

# Introducción a la Rueda y la Impermanencia

## Panorámica general del curso

Este curso está centrado en el análisis de la Rueda de la Vida, uno de los símbolos más antiguos de la tradición budista. Tendremos 6 sesiones, a lo largo de las cuales exploraremos la simbología de la Rueda y cómo puede ser útil para nosotros como una herramienta de introspección y de autoconocimiento.

En este curso vamos a aprender dos meditaciones diferentes. Una que tiene como objetivo ayudarnos a experimentar un estado de calma, tranquilidad y atención, y otra cuya intención es cultivar emoción positiva para nosotros y el mundo que nos rodea. Ambas se complementan entre sí. Es importante aprender la meditación dentro del contexto budista para comprenderla mejor y poder beneficiarse de ella. La meditación se trata de cultivar estados mentales positivos, con la intención de experimentar una mayor libertad en nuestro interior y mejores estados mentales en nuestra vida en general, y no únicamente en el tiempo que pasamos meditando.

A pesar de que es un curso budista, no necesitas ser budista para estar aquí. Cualquier personas que quiera crecer y desarrollarse es bienvenida y puede beneficiarse de las enseñanzas budistas.

## Breve introducción al Budismo y al Buda

### Lo que el budismo no es

El budismo no es una religión en el sentido tradicional, pues no está sostenida en la creencia de un Dios creador; no es únicamente una filosofía, pues aunque es una tradición bastante lógica, acepta que la realidad no puede ser limitada ni comprendida en su totalidad a través de conceptos y palabras, y nos anima a desarrollar nuestro corazón además de nuestra razón; no es un tipo de terapia, pues incluso si nos permite sentirnos más felices, su objetivo último es llevarnos más allá de ese estado de comodidad de un humano bien equilibrado, hacia una cualidad de creatividad y libertad más profundas. No nos dice “cree en esto y todo estará bien”, sino que nos invita a practicar para convertirnos en individuos que ven la realidad cada vez de una forma más clara, experimentando un estado de felicidad cada vez más profundo y teniendo una vida con más significado y más plena.



## Lo que el Buda fue, y no fue

El Buda no fue un Dios ni un Mesías, sino un ser humano, quien por sus propios esfuerzos alcanzó un nivel de consciencia mucho más elevado, y “despertó” a la naturaleza de la realidad. Buda no es un nombre, sino un epíteto que se puede traducir como “aquel que está despierto”. El Buda alcanzó un estado de visión clara, dejó de “luchar en contra de la realidad”, de tratar de modificar al mundo para que cupiera en sus estrechas necesidades individuales, para comprender de forma experiencial la profunda interconexión de todas las cosas y todos los seres, y la naturaleza misma de la existencia; surgió en él una fuente ilimitada de creatividad, energía, compasión y contento.

## **La rueda y la facultad imaginativa**

Te presentamos a la imagen de la Rueda de la Vida. Puedes notar que está cargada de imágenes y símbolos.





Es importante saber que la tradición budista utiliza numerosas imágenes, símbolos y mitos para hablar un lenguaje distinto al lenguaje intelectual: el lenguaje de las profundidades de nuestro subconsciente, que se relaciona con nuestra parte más emocional, intuitiva e incluso experiencial.

Tal vez en algún momento has tenido la experiencia de sumergirte en un instante en una obra de arte, un hermoso atardecer, un paisaje majestuoso o una pieza musical. Si una imagen nos conmueve de esta manera, la forma en que percibimos el mundo se verá afectada, y puede que experimentemos una nueva sensación de integración y propósito. Imágenes, símbolos, mitos, ya sea en el arte o en nuestros sueños y visiones, forman el lenguaje común de la Imaginación, al ser éstos capaces de comunicar muchos niveles de significados diferentes y, al mismo tiempo, lograr evocar una poderosa respuesta emocional.

Así pues, el budismo nos habla en dos lenguajes diferentes. El lenguaje de la razón, que nos invita a utilizar el intelecto para desarrollar una postura analítica e incluso crítica de las enseñanzas, y a darles sentido a través del estudio, la discusión y la interpretación, y el lenguaje de la imagen y el símbolo, que le habla a nuestra emoción, intuición y experiencia. La Rueda de la Vida trata de comunicar con nosotros en estos términos, y para poder utilizarla realmente como una herramienta de autoconocimiento, es importante estar receptivos a lo que los signos visuales tratan de comunicarnos.

Se cree que la rueda data de la época en la cual vivió el Buda. Se cuenta que Maudgalyayana, uno de los dos discípulos más sobresalientes del Buda, solía visitar de vez en cuando a los seres de todas las diferentes esferas de la existencia. Parece que poseía una extraordinaria capacidad de empatía con los demás, pudiendo incluso llegar a ver sus mentes y corazones, sentir sus sufrimientos, sus alegrías y así entender cómo habían llegado al estado en que se encontraban. Con esta habilidad para entender y percibir la vida de otros con tanta profundidad, no es sorprendente que Maudgalyayana fuese capaz de comunicarse de una manera muy efectiva; si alguno de los monjes de mayor experiencia tenía problemas con un discípulo que perdía su inspiración, el monje lo enviaba a ver a Maudgalyayana, quien lo “exhortaba y enseñaba bien”, con tan buen resultado que el discípulo empezaba a llevar una vida espiritual llena de fervor y entusiasmo, hasta alcanzar grandes logros.



El Buda, al darse cuenta de esto, comentó que no había suficiente gente con la capacidad de Maudgalyayana para enseñar a todos aquellos que lo necesitaban, y por lo tanto, propuso que se hiciera una pintura de las enseñanzas de Maudgalyayana, instruyendo a sus seguidores para que pintaran la Rueda de la Vida a la entrada de cada monasterio, representando las diferentes esferas de la existencia y los procesos que se encuentran en la base de ésta.

### **La Rueda como espejo**

Lo más importante es entender que cualquier símbolo budista es por sí mismo una enseñanza, y cada enseñanza no es más que una herramienta que tiene como objetivo transformar nuestras vidas de una forma práctica, aplicable en nuestra experiencia cotidiana.

La rueda de la vida representa un espejo. De modo que las próximas semanas, mientras estamos explorando este símbolo, realmente lo que estamos haciendo es mirándonos al espejo una y otra vez, desde distintos niveles y ángulos, y esto es muy importante recordarlo siempre que nos aproximamos al Dharma, la enseñanza budista. Estamos estudiándonos a nosotros mismos, a algún aspecto de la psique o de nuestro interior. Este curso tiene como objetivo mostrarte cómo, al comenzar a vernos a través del espejo de la Rueda, podemos iniciar con un proceso de transformación.

### **Entrando a la Rueda**

La Rueda consiste de cuatro círculos concéntricos. En el eje o círculo central se encuentran tres animales: un gallo, una víbora y un cerdo, cada uno de los cuales muerde la cola del que le sigue, quedando de esta manera unidos en una cadena circular. El siguiente círculo forma una banda delgada alrededor del eje, dividida de manera vertical en dos segmentos, siendo el de la izquierda de color blanco, mientras que el de la derecha es negro. En el lado negro hay unos seres desnudos cabeza abajo, acosados por demonios y con sus caras crispadas en agonía, mientras que sus brazos se agitan tratando de evitar la caída. En la sección blanca se encuentran unos seres que llevan a cabo todo tipo de acciones meritorias: meditan, distribuyen dinero, veneran al Buda. Se mantienen de pie con alegría en sus rostros.

El siguiente círculo se encuentra cerca del borde, de tal manera que la tercera área ocupa casi la mitad de la Rueda. Se encuentra dividido en seis segmentos de igual tamaño. En el segmento de abajo se muestra la esfera de los infiernos; el segmento



inferior de la izquierda se encuentra la esfera de los espectros hambrientos. De color humoso e insustancial, estas criaturas tienen un vientre enorme y la boca del tamaño de la punta de un alfiler y cualquier cosa que comen o beben se convierte en fuego. En la sección correspondiente de la derecha está el mundo de los animales, a punto de ser cazados por el hombre; El segmento superior de la izquierda nos muestra la esfera humana, en la que hombres y mujeres llevan a cabo sus asuntos diarios. A la derecha se encuentran los titanes o dioses celosos, unas feroces y horribles criaturas de poderosa complexión para quienes la vida es una guerra constante: luchan contra los dioses, que ocupan la parte superior de la esfera, por la posesión del árbol de la realización, que concede cualquier deseo. Los dioses viven en un mundo de gran belleza y felicidad, en donde todos sus deseos son satisfechos al instante. En cada una de las esferas aparece la figura de un Buda en colores diferentes, sosteniendo un implemento.

El anillo de afuera de la Rueda se encuentra dividido en doce segmentos que representan los doce eslabones de la cadena de la condicionalidad, la cual vamos a estudiar con mucho detalle en las próximas sesiones.

Sobre el borde superior de la Rueda se encuentra una figura de cara feroz, tres ojos rojos y una corona de calaveras. Este es el monstruo de la impermanencia, que no permite que nada permanezca estático. Devora la Rueda con sus colmillos y la destroza con sus garras.

Si se considera de manera aislada, la Rueda no representa más que un lado de la Realidad: la condicionalidad de tipo cíclico. Pero por otro lado, el proceso de moverse de la existencia condicionada hacia la iluminación puede ser simbolizado por el Sendero Espiral, representada por los Budas que aparecen en cada una de las esferas, aunque esto no refleja el énfasis correspondiente. A pesar de que es indispensable conocer al enemigo y el aspecto sombrío de nuestra situación, también necesitamos una fuerte apreciación de las posibilidades positivas de la vida humana, si es que queremos tener una visión completa de la realidad. En muchas de las versiones de la Rueda de la Vida tibetana, la figura del Buda aparece en la parte superior derecha, arriba de la Rueda, indicando el camino a la Iluminación. Aquí pasamos de la Rueda a la Espiral.