

## **Glosario**

### **Milarepa, el gran yogui del Tíbet**

# 10

## La despedida

**Mahamudrā** (Sánscrito) Literalmente "el gran sello", gran (*maha*), sello (*mudra*). Método de meditación que incluye múltiples niveles de enseñanzas que conducen a conocer la naturaleza de la mente.

**Seis yogas de Naropa** Lo conocido popularmente como “seis yogas de Naropa” puede ser traducido de forma más correcta como “seis dharmas de Naropa”. Son prácticas yóguicas transmitidas en el linaje Kagyu y en otros linajes posteriores. Estas son: (1) Calor o fuego interno, (2) Cuerpo ilusorio, (3) Luminosidad, (4) Sueño, (5) Transferencia, (6) Estado intermedio o intervalo de existencia.

## Darma Dode པར୍ମ དོଡେ – Hijo de Marpa.

**Ra Lotsawa** རྒྱା བྲୋସྲା – Nacido en 1016 d.C. Traductor y maestro de mantra coercitivo, contemporáneo a Marpa Lotsawa. *Ver imagen en esta unidad.*

**Doha** (Sánscrito) Canto sagrado que expresa logros espirituales. En la India, solían ser pareados (estrofas de dos versos que riman entre sí, pudiendo dicha rima ser en consonante o asonante), pero también se juntaban varios pareados y los cantaban juntos. Esencialmente, son enseñanzas cantadas en forma de himnos o canciones.

**Gáruda** (Sánscrito) Ave mítica de gran tamaño, capaz de volar tan pronto como sale del cascarón. Simboliza la sabiduría primordial. Es el enemigo de los nagas y se le representa con una serpiente en su pico, simbolizando que consume las emociones negativas. (*Puedes ver su representación visual en la sección IMAGENES de esta unidad*).

**Tummo** Uno de los seis yogas de Naropa. Práctica meditativa en la que se libera energía como forma de calor. Los practicantes de tummo pueden mantener sus cuerpos calientes aun en condiciones de bajas temperaturas, por lo cual pueden vestirse de algodón aun en climas glaciales.

**Nyingru** ནྙିଂରୁ (Tibetano) Literalmente, “hueso del corazón” o “corazón-hueso”; determinación, fortaleza del corazón, persistencia o arrojo.

<b>Repa</b>	(Tibetano: རྒྱା) Literalmente “Quién está vestido de tela de algodón”. Se refiere a practicantes de los seis dharmas de Naropa.
<b>Samsara</b>	(Sánscrito) El círculo de existencias condicionadas que están impregnadas de sufrimiento y frustración como resultado de la ignorancia y demás emociones negativas.
<b>Chölagang</b>	ཆོ་ལ་ගང – Literalmente “Paso al Dharma”. Nombre de la cima desde la cual Töpaga vio por primera vez la casa de Marpa Lotsawa.
<b>Oddiyana</b>	Una tierra de dakinis, asociada con la parte noroeste de la India.
<b>Néctar</b>	(Sánscrito: <i>amrita</i> ; Tibetano: <i>dütsi</i> – དුඩී) Un elixir o ambrosía que representa la sabiduría. En su uso simbólico sirve como ofrenda o como una sustancia que purifica u otorga bendiciones. En tibetano se traduce como “elixir que vence el demonio”.
<b>Kápala</b>	(Sánscrito) Copa para uso ritual con la forma de un cráneo humano.