



“El cierre de ciclos” (no imprimir)

SÉPTIMO BÁSICO

CLASES DE ARTES VISUALES

PROFESOR MANUEL LÓPEZ ROCHE.

Objetivo de la clase:

- Conocer la idea de ciclos que poseen culturas orientales por medio de la creación con lápices. Valorando la diversidad.



El mandala y el budismo.

- ▶ Los mandalas son representaciones simbólicas y de color, espirituales y se crean en rituales del macrocosmos (inmensidad del espacio) y el microcosmos (lo mas pequeño conocido en la tierra), utilizadas en las religiones como el budismo y el hinduismo.
- ▶ Manadala se puede traducir como "rueda sagrada". Este simple hecho ya indica la relación entre el mandala y la religión, y es que **está considerado un símbolo de sanación y meditación.**
- ▶ El ejercicio de meditación o meditar se centra en una tarea básica: gestionar la atención y lograr un efecto en los procesos corporales que normalmente son automáticos, como la respiración.



¿Por qué se hacen mándalas?

- ▶ El uso de los mandalas no es una excepción para meditar, es un camino y su utilización durante las sesiones de meditación implica que nos concentremos totalmente en ellos. De este modo, **dibujar mandalas se asemeja a algunas formas de entrar en trance usadas en todo tipo de religiones.**
- ▶ Así pues, la utilización de los mandalas es relativamente simple, ya que sirven, básicamente, para ser dibujados y pintados. Es decir, que lo que es de utilidad no es tanto el mandala en sí, es el proceso de creación de estas figuras y su coloreado.



¿Qué se hace cuando se termina un mándala?

- ▶ Al finalizar el mandala y la meditación, que puede tomar horas o hasta días. Se inicia a borrar tal trabajo ya que como se señaló anteriormente: el mandala no es el resultado de la meditación, es el camino en donde se canaliza la atención y respiración, y tal trabajo se debe destruir ya que esa etapa se ha finalizado y es tiempo que no se puede volver a vivir.



Videos de apoyo:

- ▶ Creación de mandala con tierra de color por budistas paso a paso:
- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=v16MOqVI5LM>
- ▶ Música recomendada para la actividad:
- ▶ <https://www.youtube.com/watch?v=xFPMIw1fyXM&t=390s>