

Glosario
Milarepa, el gran yogui del Tíbet

14

Beneficiando al Dharma y a los seres

Fortaleza de Gáruda de Chonglong མཚོང་ལུང་གླག་དམར་ཁྱུང་ཆོང་། – Cueva en lugar aislado donde Milarepa habitó y meditó durante un tiempo, y en la que cantó la doha “Tristeza y añoranza”.

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.

Yídam (Sánscrito) Un *yídam* es una manera de representar la mente iluminada o una de sus cualidades, en forma de una figura que los practicantes tántricos toman como un enfoque en su práctica meditativa.

Torma (Tibetano) Un objeto ritual, generalmente hecho con harina y mantequilla, que puede ser el símbolo de una deidad, un mándala, una ofrenda, etc.

Māra (Sánscrito) Representa cualquier cosa que constituya un impedimento u obstáculo para el logro de la liberación y la budeidad.

Tangka (Tibetano) Pintura tradicional tibetana que se utiliza como medio para representar seres iluminados, deidades de meditación y mándalas tántricos. Suelen estar enmarcadas en tela brocada y colgadas en las paredes. Una vez dichas imágenes (u otro tipo de representaciones, como esculturas de metal) se han consagrado por medio de rituales, se les considera como apoyos para la práctica espiritual, investidos con la presencia permanente de la deidad misma.

Rahula Nombre del hijo biológico del príncipe Siddhartha Gautama (quien luego llegó a ser Buda Shakyamuni). Posteriormente se hizo su discípulo y alcanzó logros importantes.

Shrávaka (Sánscrito) Un discípulo del Vehículo Fundamental del budismo, cuyo objetivo es obtener la liberación de los sufrimientos del samsara como un arhat. A diferencia de los seguidores del Gran Vehículo (*Mahayana*), los shrávakas no aspiran a guiar a todos los seres a la iluminación, porque no lo ven posible.

- Bodhicitta** (Sánscrito) Literalmente, “la mente del despertar” o “el espíritu de la iluminación.” Es la intención altruista de alcanzar la budeidad perfecta para beneficio de todos los seres sintientes y el proceso de desarrollo de dicha motivación mediante la práctica de la virtud. Es el elemento principal que define el sendero espiritual de un bodhisattva, e implica el cultivo de las cualidades de amor, compasión y sabiduría no dual, así como el entrenamiento en las seis virtudes trascendentes (*paramitas*): generosidad, disciplina moral, paciencia, diligencia, meditación y conocimiento.
- Valle de Chuwar** རྩུ་དགའ་པོ། – Área donde vivió Milarepa durante un tiempo. Allí sucedió el episodio de “Las investigaciones de los demonios”. (*Puedes ver su ubicación en el mapa de la sección EXPLORAR*).
- Rákshasa** (Sánscrito) Una clase de espíritu maligno.
- Tseringma** རྩེ་མིང་མ། – Principal discípula no-humana de Milarepa. Aunque anteriormente se había comprometido con Padmasámbhava a proteger el Dharma, renovó su compromiso con Milarepa luego de retarlo para poner a prueba su nivel de logro. Para diferenciarla de otras protectoras que tienen el nombre de Tseringma, a veces se usa su nombre completo, *Tashi Tseringma*, o *Tashi Tseringma Chenga*, indicando que es una de entre cinco hermanas. Tseringma literalmente quiere decir “Mujer de larga vida”. *Ver imágenes en esta unidad*.
- Yama** (Sánscrito) Una personificación de la muerte.