



El Mandala de los 5 Budas

El Buda y el Mandala

Conocer al Buda para entender al mandala

Para comenzar a comprender al mandala de los 5 Budas y la profunda enseñanza que trae consigo, necesitamos remontarnos al origen, que es el mismo Buda.

El Buda como ser histórico:

El Budismo es una tradición espiritual milenaria que tiene su origen en las enseñanzas de un hombre que vivió en la India hace más de 2,500 años llamado Siddhartha Gautama.

Nació en el seno de una familia privilegiada. Su padre era el jefe de su clan y Siddhartha creció con todas las comodidades posibles para su época: la familia tenía tres palacios en los cuales habitaban dependiendo de la estación de año, tenían sirvientes que se dedicaban a satisfacer todas sus necesidades y maestros que entrenaban al joven príncipe en las artes de la guerra.

Eventualmente, Siddhartha se casó, tuvo un hijo y sostuvo su entrenamiento para convertirse algún día en el sucesor de su padre: el líder del clan de los Shakyas.

Sin embargo, tenía una sensación constante de falta; sabía que había algo más profundo y sublime en la realidad que su vida cotidiana y deseaba contactar con ello, así que decidió salir de sus palacios y conocer a la gente de su clan. En esa visita, tuvo un acercamiento real con la naturaleza de la vida: se dio cuenta de que existe insatisfacción, hay enfermedad, vejez y muerte, y aquello en lo cual buscamos refugio no puede verdaderamente protegernos de una realidad transitoria.

Así que decidió renunciar a todo: sus posesiones, su título como heredero del clan y su familia, para adentrarse en la jungla y encontrar un remedio para esta insatisfacción, para conectar con esa verdad que su interior buscaba.

Estudió con numerosos maestros hasta que, en soledad, se sentó debajo de un árbol en profunda meditación con el objetivo de transformar a su propia mente y liberarse del sufrimiento. Lo hizo durante días, hasta que la totalidad de su ser estuvo



completamente transformada y alcanzó la iluminación, un estado de completa sabiduría, energía creativa y compasión, el más alto potencial humano.

Pasó el resto de sus días compartiendo la enseñanza que conduce a otros seres a alcanzar este mismo estado iluminado, y se convirtió en “el Buda”, el despierto.

Toda la doctrina y práctica budista derivan de la experiencia y enseñanza del Buda y de todos los maestros iluminados que compartieron el camino.

El Buda como principio de la mente iluminada:

La figura del Buda representa a la iluminación misma, al máximo potencial humano. La iluminación como un estado de sabiduría completa, de profundo entendimiento de la realidad tal y como es, de energía creativa sin límites y de compasión y conexión con todo el universo. Cuando reconocemos a la figura del Buda, no solamente reconocemos este elemento histórico, sino también a la Iluminación como principio, que trasciende tiempo, espacio, culturas, religiones o ideologías.

El Buda como símbolo:

Así que más allá de su presencia histórica, el Buda se transformó en un símbolo con el paso de los siglos, en la representación de una mente iluminada, de un ser humano que ha alcanzado todo su potencial y se ha trascendido a sí mismo.

Y esta mente iluminada tiene distintas cualidades, que con el tiempo comenzaron a ser representadas por separado: la energía y la intrepidez, la ecuanimidad y sabiduría, la generosidad, la compasión o la absorción meditativa... cada una de estas cualidades específicas tomó una propia forma simbólica, como un elemento que distingue a la iluminación.

En la mente de algunos practicantes iluminados comenzaron a presentarse ciertos colores, animales, sonidos y formas asociados con cualidades específicas de la iluminación, y estos símbolos se transformaron en el Mandala de los 5 Budas; los símbolos dieron lugar a nuevas prácticas que tienen el objetivo de cultivar este mismo tipo de cualidades en la mente de quienes lo practican.

La práctica del mandala.

Estudiar, observar y meditar en estos símbolos contenidos dentro del Mandala de los 5 Budas corresponde a una forma de practicar que se vale de distintos elementos para



acceder a todas las partes de nuestro ser: a través de las imágenes, de los sonidos, los colores, los rituales y los mitos nos permite conectar con las partes conscientes e inconscientes de quienes somos para poder transformarlas.

Algunas escuelas del budismo consideran que solamente a través de reconocer todas las partes de nuestro ser podemos transformarnos.

Son prácticas que involucran la totalidad de nuestro ser: nuestro cuerpo y sus movimientos, el habla, las emociones y la mente. “La práctica debe involucrar hasta la yema de nuestros dedos”.

Conociendo al Mandala

El mandala es un símbolo que se compone por un arreglo armonioso de elementos en torno a un elemento central.

Hay Mandalas presentes en múltiples culturas antiguas, y se considera un símbolo universal.

El psicólogo Jung observó que el Mandala es un patrón de la psique, que intenta crear orden y armonizar la mente.

Descubrió en sus pacientes que, tras un periodo de caos o trauma psicológico, a menudo aparecían (en el proceso de sanar) en sueños o en la imaginación patrones mandálicos, cuando la gente pasaba de un momento doloroso a un periodo de calma.

Representa salud, integración y armonía.

Puede significar también un lugar secreto, sagrado y protegido; una figura central y otras figuras alrededor que representan distintos aspectos de esta figura central, con algunos elementos alrededor que la protegen.

El mandala de los 5 Budas es entonces una enseñanza que se nos presenta a través de símbolos e imágenes.

Trata de mostrarnos lo que es la mente iluminada (el ideal humano del budismo y el objetivo de todas nuestras prácticas, un estado de completa sabiduría, energía creativa y compasión).



Cuando realizamos práctica de meditación, de estudio y de contemplación del Mandala, estamos entonces tratando de cultivar ciertas cualidades de esta mente iluminada en nosotros mismos, involucrando todo nuestro ser, todo lo que somos.

Entrando al mandala

Hay tres muros que tenemos que atravesar si queremos entrar a este reino mítico en donde se despliega la Iluminación

Primer muro, fuego: El fuego es completamente transformador. Si atravesáramos un muro de flamas, nos veríamos totalmente cambiados. El fuego nos permite soltar al viejo ego, la idea del “yo” a la que estamos tan apegados para dar lugar a algo completamente nuevo, a una mejor versión de nosotros mismos.

Segundo muro, rayos: Los rayos son bellos y fascinantes, pero también peligrosos. La sensación inicial al encontrarnos con ellos es: “no puedo hacerlo”. Este muro nos invita a descubrir dentro de nosotros que tenemos esta energía profundamente luminosa y poderosa, la energía de un rayo que contiene la fuerza de diamante está dentro de nosotros y es capaz de romper con todos los obstáculos.

Tercer Muro, flores de loto: No podemos entrar pisoteando y marchitando los lotos, debemos hacerlo con atención y cuidado para no dejar huella alguna a nuestro paso. Hemos de refinar la consciencia, movernos con atención plena y cultivar una vida ética y sabia: una forma consciente de ser en donde podemos ser sensibles a la profunda interconexión de todos los seres y el universo.

Meditación con mantras

Vamos a conocer nuestro primer Mantra.

Un mantra se compone por una serie de sílabas que aluden a ciertas cualidades de la mente iluminada.

Los cantamos o recitamos con el objetivo de evocar y cultivar estas cualidades dentro de nuestra propia mente.

Los mantras budistas no tienen traducciones literales, son formulaciones más simbólicas y poéticas y estaremos explorándolos a lo largo de estas 5 semanas.



El mantra que aprenderemos el día de hoy se relaciona con el mismo Buda como símbolo. Cuando lo cantamos, estamos tratando de conectar con la experiencia misma de la Iluminación en toda su totalidad.

Om Muni Muni Mahamuni Shakyamuni Svaha.

Om (Sonido vibración del universo/ potencial hacia el desarrollo y la iluminación)

Muni (Sabio)

Shakya (del clan de los Shakyas)

Svaha (complitud/ bien hecho o logrado)