogo entre Shiva y Shakti



<http://sacred-earth.typepad.com/yoga/2010/09/siva-shakti.html>

²¹ “Vijñana bhairava tantra, el discernimiento intuitivo de la realidad última” <http://anuttaratrika.com/download.php>.

Existen prácticas de meditación con “**entrenamiento de la mente**” Entrenar la mente no significa en modo alguno subyugarla por la fuerza. Al contrario, en primer lugar, consiste en adquirir un conocimiento preciso y concreto de su funcionamiento, gracias a las enseñanzas espirituales y a una experiencia personal en la práctica de la meditación. Esta comprensión puede ser útil para domesticar la mente y trabajar hábilmente con ella, para volverla más dócil, para emplearla en toda su capacidad para los fines más beneficiosos.

Para el budismo el propósito de la meditación es despertar la naturaleza de la mente e introducirse en aquello que en realidad somos, la conciencia pura e inmutable que subyace a la totalidad de la vida y de la muerte. La meditación consiste pues en traer la mente a casa, esto se consigue en primer lugar gracias a la práctica de la atención.

Uno de los textos más importantes de entrenamiento mental es “*La rueda de las armas afiladas que golpea eficazmente el corazón del enemigo*”²², atribuido al maestro Dharmaraksita y su discípulo Atisha(982-1054), que ofrece un consejo práctico en el cultivo de la renunciación y la Bodhichitta.

Cito algunos pasajes de este texto:

(6) Y así los bodhisatvas son equiparables a pavos reales: Se alimentan de los engaños (las ilusiones), esas plantas venenosas, transformándolas en la esencia de la práctica, florecen en la jungla de la vida cotidiana. Siempre aceptan, cualquier cosa que se les presenta, mientras destruyen el veneno del deseo aferrado.

(46) En resumen, cuando sufrimientos desafortunados, que no hemos deseado se estrellan contra nosotros como un rayo, esto es igual, que el herrero que ha tomado su vida con una espada fabricada por él mismo. Es la rueda de las armas afiladas regresando sobre nosotros en un círculo completo, por las acciones dañinas que hemos realizado.

De ahora en adelante tengamos siempre cuidado y conciencia de nunca actuar de formas no virtuosas.

(97) Que aceptando nosotros mismos las acciones engañosas y no virtuosas que otros han cometido en el pasado, en el presente y en el futuro con mente, palabra y cuerpo, puedan los engaños de otros al igual que los nuestros, ser las condiciones favorables para obtener la iluminación, tal como los pavos reales que comen veneno y prosperan.

(118) Tal como los objetos del vacío son no auto existentes, El vacío de los objetos mismos es el mismo. El evitar el vicio y practicar la virtud, están así mismo vacíos de toda construcción mental que dicta que son actos independientes, autocontenidos. De hecho, del todo, carecen por completo, de todas las proyecciones mentales y de toda preconcepción. Por lo tanto si podemos enfocar nuestra concentración clara en el vacío sin que nuestra mente vague y se extravíe, entonces en verdad habremos llegado a ser seres maravillosos, con un entendimiento vasto del más profundo vacío.

²² Gyumed Khensur Rinpoche. “La rueda de las armas afiladas. Un entrenamiento de la mente del budismo Mahayana”
http://www.acharia.org/downloads/WHEEL%20OF%20SHARP%20WEAPONS%20-%20Gyumed%20Khensur%20Rinpoche_Spanish.pdf

Simbolos y alegorias en el Budismo tibetano

Los budistas apelan a símbolos y alegorias, muchos de ellos son universales para el budismo, otros específicos para el budismo tibetano.

Dentro de los símbolos destacan los ocho símbolos auspiciosos, que se remontan a textos sánscritos y del budistas indio pali, y también se encuentran en antiguos textos tibetanos. Se dice que estos ocho objetos de buena fortuna fueron ofrecidos por los dioses a Buda. Cada ofrenda representa un aspecto o característica de Buda. Los símbolos auspiciosos otorgan bienestar y felicidad en el presente y en las próximas vidas, por ello se representan en paredes y columnas en los monasterios tibetanos, en los tronos de los lamas y se dibujan con tiza en el suelo para recibir a grandes lamas y dignatarios.

Los ocho simbolos auspiciosos



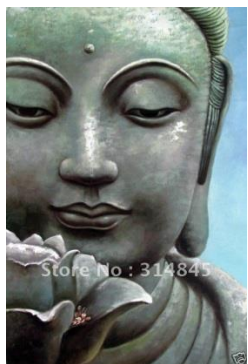
1. La sombrilla Preciosa: Denota respeto, protege contra los demonios.
2. Los dos peces dorados: Representan los ojos de Buda, la sabiduría
3. El gran Vaso (Bhumpa) de tesoros inagotables: contiene joyas espirituales.
4. La Flor de Loto: Representa la pureza de la mente de Buda
5. La preciosa concha blanca: Representa el sonido del Dharma (las enseñanzas de Buda), que puede ser oído en todas direcciones.
6. El glorioso nudo sin fin de la vida: Este diagrama místico representa el gran amor de todos los Budas y una inacabable continuidad de enseñanzas de la mente de Buda.
7. La bandera circular suprema de la victoria: Es la victoria sobre las influencias negativas.
8. La preciosa rueda dorada del Dharma: Rueda de doctrina o ley religiosa.

Hago hincapié en el cuarto, la flor de loto, símbolo de la pureza que surge de entre la inmundicia, recordando la condición del hombre: hecho de material corrompible, su ser puede elevarse hacia planos sublimes. Esta planta crece en lugares pantanosos, fangosos, y a pesar de ello su flor surge elevada, fragante, estilizada e impecable. Los budistas, que

respetan profundamente esta flor, comparan sus cuatro virtudes: fragancia, limpieza, ternura y suavidad; con las cuatro virtudes del reino del Dharma (el camino enseñado por Buda): permanencia, regocijo, sí mismo y pureza. También es comparada con el corazón, y simboliza que todo lo creado lleva en su ser más interno, algo comparable a la flor de loto, desarrollándose.

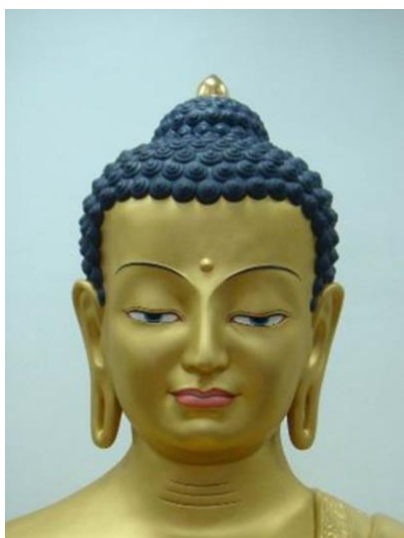


<http://galleryhip.com/lotus-flower-buddha-design.html>



<http://informaciona.com/mantras-budistas/videos>

Otro símbolo significativo son los ojos del Buda, ojos de la sabiduría, que simbolizan la omnisciencia de Buda. La esencia de la mirada del Buda radica es su expresión de desprendimiento. Los ojos tienen el propósito de recordarnos que hay que cultivar la compasión hacia todos los seres vivos. En su nariz hay como un signo de interrogación, que significa “no-dualidad”. Por encima de y entre los ojos hay un pequeño ‘tercer ojo’, lo que sugiere la sabiduría que todo lo ve. Se dice que los ojos del Buda no reaccionan a lo que se ve, ellos permiten, son libres de todo juicio. Esto se debe a que los ojos de Buda ven la naturaleza de Buda en todo el mundo. Con gran compasión, los ojos están mirando y esperando a todo el mundo para despertar a su verdadera naturaleza.



<http://audiovista.blogspot.com/2013/07/buda.html>



<http://viajesporindia.com/zonas-de-interes/nepal/>

Según texto de Brhadaranyakopanishad:

*“Lo absoluto no tiene relación con el bien ni con el mal. Quien con lo Absoluto se identifica trasciende todos los deseos de su corazón. Lo absoluto no mira y está siempre viendo, porque es eterno y único, y por tanto nada hay sino El que pueda ser objeto de su visión”.*²³



<http://meditaenmenorca.org/retiros/>

Alegorías en budismo tibetano

En el budismo hay representaciones que cumplen funciones alegóricas: las deidades.

*“La alegoría es una imagen dinámica producida por la vía asociativa de la conciencia, de características multiplicativas, sumatorias, asociativas y transformativas. Lo alegórico es fuertemente situacional, relata situaciones referidas a la mente individual o colectiva”*²⁴

Las deidades no son seres que viven en los reinos de los dioses, las deidades del budismo son aspectos de la mente, simbolizan la compasión, la sabiduría, el poder de la acción y los demás aspectos de la mente, hay una gran cantidad de deidades, algunas pacíficas, otras airadas, pero todas son aspectos de la naturaleza de Buda.

Hay deidades pacíficas como los budas, bodhisattvas, dakinis; y hay deidades airadas. Según la tradición mahayana, existen una infinidad de budas, bodhisattvas y otras deidades menores y todos ellos representan los diversos aspectos de la naturaleza absoluta de Buda, como la compasión, el poder o la vacuidad.

²³ Felc (Ed.) El espíritu de Los Upanishads, Inscripción n° 113.014. ISBN: 956-7544-31-X, Chile, pág.19

²⁴ Caballero José "Morfología. Símbolos, Signos, Alegorías" Editorial Antares, Madrid, España, segunda edición, junio 1996. Pág. 40

Según la tradición no hay un Buda sino muchos. Algunos no son figuras históricas sino figuras de leyenda. Son representaciones alegóricas de algún aspecto de la Iluminación. La palabra Buda es un título o un epíteto y no un nombre. Significa "alguien que está despierto" en el sentido de haberse "despertado a la realidad"



Buda Shakyamuni o Siddhartha Gautama



Bhaisajyaguru, Buda de la Medicina

El **bodhisattva** es una deidad pacífica que se compromete en reducir el sufrimiento de los otros.



Manjushri, bodhisattva de la sabiduría



Vajrasattva, bodhisattva unión de sabiduría y compasión

Un Bodhisattwa es, según algunas formulaciones de la doctrina, una persona que no ha alcanzado el estatus de Buda (iluminado), pero que está en camino de lograrlo en una vida posterior, es un "Buda en potencia". El bodhisattwa reconoce que no podemos esperar a que mejoren las condiciones externas negativas hasta que hayamos transformado las mismas condiciones en nosotros mismos. Al cultivar la compasión, podemos despertar lo que en sánscrito se llama " bodhi" o la gran mente.

Las **Dakinis** pueden entenderse como diosas o deidades femeninas. En el idioma tibetano el término dakini es Khandroma que significa "aquella que atraviesa el cielo" o "la que se mueve en el espacio"; también se refiere como "bailarina del cielo" o "caminante del cielo". Iconográficamente, sus cuerpos son representados con posturas sinuosas y danzantes. Es de notar que aunque las dakinis son representadas siempre como desnudas y hermosas, no son vistas principalmente como símbolos sexuales, sino como símbolos de la naturaleza desnuda de la mente, libre de todos los oscurecimientos.

Siendo las dakinis seres del espacio que danzan incesantemente en el cielo, cumplen una función decisiva en el sistema alegórico del budismo tántrico. El cielo es imagen del vacío, pura potencialidad, matriz viva de lo no manifiesto, enjambre de la creatividad latente; las dakinis actúan ahí como guardianas del umbral entre lo invisible y lo visible, y son por tanto fuente de inspiración, enlaces, canales y mensajeras que facilitan al practicante la superación de los obstáculos en el camino.



Dakini Gomadevi

Las deidades airadas:

Con su aspecto y forma airada protegen a los discípulos y cumple la función de ayudar a disolver todo tipo de obstáculos y negatividades que impiden el camino espiritual. Por lo general estos no se tratan de elementos externos, sino más bien de los condicionamientos internos, tales como el miedo, el odio, el orgullo o la envidia. Estas deidades, con su fiera expresión derrotan a estos condicionamientos.



Dorje Drollo



Blackmanjushri



Heruka buda



Vajrapani

En occidente hay una errónea interpretación del tantra sobre las sugestivas imágenes de sexo, adoración de demonios y violencia.

“ Las figuras búdicas pueden ser pacíficas o enérgicas, como se puede notar en el nivel más simple a partir de sus caras sonrientes o mostrando los colmillos. Más elaboradamente, las figuras enérgicas tienen caras terribles, sostienen un arsenal de armas, y aparecen rodeadas de llamas. Sus descripciones especifican sangrienta y detalladamente las distintas maneras con las que aplastan a sus enemigos. Parte de la confusión que surge acerca del rol e intención de estas figuras enérgicas, viene de la traducción común de la palabra con que se les designa: trowo, como deidades iracundas o airadas.

Para muchos occidentales, el término deidad airada implica la connotación de un ser todopoderoso con un enojo de justicia vengativa. Tal ser emite un castigo divino como una retribución a los malvados que han desobedecido sus leyes o de alguna manera le han ofendido. Para algunas personas, una deidad airada puede incluso tener la connotación del diablo, o de un demonio trabajando desde el lado oscuro. El concepto budista no tiene nada que ver con estas nociones. Aunque el término budista se deriva de una de las palabras para definir el enojo, el enojo aquí tiene más la connotación de repulsión, un estado mental burdo dirigido directamente a un objeto con el fin de deshacerse de él. Por tanto, una traducción más apropiada para “trowo” podría ser: figura enérgica o poderosa. Las figuras enérgicas simbolizan los medios fuertes y poderosos que a veces se requieren para atravesar los bloqueos mentales y emocionales que no permiten que uno sea claro de mente o compasivo. Los enemigos que la figura aplasta, incluyen a la pereza, al sopor y al egocentrismo. Las armas que usan, representan las cualidades positivas desarrolladas a lo largo del camino espiritual, tales como la concentración, el entusiasmo y el amor. Las llamas que las rodean son diferentes tipos de conciencias profundas que queman los obscurecimientos. Imaginarse a uno mismo como una figura enérgica nos ayuda a utilizar la energía mental y a decidirnos a vencer a los “enemigos internos”.

*Desde la perspectiva budista, la energía más sutil del continuum de luz clara puede ser pacífica, o poderosa. Cuando está asociada con la confusión, las energías pacíficas y poderosas y los estados emocionales a los que subyacen, se convierten en destructivos. Por ejemplo, la energía pacífica se convierte en letargo y la energía poderosa se convierte en enojo y violencia. Cuando no tienen confusión, las energías se pueden combinar fácilmente con concentración y conciencia discriminatoria para que se puedan usar de una manera positiva y constructiva. Con la energía pacífica, uno se puede calmar a sí mismo y a otros, para poder lidiar con las dificultades de una manera equilibrada. Con la energía poderosa, uno puede despertar en uno mismo y en otros la posibilidad de tener más fuerza, coraje e intensidad mentales para superar situaciones peligrosas”.*²⁵

²⁵ Para entender el Tantra, Archivos Budistas, Dr. Alexander Berzin. http://www.berzinarchives.com/web/es/archives/e-books/unpublished_manuscripts/making_sense_tantra/pt1/making_sense_tantra_05.html

Otra imagen alegórica: **La rueda de la vida tibetana**

Los budistas tibetanos creen en la reencarnación. El “samsara” es el ciclo de nacimiento, vida, muerte y reencarnación; para los budistas el samsara es un ciclo repetitivo, se asume como un hecho evidente de la naturaleza. La palabra samsara significa “fluir junto”, pasar a través de diferentes estados. Para los budistas el samsara es una posición errónea de la cual debemos escapar, es un ciclo repetitivo lleno de sufrimiento, del cual debemos salir para así iluminarnos y llegar al nirvana.



<http://www.buddhaweekly.com/wp-content/uploads/2013/05/Buddha-Weekly-0buddhist-rebirth-wheel-of-samsara.jpg>

La Rueda de la Vida tibetana es una imagen alegórica que representa el Samsara. En el centro, hay un gallo cazando a un cerdo que caza a su vez a una serpiente que trata de cazar al gallo. Estos representan Los tres venenos o los tres fuegos 1- La ignorancia: (cerdo o jabalí) la necedad, la ilusión, la ceguera.2- El anhelo (gallo) el apego, la adicción, la codicia.3- La aversión (serpiente) el odio, la ira, el resentimiento. Alrededor de ellos hay personas ascendiendo el semicírculo blanco de la vida, junto a otras que descienden el semicírculo negro de la muerte. La mayor parte de la Rueda está dedicada a la representación de seis reinos: el reino de los dioses, el reino de los titanes, el reino de los humanos, el reino de los animales, el reino de las almas en pena y el reino de los demonios. La parte más exterior del círculo la componen los doce pasos del origen dependiente. La Rueda está sujeta por Yama, el Señor de la Muerte.”

En mi estudio de campo, en algunos monasterios me llamó la atención las imágenes de estos reinos en los murales de los templos, especialmente la crudeza de las representaciones que corresponden al reino de las almas en pena o Pretaloka

Pretaloka o Reino de los Fantasmas Hambrientos

En el marco de las mitologías budista hinduista y jaina, un preta es un tipo de espíritu atormentado, el alma en pena de un fallecido. Según el budismo tibetano Pretaloka es habitado por seres que poseen un apetito insaciable, y por eso están continuamente lamentando la falta de algo que les daría más satisfacción. Sus estómagos son grandes y extendidos, sus gargantas son muy estrechas y sus bocas son tan pequeñas como una cabeza de alfiler. O sea, su hambre es enorme, pero sus condiciones de alimentarse son mínimas. El padrón emocional de este reino está relacionado con la ganancia: la necesidad incontrolable de obtener posesiones y mucha riqueza. La ganancia es desmedida, se desea más de lo que necesitamos. El mayor problema con la ganancia es que aún que obtengamos los frutos de nuestros deseos, somos incapaces de disfrutarlos, pues nuestra satisfacción es extremadamente fugaz. Por eso, nos sentimos cada vez más hambrientos y carentes.

El budismo enseña que el problema no se encuentra en nuestros objetos de deseos, y si en las convicciones que tenemos al respecto. Si las cualidades de los objetos de deseo fuesen propias de ellos, éstas nos despertarían siempre las mismas sensaciones. En tanto, lo que hoy considero como algo profundamente atrayente, en otro momento puedo sentir repugnancia. Todos nosotros ya experimentamos deseo y aversión por una misma persona. O sea, la primera cosa que debemos tener en mente es que nada existe por sí sólo, todo es el resultado de nuestras percepciones.

En este sentido, el origen de la insatisfacción de un deseo está en nuestro hábito de apegarnos a los placeres sensoriales como si ellos fuesen algo real y, por lo tanto, constante.

Este reino alerta que el origen de nuestro sufrimiento está en el modo de pensar ávido y exagerado, que sufrimos de insatisfacción porque atribuimos a nuestros objetos de deseo cualidades que no están en ellos, y si en nuestra mente. Pero como no nos damos cuenta de tal error, continuamos buscando fuera lo que está dentro de nosotros.

El paso siguiente para liberarnos de la insatisfacción consiste en renunciar a esta visión errónea. Es importante comprender que renuncia no es abandonar el placer o negar la felicidad, significa más bien abandonar nuestras expectativas de que algo será capaz de satisfacernos constantemente.

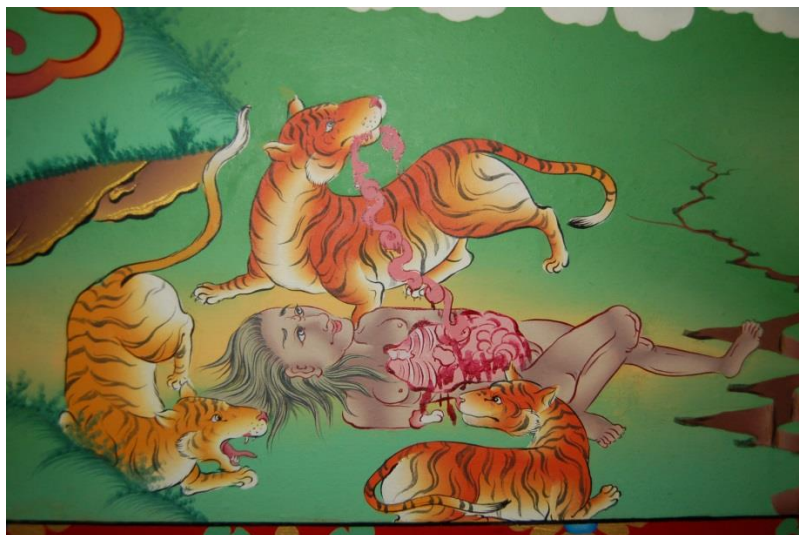
Imágenes alegóricas de la rueda de la vida en mural del templo del Monasterio Nyigma Lhundrub Chime



Reino de Pretaloka



Reino de los infiernos



Reino de los animales

Prácticas de meditación con imágenes alegóricas

Las prácticas de la meditación del Tantra con plegarias y visualizaciones usan de base a una deidad. La visualización de deidades en el tantrismo está asociada a un conjunto de prácticas espirituales que buscan la transmutación energética. Cada deidad representa uno o varios climas humanos para transmutar. Al realizar la práctica con alguna deidad, el practicante Vajrayana desarrolla la cualidad concreta de esa deidad, hasta el punto de llegar a su máxima comprensión y encontrar allí la verdadera naturaleza de su mente. Esta práctica de conexión con una deidad puede realizarse a través de visualizaciones (mandalas), recitación, canto.

Ejemplifico una práctica que presencié en el Monasterio de Gyuto: **Práctica de Yamantaka**. Yamantaka simboliza "el terminador de la muerte", en sánscrito "Yama" significa "dios de la muerte" y "antaka" significa "poner término".



Yamantaka

Yamantaka es conocido como "el Rey resplandeciente" o "el destructor del Señor de la Muerte", Yamantaka le hace tomar conciencia al practicante que la muerte no existe, representa el objetivo del viaje hacia la iluminación, de poner fin a la muerte.

Yamantaka encarna el aspecto despiadado de la sabiduría pura, que no conoce límites. Su aspecto terrorífico conmueve a quien lo contempla y le hace huir, derrotando por tanto no sólo al Señor de la Muerte, sino al ego, creador del sufrimiento. Su papel es siempre

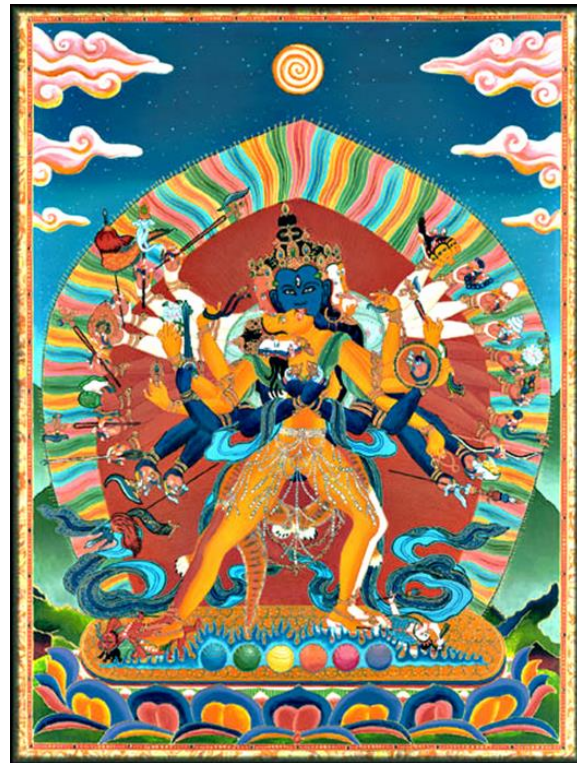
protector y purificador. La visualización de Yamantaka y especialmente toda su práctica, es un camino hacia la vacuidad.

Así mismo, existen otras prácticas en que el practicante adquiere las cualidades de la deidad, de ellas destaco a **Mahakala** Se le conoce también como "señor del viento" Etimológicamente Kala, significa tiempo, Mahakala simboliza la naturaleza cósmica del tiempo, en el que todos los seres y cosas se disuelven. A Mahakala en su forma airada se lo representa de color negro, esto se debe a que al igual que el negro absorbe todos los colores, todas las cualidades y las formas se funden en Mahakala. La ausencia total de color simboliza la naturaleza de Mahakala como realidad última, representa trascendencia de todo tipo.

Otra práctica muy usada es la de **Kalachakra**, que representa a Buda y, por ende, a la omnisciencia. Kalachakra es tiempo y, como todo está bajo la influencia del tiempo, Kalachakra lo conoce todo.



Mahakala



Kalachakra

Monjes budismo tántrico

Existen 4 linajes del budismo tibetano:

- 1- Nyingma o "escuela antigua" Fundada en el siglo VIII por Padmasambhava, corresponde a los monjes rojos
- 2- Kagyu, fundada por Gampopa Siglo IX.
- 3- Sakya, fundada por Kondrok Gyalpo siglo XI.
- 4- Gelug, fundada por Tsong Khapa siglo XIV, también se conoce como la "escuela de los virtuosos" o la de "los gorros amarillos".

El gorro característico que identifica a cada linaje



Nyingma

Kagyu

Sakya

Gelug

Dentro de este estudio, quienes utilizan preferentemente el canto armónico son los monjes **gelugpas**, por lo que me extenderé en este linaje. La escuela gelug fue fundada por Tsongkhapa (1357-1415) y a ésta pertenecen los Dalai Lamas. A Tsongkhapa se le conoce como el reformador del budismo en el Tíbet, quien imparte una estricta disciplina monástica, el celibato restaurado y la prohibición del alcohol, estableció un estándar más alto de aprendizaje para los monjes, y, sin dejar de respetar la tradición Vajrayana que era prevalente en el Tíbet, permitió ritos mágicos sólo con moderación; las prácticas se centran en el logro de la concentración a través de la meditación y el despertar del bodhisattva. Fue, además, un gran organizador, unificó la sangha monástica hasta un nivel considerable e impuso una disciplina coherente. Era un estudioso que, al mismo tiempo, llevaba una vida de santidad, combinando ambos aspectos casi a la perfección. Reformó y aumentó el Lamrim de Atisha*. El activo visionario Tsong Khapa hizo todos los esfuerzos posibles para garantizar que la enseñanza budista siguiese llegando a un público cada vez más amplio. Sus enseñanzas destacan por su carácter aglutinador, ya que derivan de las enseñanzas prácticas de todas las órdenes tibetanas anteriores. Las enseñanzas de la orden Gelugpa fueron ideadas para adaptarse a la gente más sencilla.

* Lamrim: exposición metódica en el budismo tibetano de la doctrina y la praxis para alcanzar la iluminación o Budeidad. Tiene su origen en el poema del siglo XI Una lámpara en el camino de la Iluminación, del erudito maestro bengalí Atisha

Además de estos cuatro linajes del budismo tibetano, actualmente se considera a los antiguos **Bon** como un **quinto linaje**. El Bon es la más antigua religión tibetana prebudista. El Bon influyó mucho en las creencias del Budismo Tibetano, creando una especie de sincretismo religioso. Con el paso del tiempo, el Bon fue perdiendo influencia y quedando relegado por la élite política tibetana. Recientemente, el decimocuarto Dalái Lama, Tenzin Gyatso ha reconocido esta tradición como la quinta escuela del Budismo Tibetano. La religión Bon comparte con el budismo doctrinal algunos principios fundamentales, tales como los conceptos de "impermanencia" y del "vacío natural" del mundo fenoménico. La religión Bon es generalmente considerada como el conjunto de creencias pre-budistas de los tibetanos y que encarna una gran masa de prácticas rituales como el exorcismo, la adivinación y el apaciguamiento de las divinidades coléricas, así como las enseñanzas elaboradas que dirigen al individuo a la realización espiritual completa.



La swastika o Yungdrung es un símbolo de la permanencia e indestructibilidad de la sabiduría de Bön.

Los Bon han influido con muchas de sus características al budismo, por ejemplo, de su "nueve formas" de realización, el séptimo es "la forma del sonido puro". En esta doctrina, la música, tanto vocal como instrumental, siempre ha sido una forma importante de la iluminación espiritual, que según ellos, prepara la mente para recibir la verdad, más allá de los conocimientos y los consiguientes sufrimientos de la vida, y, en última instancia, más allá del inevitable círculo de la muerte-renacimiento



Lungtok Tenpai Nyima líder espiritual mundial de la religión Bon del Tíbet



Bonpo

El sonido en el budismo

Los orígenes y la historia de la música búdica tibetana no han sido estudiados a fondo todavía, pero es indisoluble de las tradiciones antiguas de cuyo significado está impregnada.

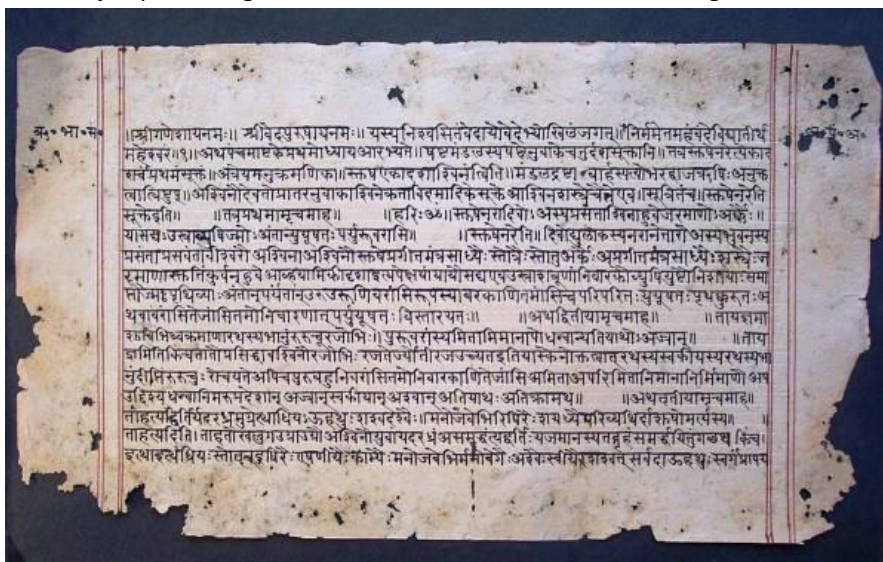
La historia de la música en el budismo se remonta por lo menos a dos milenios antes de la era cristiana. La raíz de la música de la India se atribuye a los cantos vedas.

Los vedas son una gran cantidad de textos procedentes de la antigua India, que constituyen la literatura sánscrita antigua (1500-1000 A.C.) y las escrituras más antiguas del hinduismo. Son una colección de himnos y cantos rituales que, en un primer momento, fueron transmitidos por vía oral porque para los hindúes el sonido de las palabras es tan sagrado como su contenido. En los Vedas se basó también el brahmanismo, de donde surgió el hinduismo, que más que religión es una cultura que asimiló elementos no arios.

El canto de los vedas está compuesto por cuatro libros que tienen por finalidad indicar qué caminos debe seguir el alma humana para volver a su origen. El canto de los Veda es la principal manifestación musical religiosa. Los iniciados en canto védico deben aprender a repetir fiel y exactamente los textos védicos, creando un automatismo absoluto que demanda años de preparación.

El canto posee un valor simbólico que emana del todo poético musical llamado Mantra.

Ejemplar de Rig-Veda escrito en sánscrito en letra devanagari



Fuente: <http://www.unesco-ci.org/photos/showphoto.php/photo/3717/cat/789/title/rigveda281916-18-29>

Los textos se agrupan en torno a los cuatro Vedas canónicos:

- 1- Rig Veda (veda de los himnos) o Ciencia del Mantra. Son composiciones sagradas recogidas por los videntes védicos. Son la base del lenguaje Sánscrito del cual provienen todos los mantras hindúes y budistas posteriores.

- 2- Sama-Veda (cantos rituales) o Ciencia del Sonido. Convierte a los mantras del Rig Veda en su forma musical para transformar la mente y sus emociones.
- 3- Yagur-Veda o Ciencia de la Acción. Convierte a estos mantras en rituales externos e internos o también en acciones transformadoras como la práctica del Yoga.
- 4- Atharva-Veda. Añade mantras suplementarios para diversas condiciones, como la salud y la protección psíquica.

Expongo una versión de uno de los más conocidos Rig veda:

“Himno de la creación”, Rig-Veda X, 129, 1-7 ²⁶

Entonces no había existencia o inexistencia.

No existía la región luminosa, ni el espacio que se encuentra más allá.

¿Qué había? ¿Dónde? ¿Bajo qué designio?

¿Qué sustancia estaba allá, profunda e insondable?

No existía la muerte ni la inmortalidad.

No había distinción entre la noche y el día.

Aquello respiraba sin aire, por sí mismo.

No había otra cosa más allá.

En el comienzo había oscuridad oculta en la oscuridad.

Todo era sustancia sin distinción.

Aquello, que estaba cubierto de vaciedad, surgía a través del calor generado por sí mismo.

En el principio, el deseo, la primera semilla de la mente, surgía en Aquello.

Los sabios, investigando en su corazón con sabiduría, hallaron las ataduras de la existencia en la inexistencia.

Sus visiones abarcaron lo más profundo.

¿Qué había debajo? ¿Qué había encima?

Existía la causalidad; había poderes: fuerzas descendentes, impulsos creadores.

¿Quién conoce la verdad?

¿Quién puede pronunciarse sobre el origen del nacimiento, sobre el origen de la creación?

Los Dioses son posteriores a la aparición de este mundo.

¿Quién, entonces, sabe de dónde surgió?

¿De dónde surgió esta creación? ¿Se creó a sí misma, o no?

Quien la contempla desde el espacio más elevado, ciertamente lo sabe... O quizás no lo sepa.

²⁶ Otra versión puede verse en “El Cántico de la Creación”, Sabiduría Hindú, Yutang, Lin. Ed. Biblioteca Nueva, 2° edición, Argentina, 1954, pág. 21

Prácticas de budismo tántrico con canto armónico

En el budismo, puja es una manifestación de “honra, adoración y devoción”. Las Pujas son poderosos rituales que incluyen peticiones a los Budas y meditaciones a través de visualizaciones y mantrams, para la purificación física, emocional y mental, así como para sanar enfermedades o aspectos repetitivos en la vida (karmas). Son prácticas para aumentar la fe y la energía en el camino espiritual. Se acompañan de ofrendas a las deidades, Budas, Bodhisattvas y protectores, con el objeto de remover todos los obstáculos y negatividades.

Los actos de puja pueden tomar forma de reverencias, ofrendas o cánticos.

Esta práctica devocional tiene varias facetas, que a menudo implican la recitación de sutras, uso del canto e instrumentos musicales, y el desarrollo consiente de estados emocionales positivos.

Las pujas (palabra de origen sánscrito que significa “veneración devocional” se llevan a cabo mediante la recitación y el canto de las sagradas escrituras compuestas por Budas, y Bodhisattvas. A través de estas ceremonias, las energías negativas de cada participante o de un lugar pueden eliminarse y las cualidades positivas se establecen firmemente, con lo cual se atrae armonía al lugar y a los participantes.

En el budismo tibetano existe una extensa variedad de pujas y rituales para las más diversas actividades y situaciones, por ejemplo: puja de Tara Verde; Tara Blanca; Ritual de Petición a los Protectores del Dharma. Solo en algunos monasterios las pujas son con canto armónico.

El objetivo del tantra es la reintegración del individuo en la pura *conciencia primordial*. Es la energía el vehículo mediante el cual la conciencia individual se une con la conciencia pura o divinidad. En las pujas con canto armónico hay un marcado componente energético, posibilitario para que el practicante pueda alcanzar esta unión.

En este estudio me abocaré a las pujas con oraciones cantadas, en este rito además del canto existen numerosos componentes rituales que constituyen el **ámbito medio** del canto. Entre ellos destaco: sutras, mudras, instrumentos rituales, instrumentos musicales, vestimentas, mandalas.

Sutras

En la puja, habitualmente se intercala el canto con la recitación de sutras.

Los sutras son frases, afirmaciones esenciales, que llevan implícita o explícita una verdad que debe ser develada a través de la reflexión.

Los sutras son mayoritariamente discursos dados por Buda o alguno de sus discípulos más próximos. Si bien se asocian principalmente al budismo, puede ser utilizada para designar escritos de otras tradiciones orientales, como el hinduismo.

Los sutras en el budismo corresponden a textos escritos en los que se exponen enseñanzas y preceptos relativos a las diferentes vías de conocimiento para alcanzar la “iluminación” o realización espiritual completa del ser humano. Transcurridos varios siglos tras la muerte de Buda, y para que no se perdiesen en la transmisión oral su enseñanzas, éstas son transcritas por sus seguidores en sutras. Los más conocidos son el Sutra del Loto, el Sutra de la Guirnalda y el Sutra del Diamante.

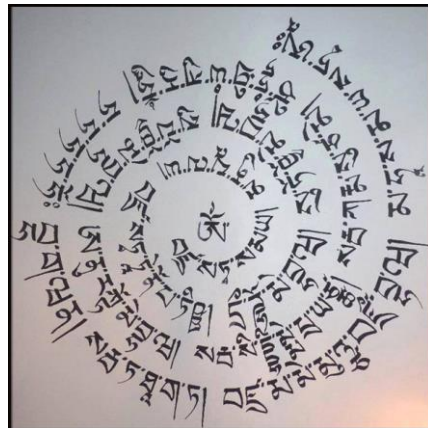
Generalmente son escritos en forma lineal, y ocasionalmente se reproducen en círculo.



<http://textoslegalesantiguos.blogspot.com/2011/04/>

el-documento-impreso-mas-antiguo-del.html

El primer libro impreso del Sutra del diamante



<http://www.pinterest.com/pin/356136283004484720/>

Ejemplos de Sutras:

Sutra 46: El camino verdadero (de Los 53 Sutras de Siddhartha Gautama, Buda)

“Observa lo que es. Observa lo que no es. Sigue el camino verdadero.

Caminar por el camino de las interpretaciones y los decires es caminar por un camino falso, que te lleva adonde los otros quieren que llegues, no dónde quieres ir tú.

Para seguir el camino correcto debes identificar la realidad tal cual es, no la que aparece tras cristales. La realidad es lo que es, no lo que parece. Ese es el camino.”

De “**El Sutra del corazón**”:

“¡Aquí oh Shariputra! la forma es vacío, el vacío es forma; la forma no difiere del vacío, el vacío no difiere de la forma; lo que sea forma, es vacío; lo que sea vacío es forma. Así también son las sensaciones, percepciones, impulsos y la consciencia”.

Mudras

Mudra proviene del sánscrito y significa “sello”, indicando que al poner el cuerpo o la mano en una posición determinada, se genera un” símbolo”²⁷ que transmite una idea, como un sello de imprenta. Además al descomponer la palabra, se encuentra otro significado: “mud” significa alegría o gozo, y “ra”, “poner en marcha”, es decir que, a través de estos movimientos, lo que se busca es encender el mecanismo de la alegría.

Los mudras son técnicas gestuales que nos conectan con nuestro interior y la energía universal. En nuestros dedos poseemos terminaciones nerviosas, que son canales energéticos de los órganos del cuerpo, con los mudras se permiten canalizar la energía para la elevación espiritual.

*“Los mudras son manifestaciones simbólicas como traducción de impulsos internos. Los mudras son casos específicos de manifestaciones gestuales ya codificadas, que constituyen ciertos lenguajes rituales mágicos inmemoriales, en los que cada dedo tiene un papel determinado. Son característicos del budismo antiguo y del tantrismo y son muy usados en las danzas tradicionales. Hay mudras de oración, de bendición, de perfección, de argumentación, etcétera”.*²⁸

Silo refiriéndose a los mudras nos dice: *“Las posturas corporales llevan al surgimiento de determinadas imágenes. Por lo tanto, también hay formas de grabar imágenes con el apoyo de sistemas de posturas corporales, es decir, se puede asociar imágenes, estados de ánimo y climas a ciertas posiciones corporales”.*²⁹ Los mudras constituyen un apoyo que facilita la entrada a los espacios profundos. Son gestos que afectan la kinestesia, con carga emotiva que uno se lleva al interior para entrar a esos espacios.



Dhyana mudra o mudra de la meditación
<http://fightlosofia.com/fightlosofia-meditacion/>



Atmanjali mudra o mudra de la oración
http://www.buddhapest.hu/2014_05_01_archive.html

²⁷ Símbolo es una imagen de carácter fijo, que surge del canal abstractivo, desposeída de características secundarias, reductiva, que sintetiza o abstrae lo más esencial para ordenar. Caballero, José "Morfología. Símbolos, Signos, Alegorías" Editorial Antares, Madrid, España, segunda edición, junio 1996, pag.39

²⁸ Caballero, José "Morfología. Símbolos, Signos, Alegorías" Editorial Antares, Madrid, España, 2ª ed., junio 1996. Pág 80

²⁹ Silo, Resumen Drummond IV (9, 10 y 11 de Junio de 2000) recopilación de Clara Serfaty. Pág 25.

http://hablasilo.net.ve/archivos/205_Drummond%20IV.pdf

Mudras en monjes del budismo tibetano



http://www.tashi-lhunpo.org.uk/the_monks_26.html

Instrumentos rituales: Vajra(o dorje) y drillbu(o campana)

Son las herramientas simbólicas primarias de la compasión y la sabiduría.

Ambos son omnipresentes en las actividades simbólicas del budismo Vajrayana.

En la iconografía y en los rituales budistas tibetanos, el Dorje siempre viene junto a una campana, y estos dos símbolos representan juntos los opuestos que conviven: la campana es en efecto el símbolo del lado femenino, del cuerpo físico, mientras que el Dorje lo es del lado masculino, del trueno y de la mente. Durante los rituales budistas el Dorje se sujeta en la mano derecha, mientras que la campana en la mano izquierda.



http://www.sundial.thai-isan-lao.com/sundial_vajra_literature.html



Foto de Bayarto Galsandorzhev <http://vk.com/id76606293>

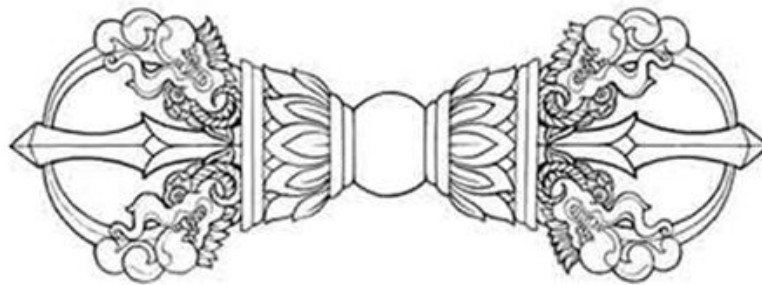
El vajra (o Dorje) se asocia al budismo tántrico, es el implemento que el lama o el maestro budista generalmente sostiene en su mano derecha. Tiene dos significados: rayo y diamante. El Dorje (en sánscrito: Vajra) significa "la dureza o el único poder", y su equivalente tibetano significa la dureza indestructible y resplandor de los diamantes, que no pueden ser cortados ni romperse. En definitiva, son los grandes poderes de Buda: indestructible, indivisible, impenetrable, inamovible y portador de resplandor mental para todos.

La mitología hindú dice que el relámpago es lo más poderoso que pueda existir y el diamante es la piedra preciosa más dura: corta todo pero nada puede cortarla, también es absolutamente puro e incorruptible. El vajra representa autoridad espiritual y es denominado "cetro diamantino", simboliza el punto central y sugiere centralidad, constituye el eje, la estabilidad y la imperturbabilidad. La "Perfección de la Sabiduría" alude a la sabiduría que intuye la Realidad Absoluta de una forma directa, es la que penetra como un relámpago o que corta como un diamante. Asociada al vajra, la sabiduría trascendental atraviesa nuestras ilusiones y autoengaños, nuestras nociones equivocadas y nuestras proyecciones.

El vajra consiste en cuatro elementos específicos

1-Una esfera central que representa la plenitud, la totalidad y la perfección. Simboliza "la Realidad" o Vacuidad"

2-Dos flores de loto de cuatro u ocho pétalos, representan el surgimiento de la dualidad básica de la existencia. Una representa el mundo de los fenómenos (o, en términos budistas Samsara), el otro representa el nouménico mundo (existencia pura independientemente de cualquier representación) o Nirvana.



<http://www.budismo.com/articulos/vajra.php>



<http://asianart.com/lieberman/gallery3/d7442.html>

3-Dos conjuntos de cinco radios, (o nueve) uno de los rayos forma el eje central.

4-La cabeza de una extraña bestia llamada makara, en los ocho rayos, es una bestia anfibia que se encuentra a gusto tanto en el agua como en la tierra. "Makara" en sánscrito significa "dragón de mar" o "monstruo de agua", y en idioma tibetano se le llama "chu-Srin", denota una criatura híbrida, se ha representado típicamente como mitad mamífero y mitad pez, también se muestra en un antropomorfo con la cabeza y las mandíbulas de un cocodrilo, una trompa de elefante con escamas de peces y una cola de pavo real. Es un símbolo de la unión de los opuestos, une el agua con la tierra.



Cabeza de la bestia Makara en los rayos

<http://www.buddhistimages.co.uk/ritual/vajra.html>

http://www.baronet4tibet.com/images/artifacts_statuary/sngl_drje/sngl_drj_cntr.JPG

Los vajras pueden tener nueve, cinco y tres radios o rayos. La parte de arriba de los radios de un vajra de cinco radios simboliza las cinco sabidurías, que son:

- 1) La sabiduría que es como un espejo; pues todo aquel que refleja todas las percepciones de los sentidos es purificado cuando obtiene la Iluminación y se convierte en un espejo.
 - 2) La sabiduría de la ecuanimidad; aparece después de que todos los sentimientos de agrado, hastío e indiferencia hayan sido purificados.
 - 3) La sabiduría del análisis individual; aparece cuando el factor de la discriminación, que distingue un objeto de otro, es purificado. Esto nos permite beneficiar a todos los seres sintientes según sus necesidades y su disposición.
 - 4) La sabiduría de la actividad virtuosa; aparece cuando la habilidad básica de llevar a cabo acciones según circunstancias particulares, es purificada.
 - 5) La sabiduría de la esfera de realidad; aparece cuando la consciencia es purificada y se convierte en la mente que es semilla del cuerpo sabio y verdadero de un Buda.
- Los cinco radios de la parte de abajo simbolizan tener cinco madres.



Vajra de tres rayos <http://amuletforums.com/threads/common-tibetan-ritual-instruments.3936/>



Vajra de nueve rayos

http://sideritos.files.wordpress.com/2013/09/ig-vajra_det1.jpg



Vajra de cinco rayos

http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/4/48/Thunderbolt_%28Vajra%3B_Tibetan-Dorje%29_LACMA_M.2001.158.1.jpg

El Dorje es utilizado durante la práctica de la meditación como símbolo de la unión de la verdad relativa (representada en la experiencia de la vida cotidiana) con la verdad absoluta (un estado del ser que se vive en unión con la naturaleza y el Ser Supremo).

Existe el doble vajra, llamado Vishvavajra, que representa el principio de la estabilidad absoluta.



<http://mithgariel.deviantart.com/art/Dorje-Dorji-Buddhist-Cross-125582937>



<http://www.exoticindiaart.com/product/sculptures/vishwa-vajra-ET74/>



<http://www.buddhistimages.co.uk/ritual/vajra.html>

La campana

El "Drilbu" en tibetano, o "Ghanta", es una campanilla ritual simbólica de la sabiduría. Junto al dorje, que representa la compasión, simbolizan la unión perfecta de la sabiduría y la compasión necesaria para alcanzar la iluminación.



Foto del Maciej Wojtkowiak Fuente: <http://www.magic-photographer.com/2010/03/21/gadong-monastery-of-second-tibetan-government-oracle-dharamsala-himachal-pradesh-india/>

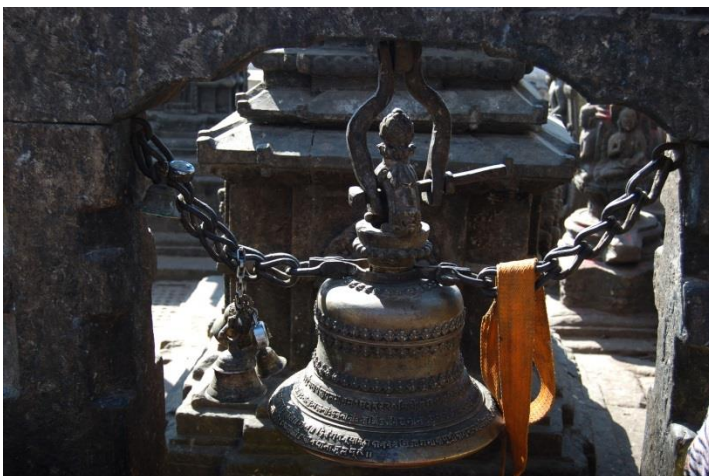
La base de la campana es redonda, y en su parte alta está decorada con la cara de Prajnaparamita (diosa de la sabiduría perfecta, representa a la madre de todos los Budas). Encima hay un loto, un disco de luna, una vasija y finalmente un vajra.



La concavidad inferior, la parte hueca, simboliza el vacío, y el badajo por el que el sonido se produce en su contacto, introduce el dinamismo por el que las apariencias se manifiestan en él. Bajo la empuñadura aparece un loto de ocho pétalos, que corresponde a ocho bodhisattvas femeninas y el vaso en el tronco del mango contiene el néctar de todas las realizaciones, bajo el rostro grabado de Prajnaparamita, la divinidad que encierra el conocimiento profundo de la vacuidad. Sobre ella, el vajra introduce el principio masculino en la polaridad femenina que la campana representa.

Se dice que cuando suena la campana se percibe que todo se desvanece tal como aparece, y que nada tiene existencia propia más allá de la mente. El sonido sólo es posible por el vacío que lo acoge y del que proviene, como todo.

Además del drilbu o campana ritual, destacan las campanas de colgar, utilizadas para llamar a la comunidad a los eventos religiosos y seculares.



Campanario en templo de Katmandú, Nepal



http://es.123rf.com/photo_18408027_campanario-en-el-templo-en-tailandia.html?term=lord%20vishnu

Otros objetos rituales

Además de los dos instrumentos primarios rituales (vajra y drillbu), existe una variedad de objetos rituales, cada uno con contenido simbólico. Entre ellos destacan:

Incensario

El incienso es una preparación de resinas aromáticas vegetales, a las que a menudo se añaden aceites esenciales de origen animal o vegetal, de forma tal que cuando arden desprende un humo. Así como el humo perfumado del incienso no se detiene y no deja de fluir, las prácticas búdicas no deberán ser interrumpidas. El uso del incienso en las oraciones es para simbolizar una promesa a Buda de no interrumpir el camino hacia el desapego, la compasión y la iluminación, es una ofrenda para los maestros iluminados.

El incienso fue usado tradicionalmente para crear una atmósfera de pureza y fragancia frente al altar budista. Un poco de incienso, con su aroma, puede abarcar una gran área. Del mismo modo, si se practica el dharma, no sólo tiene un efecto en el practicante, sino también en los que le rodean. Puede que el efecto no sea muy tangible, pero estará allí. Todo el tiempo que se practica el dharma, especialmente cuando se empieza a propiciar cambios en el estado de conciencia, se estará contribuyendo a la atmósfera que rodea, que se podrá extender con efectos positivos en los demás, independientemente de que ellos lo sepan o no. No obstante es muy posible que otros sientan algo positivo a su alrededor, como cuando se enciende incienso y éste brinda un aroma agradable en el ambiente.



Incensario del templo Monasterio Dolmaling



Incensario del templo Monasterio de Gyuto

Ofrendas Mandala

Son torres de objetos preciosos como piedras semipreciosas, que consta de una base, tres anillos y una tapa. Para la práctica mandala, se visualiza el ofrecimiento de todo el universo a todos los Budas y Bodhisatvas, toda la riqueza del universo se simboliza con el arroz, monedas y billetes que se depositan en los anillos



Ofrenda mandala Monasterio Lhundrub Chime



Gran ofrenda de mandala http://www.tibetanbuddhistaltar.org/wp-content/uploads/2012/10/mandala_big.jpg

La práctica de la ofrenda de mandala simboliza la generosidad, cuando se renuncia a todo apego a los bienes materiales externos. Se acumula méritos a través de la práctica del mandala cortando la raíz del apego o deseo. La ofrenda del mandala trata de realzar lo positivo a través del desarrollo del mérito y la profundización de la sabiduría, simbolizan el dar todo para la consecución de la iluminación en beneficio de otros.

Bumpa o jarrón ritual

Vasija ritual tántrico, que representa el palacio de las deidades. Se utiliza como un recipiente de purificación, para conceder bendiciones y conferir apoderamientos.



Bumpa de metal y piedras



Bumpa con cráneo humano y metal



Bumpa con plumas de pavo real

Algunos bumpas se ornamentan con plumas de pavo real. Este animal se alimenta de plantas venenosas, sin embargo puede sobrevivir a ello, por lo que simboliza la dificultad

para corromperse, como su capacidad para prosperar frente al sufrimiento. Es un símbolo de la inmortalidad, en virtud de su capacidad para absorber y neutralizar, y para actuar como un antídoto universal, contra venenos tales como la ira, la codicia y la ignorancia.

Kapala o taza de cráneo.

Kapala (en sánscrito: “cráneo”) es una copa echa de un cráneo humano para uso ritual. Se utiliza para contener el néctar o amrita. En sánscrito, amrita (literalmente “sin muerte”) es el nombre que recibe el néctar de los dioses.

Esta taza es el receptáculo que contiene la ofrenda interna para la deidad. El uso de la taza del cráneo simboliza la superación de la idea errónea de la muerte y la eliminación del propio ego.



En primer plano Kapala en Monasterio de Gyuto

A menudo son elaborados con metales preciosos y joyas, otras veces son ricamente tallados.

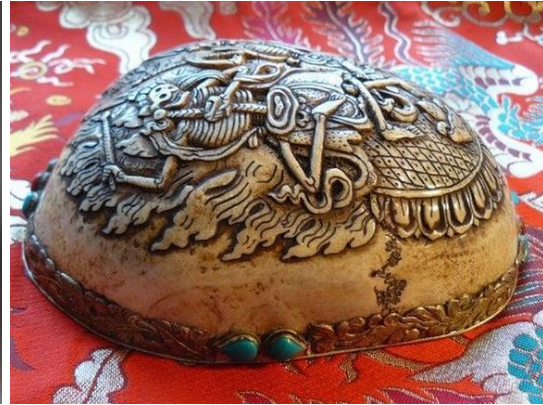


<http://amuletforums.com/threads/common-tibetan-ritual-instruments.3936/>

<http://www.ritualtibet.com/kapala.php>



<http://www.lapada.org/antiques/d/tibetan-buddhist-ritual-vessel>



<http://www.evilsunday.com/wp-content/uploads/new/2011/02/Kapala-skull-cup-1.jpg>

Durante la meditación tántrica estos casquetes están llenos de un líquido llamado “la ofrenda interna”, y esta sustancia ritual es visualizada por los monjes como tener cinco cadáveres y cinco excreciones corporales. La meditación transforma éstos en ambrosía, símbolo de los cinco delirios de la mente que se transforma en las cinco sabidurías.

Mala o rosario

Tradicionalmente el Mala Budista se compone de 108 cuentas de diferentes materiales que unidas forman una especie de “collar” que se coloca ya sea en el cuello o en el brazo izquierdo. Presenta tres divisiones marcadas en las cuentas 27, 54 y 81 dividiéndolo en tres partes exactas. Tiene una cuenta más grande o Guru que es en donde inicia y termina el mala.



<http://amuletforums.com/threads/common-tibetan-ritual-instruments.3936/>



<http://vervajra.blogspot.com/2008/09/como-usar-el-mala.html>

¿Por qué las 108 cuentas? El número 108 es un símbolo sagrado y está asociado a variadas prácticas espirituales. En el Budismo este número tiene varias representaciones. Se dice que existen 108 tipos de oscurecimientos mentales que impiden ver claramente o con la vista de un Buda, despierto o iluminado. Estas 108 kleshas (oscurecimientos o venenos) provienen a partir de la siguiente fórmula: Las tres formas de experiencia (positiva, negativa o neutra) multiplicada por los 6 sentidos (vista, oído, tacto, gusto, olfato y conciencia o mente) nos da un total de 18. Luego estos 18 por las dos formas de experimentar toda experiencia ya sea como apego o aversión nos da 36. Y estas multiplicadas por las tres formas de tiempo (presente, pasado y futuro) terminan por darnos el número de 108. Cuando el ser es capaz de superar estas 108 kleshas entonces alcanzará el nirvana o la iluminación.

Luego viene otra pregunta: por qué está dividido en tres partes. En el Budismo pudiera representar los tres tiempos (presente, pasado y futuro); el cuerpo, palabra y mente (importantes a purificar); los tres venenos (odio, avaricia e ignorancia) o las tres joyas (el Buda, el "Dharma" o camino y la "Sangha" o práctica).

A la cuenta mayor del mala se le conoce también como Gurú y representa a la divinidad o el ser supremo. En el caso del Budismo representa a la posibilidad de todo ser sintiente de alcanzar el estado de Buda. Representa también a todos los Budas y por lo tanto a la iluminación misma con todo lo que esta conlleva. El por qué no se debe pasar sobre esta cuenta es una muestra de respeto hacia el maestro o Gurú.

El mala se utiliza en el Budismo principalmente para recitar mantras. El llevar un mala para hacerlo garantiza el por lo menos realizar una recitación continua de 100 mantras, es decir, se dice un mantra por cada una de las cuentas del mala. El mantra debe girarse en dirección horaria con los dedos pulgares (que representan la divinidad o el estado del Buda en este caso) y el dedo índice (que representa el ser individual); el hacerlo con estos dedos representa la unión de lo divino con lo individual, o la búsqueda de la budeidad. Al llegar a la cuenta final y para continuar el conteo de mantras, se debe girar el mala de forma que no se pase sobre la cuenta Gurú, y se reinicia de nuevo el conteo.

El recitar mantras es para evocar determinadas cualidades (determinadas por el mantra mismo) y con ello estar en el camino para lograr el despertar o la iluminación.

Los mantras traen a la mente del practicante los estados mentales de un Buda, e intentan que esta se identifique con ellos y se libere de lo ilusorio.

Los malas sirven para enfocar la concentración durante la práctica. Con la cuenta del mala mantra se ocupa la mano (cuerpo), recitando el mantra se ocupa la voz (habla) y la visualización de la deidad ocupa la mente. Enfocando estos tres aspectos los beneficios son multiplicados y se acumula mérito.

Tormas.

Son esculturas de mantequilla, imperecederas; simbolizan la impermanencia o “Anitya” y la insustancialidad o “Anatman



Tormas en templo del Monasterio de Gyuto

Las tormas se construye desde un simple cono hasta sofisticadas formas. Son ofrendas que se brindan a los budas con el propósito de que presten atención a las peticiones para poder avanzar en el desarrollo espiritual, recibir sus bendiciones, y llegar a ser de beneficio para todos los seres sintientes.

Lamparas de mantequilla

Las lámparas de la mantequilla de búfalo o de yac pueden ser el mundo en antorchas, el fuego de la sabiduría que no se bloquean, los ojos llegan a ser más brillantes, quitan obstáculos y oscuridad, simbolizan la luz clara y la destrucción de la ilusión.



Lámparas de mantequilla en Monasterio Nechung

http://es.123rf.com/photo_26476785

lamparas-de-mantequilla-en-un-monasterio-budista.html

Phurba

Vajrakila" o phurba es una daga ritual que somete a las fuerzas maléficas a las doctrinas del Budha. Con la daga, se los sujeta al suelo para evitar que prosigan sus labores obstructivas. El "puñal para los espíritus maléficos" consiste en una hoja de metal con tres aristas cuyo mango está formado por los rostros rabiosos de tres "dharmapalas" (deidades airadas defensoras de la doctrina del Budha). Se suele rematar la empuñadura con medio vajra. Simboliza la destrucción de los malos espíritus y los obstáculos.



<http://sideritos.files.wordpress.com/2013/09/phurba-ashmolean.jpg>



<http://www.ebay.com/itm/Cross-Mahakala-Vajra-Yue-knife-Phurba-Dagger-Tibet-/200877565466>

Instrumentos musicales

En las ceremonias del budismo tibetano, la música juega un rol prioritario. Un típico ritual budista tibetano convoca el sonido de instrumentos musicales rituales más el sonido de la voz, ya sea recitando sutras o cantando. En conjunto, la música crea un ambiente propicio para convocar a las deidades.

Destacan instrumentos de viento de enorme potencia, que interrumpen y continúan un canto de inigualada nobleza y que conducen al oyente a insospechados horizontes musicales, mientras los instrumentos de percusión rompen y sostienen a trechos esas frases interminables del canto.

Entre los instrumentos musicales, además de la campana, destacan: dung-chen, dungkar, tambor, damaru, gong, címbalos, gyaling, y kangling.

Dung chen

Lo llaman el cuerno del Tíbet, es una larga trompeta utilizado en ceremonias budistas. Habitualmente se toca en parejas, y el sonido se compara con el canto de los elefantes. Miden entre 1,5 a 4,5 metros. Tsultrim Allione, mujer americana ordenada como monja budista tibetana describió el sonido: "Se trata de un largo y profundo, zumbido, gemido, inquietante que te lleva a algún lugar más allá de los más altos picos del Himalaya y al mismo tiempo de nuevo en el vientre de tu madre".



<http://www.pinterest.com/pin/372743306630980166/>

El sonido de esta trompa de proporciones gigantescas, que amplifica el sonido de manera impresionante, simboliza la voz de un grupo de divinidades agresivas.

Los dung-chen son tocados siempre en pares por monjes lamaístas durante distintos tipos de ceremonias y procesiones, debido a su gran longitud, en la primera ocasión se apoya el pabellón en el suelo o sobre un soporte de madera; en la segunda es sostenido sobre el hombro de un monje o algún otro soporte.



<http://www.tsttourist.com/Tin-tuc/1;7306/Larung-Gar.html>

Las partes musicales de ambos instrumentos son idénticas, tocándose simultánea o alternadamente. En este último caso dichos toques se coordinan de tal manera que el efecto es el de un sonido continuado.



<https://www.flickr.com/photos/sylvainbraieul/9695150402/>

Cada una de las trompetas consta de un tubo cónico de cobre o latón dividido en tres secciones que encajan a manera de telescopio. La superficie está cubierta en su totalidad por relieves abstractos y motivos fito-zoomorfos.

Detalle de la trompeta colapsada



http://www.unlp.edu.ar/articulo/2012/4/13/texto_castellano_azzarini_dung_chen_s_tibetanas



http://www.unlp.edu.ar/uploads/assets/azzarini_dung_chen_s__3_large.jpg

Su sonido tiene un registro extremadamente grave. Se dice que estas frecuencias son capaces de unir el cielo y la tierra, la luz y la oscuridad, el principio y el fin.

Dungkar, concha o caracola, o trompeta de caracol.

En India, que toma el nombre de "sankha", la concha simboliza el sonido primigenio, origen de la materia y el universo.



<http://www.thegorgeousdaily.com/national-music-museum/> <http://www.ebay.com/itm/Groses-Tibet-MUSCHEL-Horn-Conch-mit-KORALLE-TURKIS-/130772922389>

El lamento de la caracola aparece con relativa autonomía entre la vibración de las campanas, platillos, trompas, gyaling y tambores. Su nombre en tibetano es "dungkar" y suele encomendársele a monjes muy jóvenes que ejercen la función de llamada haciéndola sonar. A veces se la utiliza sin adornos, y otras, presenta un ala de metal labrada, generalmente en plata. Se consideran especialmente auspiciosas las que se despliegan girando a la derecha pues se dice que Brahma ofreció a Budha una con esa característica solicitándole que comunicara su enseñanza a los humanos. El sonido de la caracola, pues, simboliza la propagación del Dharma. Su envolvente sonido facilita el vacío mental de quién lo escucha. Los lamas tibetanos creen que el que oye el sonido sagrado de una concha, nunca irá a las tierras inferiores: Narak.



<https://sites.google.com/site/laterapiadelamusica/blog/dia89lamusicacomometodocurativo>

<http://monzni.wordpress.com/2009/02/05/prayer/calltomorningprayerstikse-horn2004bybradcarlile/>

La caracola es considerada como el símbolo que proclama a los cuatro vientos la gloria de la santidad cuando un hombre alcanza la iluminación o vuelve a la verdad, es decir,

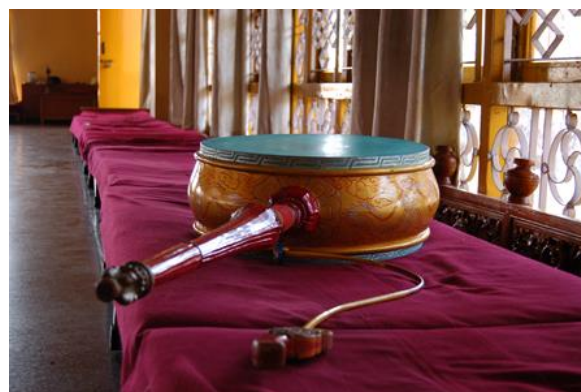
termina su camino de bodhisattwa. Se aprovecha su capacidad sonora para difundir la alegría y el regocijo obtenido cuando un alma se vuelve noble o Ayra por medio de una completa separación del Maya, o todas las cosas contenidas en el universo material.

Tambor

El tambor se puede colgar o usar como tambor de mano. Existe un tambor chamánico procedente de la tradición Bonn, generalmente están realizados con piel, madera y cuero, con mango de mano de madera tallada.



<http://es.dreamstime.com/imagen-de-archivo-tambor-tibetano-image23952501>



Un tambor en Monasterio de Gyuto

Para algunos budistas, cuando un tambor suena, los gakis (demonios, espíritus negativos) huyen despavoridos. El sonido de un tambor es un arma poderosísima contra las elaboraciones ininterrumpidas de pensamientos sin rumbo producidas por la mente inquieta



<http://www.amazingtibettravel.com/tibet-culture/tibetan-buddhism/>

Un tambor está vacío, pero si se golpea produce un gran sonido. El budismo dice que el núcleo más íntimo de la existencia está en el vacío, solo en la superficie es como un tambor. Todo es ruido, el núcleo más íntimo solo puede ser conocido en silencio.



http://www.chinaculture.org/chineseaway/2013-07/01/content_465543.htm

Damaru

Un damaru es un tambor pequeño de dos parches con forma de reloj de arena (tambor bicónico). Está hecho de madera, con parches de piel. Puede tener una o dos cuerdas atadas con una pequeña canica que hace un cascabeleo cuando el tambor es rotado rápidamente en direcciones alternas.



<http://amuletforums.com/threads/common-tibetan-ritual-instruments.3936/>



<http://www.asianart.com/lieberman/gallery2/8.html>

Es la morada de la divinidad femenina, la Dakini. El damaru se utiliza para invocar a las deidades. El damaru es el sonido de Sunyata o total franqueza, un puente que conecta con la fuente esencial, la base del ser que está más allá de nombre y forma.

También es un canal único para las profundas bendiciones y el poder del linaje y un portal para las fuerzas místicas que protegen el dharma. El damaru es, pues, el sonido del propio dharma. El sonido del damaru representa el despertar a los seres sintientes de su profundo sueño de la ignorancia.



<http://www.themovementcenter.com/programs/pujas-for-healing-wellbeing/chd-and-phowa/>

Algunos damarus están confeccionados con dos casquillos de cráneo invertidos, símbolo de la unión de los elementos femeninos y masculinos de la vida. El tambor de cráneo es un ejemplo de la síntesis de la tradición que tuvo lugar entre Bön y la espiritualidad budista.



<http://www.zanzibar-trading.com/store/default.asp?id=2409>



<http://www.ebay.com/itm/Old-Tibet-Tibetan-Silver-Armor-Skull-Drum-Damaru-Tambourine-/231041843618>

Gong

Es un enorme disco metálico de bronce, con sus bordes curvados.

Es repercutido con un mazo o baquetas, por lo general, está suspendido verticalmente de un soporte, tiene una elevación en el centro, lugar donde está ubicado el punto en el que se golpeará para que, de origen a la vibración, generando el sonido que puede ser grave y sombrío, simultáneamente es un sonido fuerte y poderoso, tiene gran capacidad de resonancia y tiene matices sonoros desde un pianísimo hasta un fortísimo.



<http://es.wikipedia.org/wiki/Gong>

<http://www.historiasdenuestroplaneta.com/viviendo-monasterio-budista-tawang-arunachal/>

Los monjes budistas, usan el gong como instrumento de llamado al templo y de cambios en las secuencias. En general anuncia el llamado a la oración. Cuando el gong es tocado, se les recuerda a los budistas poner atención al momento presente.

En sesiones de meditación, su fuerte sonido, acompañado de uno muy suave permite a la persona que lo escucha entrar en meditación con el objetivo de dominar lo negativo y caminar hacia la perfección del alma.

Címbalos

Los címbalos son usados solos o con el tambor, tocando simultáneamente o ligeramente desfasados, para puntuar el ritual de recitación y canción, así como para marcar los modelos rítmicos de la música instrumental y para acompañar el ritual “cham” de danzas. Según la tradición oral, uno de los dos representa al padre y el otro al hijo. Los dos címbalos se unen horizontalmente, uno vuelto contra el otro, por estrechas correas de piel o tela sujetas en el centro de la protuberancia, y movidos verticalmente en una serie codificada de gestos.



http://www.fernost-entdecken.de/reisedetails/Zauberhaftes_Osttibet_-_von_Jiuzhaigou_nach_Labrang_3622.php



<http://www.pinterest.com/pin/112097478199112580/>

El sonido producido es considerado violento, y por tanto el instrumento esta frecuentemente asociado con los llamadas deidades airadas. La interpretación está regida por precisas reglas expresadas en términos derivados del número de golpes: gnyis-brdung (dos golpes), gsum-brdung (tres golpes) o dgu-brdung (nueve golpes). De la misma forma existe una terminología específica para indicar los métodos de golpeo, incluyendo sonidos tanto piano como forte y movimientos rotativos alrededor del borde de los címbalos.

Gya Ling

El gyaling es la llamada trompeta de la India, similar a un oboe, con un cuerpo de madera largo y campana de bronce de cobre. El instrumento se cubre generalmente con adornos ornamentales de vidrio de color.



<http://yerayseminario.com/gallery/people/>



<http://aerie.homeserver.com/india-2/ladakh/tak-thog-festival/>



<http://www.jornada.unam.mx/ultimas/2014/03/04/festejan-ano-nuevo-tibetano-o-losar-en-todo-el-mundo>

Para tocar un gyaling se requiere una técnica llamada respiración circular, en el que el instrumento constantemente emite un sonido lineal, incluso mientras que el músico inhala. Generalmente se tocan por pares y se asocia con las deidades pacíficas y la idea de la devoción.

Kangling

La llamada flauta de pierna (en tibetano: pierna = kang, flauta = ling), e una trompeta o corneta hecha de un fémur humano, que se utiliza en el budismo tántrico para varios rituales “chod” así como para rituales funerarios.

El kangling también puede ser hecho de madera.



<http://www.garudashop.com/Antique>
Tibetan_Kangling_p/kangling108.htm



<http://www.todocoleccion.net/antigua-trompeta-tibetana-kangling-plata-femur-gemas-turquesas~x37429910>

El kangling se utiliza en los rituales chod junto con la damaru y campana. El practicante, motivado por la compasión, toca el kangling como un gesto de valentía, para convocar a espíritus hambrientos y demonios para que pueda satisfacer su hambre y de ese modo aliviar sus sufrimientos. El practicante visualiza, entre otras cosas, cortar el cuerpo de uno mismo y de dársela a los demonios y los fantasmas para enfatizar realmente el “no apego al yo”. Además se interpreta también como una forma de "cortar del ego”



Kangling con la cabeza de la bestia makara <http://buddhism-for-vampires.com/kangling-chod>

La función del chod es cortar el vínculo emocional con el cuerpo. Al tocar con la boca el hueso de la pierna de una persona muerta se practica un recordatorio íntimo de la propia mortalidad. La práctica del Chod es una tradición antigua cuyo significado es *corta a través*. Cortar los obstáculos, la negatividad y el autoengaño. La combinación de todos estos elementos del budismo tibetano en una sola práctica, provoca una experiencia directa de la Luz Clara y de la Sabiduría. La práctica de Chod cultiva la certeza y la compasión. La combinación única del canto sagrado, instrumentos rituales, la meditación y la visualización crea un rico tapiz que amplía la experiencia cotidiana y redefine el sentido limitado del yo. Es también la práctica de la generosidad definitiva y permanente, la disminución de la enfermedad, el sufrimiento y la ceguera espiritual de los seres sintientes, y la curación de energías ambientales distorsionadas.



<http://the-legends.ru/articles/229/kangling/>



<http://www.tibetanchod.com/the-kangling/>

Prácticas de Chod

Vestimentas

El Hábito

Cuenta la historia, que cuando Sidharta se convirtió en Buda bajo el árbol Bodhi; tras pasar numerosas pruebas y penurias; estaba casi desnudo, así que consiguió ropa en la basura, la lavó, la tiñó y la cosió, para hacer el primer hábito de monje.

El simbolismo de esto, es que de entre lo más sucio y los desechos, puede nacer la pureza y la santidad. (Al igual que el simbolismo del loto dentro de la tradición budista e hinduista).

Dependiendo del país y de la escuela, cada hábito tiene un tipo de corte y un color. Pero todos rememoran esa primera historia de Buda.

En el plano práctico, los hábitos monásticos están diseñados para facilitar la vida del practicante, se visten sin tener que gastar mucho y sus necesidades materiales se reducen al mínimo.

Las túnicas de un monje



<http://meludena.blogspot.com/2005/10/tunicas-de-los-monjes-tibetanos.html>

En general, los monjes budistas tibetanos usan su túnica roja, y en ciertas ocasiones agregan la túnica amarilla llamada *chögu* y *namjar*, rectángulo de tela que está hecho de piezas cosidas entre sí. Se usa sobre el torso, a modo de toga, dejando el hombro derecho descubierto. Simboliza la fertilidad y la abundancia de un campo de arroz. Solo se usa en ciertas ceremonias.

El gorro se vincula con ciertas ceremonias tántricas de iniciación, durante las cuales el lama oficiante se pone un sombrero (amarillo en el caso de los guelugpas y rojo en el de los nyingmapas) en el momento en que se está identificando, a través de la meditación, con el buda o bodhisatva que encarna la iniciación que está a punto de otorgar. Por lo tanto, el discípulo siente que la está recibiendo del propio buda o bodhisatva a través del maestro.



<https://www.facebook.com/rincondeltibet/photos/pb.398212295656.-2207520000.1410230061./10154333012815657/?type=3&theater>

El típico sombrero es un gorro con flecos que se asemeja a la melena de un caballo o de un casco romano.

¿Por qué el amarillo del gorro de los gelugpa? Se dice que el color azafran amarillo se asocia con aquellos que rechazan la búsqueda de objetivos materiales. El amarillo es el color del oro, que representa una gran riqueza, en este caso simboliza riqueza espiritual; el oro es también el color de la nobleza. El amarillo representaría el Dharma (enseñanza y métodos), que se considera lo más noble.

En gran parte de Asia, el propio suelo es muy amarillento, por lo que el color se refiere a nuestra Tierra. Por extensión entonces, amarillo también simboliza una base o la Fundación. Según la tradición oral tibetana el sombrero ceremonial monástico, del color de la tierra, es un símbolo de la disciplina y de la fundación de la que nacen todas las cosas buenas.

Gelugpa es a veces conocido como la Escuela de los amarillos. Amarillo - oro significa Shila o disciplina. Ese es el énfasis en la práctica de guelugpas.



<http://www.evaneos.es/china/itinerario/1872-al-sur-del-imperio-celestial-mosaico-de-etnias-y-paisajes/>



<http://sensescultural.org/artists/paul-maskaphotographercontributing-social-media-manager-2/>

En algunas prácticas especiales el ropaje es parte de la solemnidad. Los monjes ingresan al templo con su austera túnica, y poco a poco se van agregando ornamentos como capas de brocado, gorros, peluca, corona.



<http://www.revijakapital.com/mariborcan/clanki.php?idclanka=538>



Photo by AFP/Getty Images
<https://circulodemeditacion.wordpress.com/tag/kalachakra/>

Especial relevancia adquiere las vestimentan en las danzas sagradas, pero no nos referiremos a este punto pues si bien las ceremonias con danzas tiene riqueza en el sonido de instrumentos musicales, no se acompañan de canto armónico.

Mandalas

Mandala es un diagrama simbólico usado en ritos sagrados y como un instrumento de Meditación. La palabra tibetana para mandala es Khil-Khor, que literalmente significa “el centro y los alrededores”, pero en ocasiones se traduce también como “círculo sagrado”.

Son representaciones esquemáticas y simbólicas del macrocosmos y el microcosmos.

El Mandala es básicamente una representación del Universo así como del ser humano, un área consagrada que sirve como receptáculo para los Dioses y como punto de unión de las fuerzas universales.



Mandala de Avalokiteshvara, bodisatwa de la compasión



Mandala de Kalachakra, la rueda del tiempo

Estructuralmente, el espacio sagrado (el centro del universo y soporte de concentración), es generalmente representado como un círculo inscrito dentro de una forma cuadrangular. En la práctica, los yantra hindúes son lineales, mientras que los mándalas budistas son bastante figurativos.

El estilo y significado específico de cada mándala se explica según la época y la comunidad que lo realiza. Sin embargo, todos tienen algo en común: su patrón está organizado alrededor de un punto o raíz central, conocido como bindu, que representa la matriz creadora del universo, su misma esencia.

La creación de un mándala involucra un minucioso trabajo que desarrolla la paciencia y la constancia, una meditación activa, un poderoso instrumento de concentración y relajación. La relación que se establece a través de la contemplación de su geometría conduce a un estado mental que invita a explorar los rincones del psiquismo.

A menudo, los mándalas se elaboran con elementos frágiles y perecederos. La construcción de un mándala de este tipo es minuciosa y lleva varios días. Sin embargo, una vez terminado se destruye para cumplir con uno de los propósitos fundamentales de su filosofía: mostrar la impermanencia de las cosas promoviendo el desapego.

Los mandalas de arena es una antigua tradición practicada por los monjes budistas del Tíbet. Consiste en armar un mandala con granos de arena coloreados, luego es santificado y destruido como parte de un ritual.

Los mandalas cumplen con diferentes propósitos de acuerdo con la figura búdica que representan; por ejemplo, Avalokiteshvara representa la compasión; Manjushri, la sabiduría; Vajrapani, la fuerza, etc. Asimismo cada mandala puede prepararse para simbolizar una de las cuatro actividades iluminadas, en este caso el color base de la arena que se utiliza identifica la actividad particular. Así, la base blanca simboliza las actividades de pacificación, la amarilla es para el incremento, la roja para el poder y el azul oscuro para las actividades airadas.

En general, todos los mandalas tienen significados externos, internos y secretos. En el aspecto exterior representan el mundo en su forma divina, en el interior, un mapa mediante el cual la mente ordinaria puede transformarse en la experiencia de la iluminación, y en el aspecto secreto muestran el perfecto balance primordial de las energías sutiles del cuerpo y la dimensión de la clara luz de la mente. Se dice que la creación de un mandala de arena purifica en estos tres niveles.



<http://www.yalosabes.com/images//mandala-budista-05.jpg>



<http://www.mandalasparatodos.com.ar/blog/wp-content/uploads/2012/11/el-mandala-del-kalachakra-5.jpg>



<http://www.pinterest.com/pin/291537775851074381/>



<http://www.mandalasparatodos.com.ar/blog/el-mandala-del-kalachakra/>

Construcción y disolución del mandala de kalachakra

Una vez dibujado el mandala, se empieza a colocar la arena desde el centro hacia las orillas, simbolizando el hecho de que al nacer sólo somos una gota de esperma y un óvulo, y vamos evolucionando hasta que el universo entero se percibe a través de los sentidos. Cuando el mandala está terminado y llega el momento de desmantelarlo, la arena se recoge de las orillas hacia el centro, representando cómo al morir regresamos de nuevo a la fuente primordial en el centro de nuestro corazón.

Se construye desde el centro a la periferia



<http://www.pensamientoconsciente.com/?p=572>



<http://www.yalosabes.com/images//mandala-budista-07.jpg>



<http://www.maspormas.com/guia-df/arte-y-cultura/la-paz-del-tibet-llega-al-df>

Cuando la construcción de un mandala de arena se termina, se lleva a cabo una consagración en la cual se invoca al determinado Buda para que permanezca en esta residencia. Se agradece a los espíritus locales por no haber creado obstáculos durante la elaboración y se dedican los méritos acumulados por la creación de un mandala para la sanación del planeta y sus habitantes.

Al finalizar dicha ceremonia se comienza a recoger la arena y esto cumple con dos propósitos fundamentales: primero, demostrar la impermanencia de los fenómenos (tarde o temprano todo se termina y el apegarnos a lo efímero sólo nos trae sufrimiento); el segundo propósito tiene que ver con el ideal de querer beneficiar a los demás con nuestros actos y por esa razón se reparte la arena entre quienes presencian la ceremonia

de clausura como una bendición, mientras que otra parte de la arena se deposita en un cuerpo de agua como un río, un lago o directamente en el mar, con la intención de purificar el ambiente y a sus habitantes, y llevar esa bendición a todos los rincones de la tierra.



<http://www.pensamientoconsciente.com/?p=572>

El elaborado arte por el cual habían pasado horas y hasta días de confección es cuidadosamente barrido durante una ceremonia ritual, simbolizando la impermanencia de la vida.



Fuente <http://i2.cdn.turner.com/cnn/2010/images/05/27/large.river.cnn.jpg>

Los monjes pasan la mitad de la arena a la audiencia como bendiciones para la salud y la curación. El resto se vierte en un río cercano para distribuir la energía curativa en todo el mundo.

