

Simbolismos y tecnologías de «perfección». Reflexiones en torno al budismo tibetano-*vajrayāna* y la perspectiva transhumanista¹

Jaume Vallverdú

Gracias a la bondad de Buda Sakiamuni podemos alcanzar la mente omnisciente, el poder perfecto y la perfecta compasión para beneficiar a todos los seres.
Lama Zopa Rimpoché (1995, p. 88)

1. Introducción

Dentro del amplio espectro de la tradición budista tibetana, el budismo tántrico o *vajrayāna* constituye una variante muy particular por su carácter eminentemente esotérico y experiencial.² La llamada «vía del tantra» o «vía diamantina» es un ejemplo más, pero sobresaliente, de la importancia del simbolismo ritual en toda su plenitud e impacto subjetivo; una muestra significativa de la profunda e intransferible experiencia personal en el ámbito de la práctica religiosa. Como tal, por otra parte, es siempre solo

¹ Este artículo forma parte del proyecto colectivo y coordinado «El cuerpo y el género dentro del marco epistemológico conceptual del posthumanismo» (2016-2019, Plan Nacional de I+D+I del Ministerio de Ciencia e Innovación), adscrito a la Institución Milá y Fontanals del CSIC y cuyo investigador y coordinador principal es Josep Martí Pérez.

² El *vajrayāna*, 'vehículo del diamante', también se denomina «*mantrayāna* secreto» o «*tantrayāna*».

parcialmente interpretable por el observador externo, aun siendo este, en el más optimista de los casos, un participante voluntarioso o en buena medida implicado.

La disposición comprensiva y las buenas intenciones no suelen ser suficientes en este terreno. Máxime cuando, además, la tradición y la institución marcan guías directrices y pasos a seguir que no pueden eludirse ni tampoco asumirse sin un compromiso sólido y sostenido en el tiempo. De todos modos, si aceptamos que la fenomenología de la actividad humana alude directamente a la objetividad del mundo, ningún intento de objetivación de los procesos subjetivos e intersubjetivos garantizados por toda acción —la religiosa incluida— puede caer nunca en saco roto.

En este sentido, la búsqueda de lógicas y racionalidades emergentes y subyacentes sobre la temática que nos ocupa se adhiere, dentro de una investigación más amplia,³ a un marco teórico transversal de orden materialista, funcionalista y utilitarista. En el plano empírico, la referencia es la escuela *kagyü* y, más en particular, el linaje *shangpa kagyü* dentro del budismo tibetano. La elección se corresponde con el trabajo de campo realizado en la comunidad Dag Shang Kagyü (en Panillo, Huesca), perteneciente a esta tradición, durante los meses de julio y octubre de 2017 y los de junio y julio de 2018.⁴

Por el momento, en este artículo se pretende describir y analizar cómo, en el contexto de la meditación budista tántrica, las prácticas de calma mental (*shiné*) y de visualización de deidades (*vidam*) constituyen tecnologías corporales/espirituales de transformación, trascendencia y para el mejoramiento humano, con los diversos significados implicados: salud física y mental, bienestar, equilibrio emocional, etc. Asimismo, se expondrá de qué manera, en consonancia genérica con el proyecto transhumanista contem-

³ Un agradecimiento especial a Mara Martínez y Joan Achon por su ayuda logística en los comienzos, allá por noviembre de 2016.

⁴ Mi sincero agradecimiento a las autoridades espirituales y a los residentes de la comunidad, que facilitaron la investigación con su colaboración y amistad, en particular, Guelong Karma Tenpa, Lama Shezang, Lama Maitri, Lama Sangmo, Lama Tsultrim Lhamo, Lola, Isabel, Mario, Quim, Pili, Liva, Juanjo y Bernal.

poráneo,⁵ estas prácticas rituales nos proporcionan un contenido funcional y utilitario dirigido hacia ideales de capacitación progresiva y de «perfección» última —queden dichos ideales enfocados hacia símbolos culminantes como el nirvana (*nibbāna*) o el posthumano, o bien plasmados en identidades afines e igualmente suprahumanas como el *bodhisattva* o el cibernético—; orientado, en definitiva, hacia utopías que aspiran verse materializadas, y que pasan tanto por el realce ético y la propuesta de nuevos valores como por el trabajo sistemático y metódico con el cuerpo y con la mente.

Ambos sistemas, budismo y transhumanismo, proponen un «*habitus* en práctica» y disposiciones trascendentes para la determinación o modulación de lo biológico/mental a varios niveles, poniendo en primer plano una vez más el poder (subjetivo) del cuerpo y de la mente y el poder (objetivo) sobre el cuerpo y sobre la mente (Vallverdú, 2012). Corporalidad y conciencia pueden activarse/determinarse de distintas formas y con diferente intensidad: ya sea desde la meditación espiritual, las fórmulas sagradas o la adopción del vegetarianismo, entre otros; ya sea por la vía del consumo de fármacos, los implantes biónicos o las modificaciones genéticas, por poner solo algunos ejemplos.

Tomando el budismo como eje troncal, nuestro análisis coloca la práctica en la base. Una práctica mediante la cual budistas y transhumanistas aspiran a un desarrollo humano sustantivo: los primeros, a través de la práctica del *dharma* en toda su amplitud;⁶ los segundos, con intervenciones o aplicaciones diversas vinculadas, por ejemplo, a la ingeniería genética, la robótica o la inteligencia artificial. Por lo tanto, el sentido práctico se pone por encima de las creencias o de los dogmas (algo que igualmente hacen tanto budistas como transhumanistas). A partir de esta premisa, adquieren especial interés los significados de «perfección» relativos a cambios en el uso y la percepción del cuerpo, entre los que se

⁵ El transhumanismo, en este caso por referencia a su variante «tecnocientífica» (Diéguez, 2017), apela básicamente a la superación tecnológica del ser humano. Es definido como un movimiento social e intelectual, un fenómeno cultural o una forma de vida que afirma el deber moral de mejorar las capacidades físicas y cognitivas de la especie humana y aplicar al ser humano las nuevas tecnologías para que, así, se puedan eliminar los aspectos no deseados e innecesarios de la condición humana, como el sufrimiento, la enfermedad, el envejecimiento o, incluso, la condición mortal.

⁶ «*Dharma*», en su amplio sentido, designa el camino espiritual; en un sentido más restringido, es sinónimo de «la enseñanza de Buddha», la vía para alcanzar el despertar.

incluyen emociones y símbolos, así como las propuestas morales, pragmáticas y empíricas relacionadas con el conocimiento de la realidad, los estados mentales y el fin de los límites y los sufrimientos humanos.

Una vez descrita en los dos primeros apartados la mecánica básica de la meditación y las visualizaciones tántricas, en el último punto se presenta la ejemplificación simbólica del paradigmático *buddha* de la compasión: Chenrezig/Chenresi o Avalokiteśvara.

Por último, se concluye integrando al análisis algunos paralelos finales respecto al imaginario transhumanista.

2. La meditación en el budismo tántrico

El proceso meditativo en el budismo constituye un trabajo metódico con la mente, la cual, no obstante, se mantiene dentro de la impermanencia y la vacuidad de todas las cosas. Realizado correctamente y en las condiciones idóneas, se supone que tiene como efectos esenciales un incremento progresivo de la serenidad y la atención. Suele ser asimismo necesario disponer de un maestro orientador, porque se trata de aprender, igual que con un instrumento, a «afinar» y a «tocar» la mente, contando que, para ello, se requiere una guía y una práctica constante y paciente.

En la práctica meditativa, lo primero es aquietar la mente y el cuerpo. Se dice que la mente sin concentración y adiestramiento es como un «mono enloquecido». Del mismo modo, se mencionan cinco obstáculos que nos pueden afectar: el deseo, la aversión, la inquietud, la somnolencia y la duda. También es preciso un cierto grado de renuncia y, después, observar, pero de una forma neutra y desafectada, es decir, no dejando la mente «en blanco», sino tratando de ser conscientes de lo que nos ocurre en el momento presente, experimentar lo que está realmente sucediendo en cada instante, sin sentimientos de identificación o apego ni de rechazo o miedo. Por otra parte, es igualmente importante el trabajo con las sensaciones dolorosas que puedan aparecer durante la práctica. En el lenguaje y las representaciones budistas, las emociones perturbadoras o conflictivas —en su mayoría, de origen inconsciente— están a la orden del día. En este sentido, los problemas que nos afectan también son funcionales y útiles. Aho-

ra bien, según el budismo, hay que gestionarlos, no sacárnoslos de encima (Goldstein y Kornfield, 2016).

El *vajrayāna* incluye toda una serie de pedagogías, metodologías y tecnologías para desplegar las potencialidades del practicante a través de la recreación mental, la palabra y la meditación. Se trata de técnicas de acción sobre las emociones y los sentimientos en un sentido positivo y transformador, cuyo objetivo es lograr una mente limpia y clara. Aunque existen estados mentales contaminados, estos son siempre provisionales, es decir, pueden ser purificados. Uno de esos estados mentales contaminados es el de las ilusiones inherentes a la propia vida, que, no obstante, a la vez son «parte integral del camino hacia la iluminación» (Dalái Lama, 2007, p. 84). De la misma forma, la ignorancia (*avidyā*), causa original de la sucesión de indeseables renacimientos en este mundo (un eterno retorno a la ilusión del *samsāra* y al sufrimiento que supone)⁷, puede desligarse de la naturaleza esencial de nuestra mente.

En la vía tántrica, existen dos procesos meditativos básicos: el ya mencionado *shiné* (equivalente tibetano a «*samatha*») y el *lhaktong* (equivalente a «*vipassanā*» o «meditación intuitiva»). «*Shiné*» significa ‘pacificación mental’, dejar la mente en paz. El siguiente paso es la meditación de la «visión superior» o *lhaktong*, un primer escalón analítico hacia el conocimiento del yo, de la verdadera naturaleza de la mente, que culminará con los profundos métodos de la meditación del *mahāmudrā*. En el *vajrayāna*, «visión superior» y «*mahāmudrā*» son lo mismo: el reconocimiento del modo de ser auténtico de la mente. Este reconocimiento marca finalmente la diferencia entre ser un *buddha* o un ser de naturaleza ordinaria (Kyabje Kalu Rimpoché, 2011). En realidad, *shiné* y *lhaktong* se identifican, pues constituyen dos procesos encadenados e inseparables:

Realmente, *shiné*, que es la calma mental, va unido a *lhaktong*: son una misma cosa. Cuanta más calma mental tenga uno, más capacidad de profundización y análisis tendrá también. Y, cuanta más capacidad de análisis y de

⁷ El *samsāra* se define como ‘ciclo de las existencias’ o ‘proceso de reiteración de nacimientos y muertes’, y está caracterizado por el sufrimiento, la transitoriedad o impermanencia y la ilusión.

profundización, más calma mental habrá. Primero tienes que hacer las etapas del *shiné*, y, cuando has desarrollado todas las etapas del *shiné*, empiezas con el *lhaktong*, que es *vipassanā*, que es la verdad, el buscar el yo, la conciencia del yo, dónde está el yo a través de la reflexión y el análisis. Entonces, pues bueno, hay varias maneras de hacer el *lhaktong*. Una de ellas es la reflexión y el análisis buscando el yo. ¿Por qué primero tiene que haber la base del *shiné* para esto? Porque, si no hay una base buena, pues se queda en un pensamiento.

[Lama Shezang, 19 de julio de 2018.]

Las enseñanzas del *shiné* no suelen darse hasta que no se han completado los llamados «cuatro preliminares especiales». Estos, en efecto, son previos a la meditación y sirven para reflexionar sobre la naturaleza de las cosas respecto a cuatro esferas: 1) sobre la dificultad de obtener la vida humana, con sus cualidades y libertades; 2) sobre la transitoriedad y la muerte; 3) sobre el karma, es decir, sobre la acción y sus consecuencias, y 4) sobre el defecto de la existencia física, ligada inevitablemente al sufrimiento.

Estas son las cuatro reflexiones comunes que siempre tienen que acompañar al meditador. Es gracias a que el meditador tiene presentes estas cuatro reflexiones que emprende su camino a la libertad interior, espiritual; justamente por ser muy consciente de estas realidades naturales, de la naturaleza de la vida, de la naturaleza de las cosas.

[Lama Maitri, 4 de julio de 2017.]

Todos estos pasos llevan finalmente a buscar refugio en el *buddha*, el ser despierto paradigma de la felicidad auténtica. En un orden más completo, la toma de refugio se hace extensible al *dharma* y la *shanga* (comunidad de practicantes), que, junto con el *buddha*, conforman las llamadas «tres joyas», también denominadas «tres refugios tántricos esotéricos». La práctica del refugio se expresa ritualmente con las postraciones,⁸ que acompañarán a la visualización. Con la postración ante el *buddha*, una vez visualizado ante nosotros, el refugio se vuelve perfecto: «Es como el antídoto al orgullo, al yo, como la renuncia a uno mismo» (Lama Maitri, 4 de julio de 2017).

⁸ La postración es el acto ritual mediante el cual el cuerpo participa del respeto expresado por la palabra y la mente. Habitualmente, se hacen tres postraciones cuando se entra en un templo o delante de un gran maestro. En el marco de los preliminares especiales, el practicante puede comprometerse a hacer hasta cien mil postraciones.

3. La visualización de deidades

El budismo nos dice que, durante la meditación, debemos hacer una introspección profunda de nuestro propio ser: ver cómo nos afectan las cosas, cómo somos afectados. Geshe Kelsang Gyatso (1995) recomienda centrar nuestra mente sobre sí misma y observar todo lo que en ella puede surgir: pensamientos, sensaciones corporales, cosas oídas, olores, sabores e imágenes. El practicante debe considerar cómo surgen todas estas cosas, de dónde vienen y a dónde van.

Asimismo, se puede meditar sobre objetos internos y sobre objetos externos. Entre los internos se encuentra, por ejemplo, la mente (en realidad, se dice que es muy beneficioso meditar sobre la mente para visualizarla en nuestro corazón). Los externos, por su parte, se relacionan con las visualizaciones rituales, como las del *buddha* o las de otras deidades. Las visualizaciones se consideran purificadoras y fundamentales en la tradición tántrica, pues constituyen una práctica interior muy profunda. La siguiente explicación —en unos términos tecnológicos y científicos que se aproximan a los de los transhumanistas— nos clarifica el proceso:

A lo largo de todo el ejercicio, los monjes visualizan deidades que invocan, y lo hacen con tal intensidad (se necesitan años de práctica para dominar esta técnica) que pueden verlas, al comienzo con los ojos cerrados pero luego con los ojos bien abiertos, como si estuviesen físicamente presentes. Esto contribuye de gran manera a hacerlas reales, pero una vez alcanzado el clímax de la meditación, los monjes van más lejos aún: buscan experimentalmente fundirse con los dioses que han evocado para apropiarse mejor de sus poderes y sus virtudes. En este acto se concierta un extraordinario ensamblaje de formas artísticas, pero no por el arte en sí, sino como una tecnología destinada a adaptar el espíritu humano a las longitudes de ondas de las deidades tutelares que son invocadas. [Smith, 1995, p. 159.]

¿Qué implicaciones tiene esa práctica interior? *A priori*, se trata de una práctica transformadora en potencia de la identidad del practicante; sacralizadora del *self* por medio de las deidades que sirven de modelo simbólico. Aunque imaginarias, dichas deidades son a la vez poderosos símbolos arquetípicos de y para la transformación del sujeto practicante, o al menos disponibles para su

íntima pretensión de cambio. Aquí, el tótem sacralizador de lo colectivo de Durkheim se convierte, además, en sacralizador de lo individual (un matiz individualista importante), pues fomenta la reversión de los procesos subjetivos y de identidad molestos hacia una nueva posición favorable existencialmente y temporal, pero que se supone puede ser conservada mediante la práctica regular y persistente del dharma.

Valga una paradoja mayor, entre otras: nos encontramos ante un sistema estructuralmente vacío de divinidad que, a la vez, está repleto de deidades. De hecho, lo está de tantas como candidatos o candidatas haya que consigan la iluminación. Aunque estas deidades sean elaboraciones mentales ilusorias llevadas a cabo en la meditación tántrica, se trabaja con ellas físicamente y están representadas también físicamente, con el máximo detalle y la máxima significación puesta en cada particularidad. Todo, en suma, está vacío: la vacuidad impregna todo lo que existe y nos rodea (solo de forma aparente). Aun así —hay que remarcarlo—, todo eso que existe y nos rodea (la materia) es útil y funcional para conseguir la libertad.

En efecto, se trabaja (esto es, se usa y perfecciona el complejo cuerpo/mente) con lo empíricamente existente y condicionado, que se manifiesta como tal y está «lleno», porque nos da una oportunidad para la mejora y la liberación. El «sí mismo» acaba siendo, si todo se encamina como debe, un «sí mismo» mejorado y empoderado. Estamos, pues, ante una construcción mental del yo, potenciado en el intervalo liminal de la experiencia espiritual y que deberá disolverse finalmente en el auténtico (y, de algún modo, posthumano) no-yo; en la no identidad propia, en definitiva.

La dualidad, forjada equívocamente en la distinción entre uno mismo y lo demás, debe superarse a través de la integración simbólica con la vacuidad, con el reconocimiento del vacío esencial unificador (*śūnyatā*). Vacuidad que, cabe insistir, no es igual a «nada», sino que resulta de la ley budista de la originación o creación dependiente y de la ausencia de sustancia de todas las cosas. Los fenómenos existen únicamente como producto de causas y condiciones y de forma interdependiente, razón por la cual se consideran «compuestos» o «condicionados» y, en esencia, «vacíos» de una realidad absoluta. No existen verdaderamente.

Por otra parte, cuando decimos que «se trabaja» con lo real (utilizando, de hecho, la misma expresión budista para la práctica), queremos aludir a los procesos de socialización del tantra, de las mismas visualizaciones rituales, que se asientan en unos patrones guía y responden a unas pautas de inicio y culminación concretas. En este sentido, posteriormente a la toma de refugio y como parte de un camino gradual, se contemplan las fases de generación (o de creación) y de disolución (o de consumación) de las meditaciones en las divinidades. Dentro de dichas fases, la visualización sigue unas instrucciones precisas y se llena de elementos simbólicos canalizadores en lo perceptivo y sensorial. El objeto de la meditación, las formas, los colores y las representaciones diversas toman un protagonismo central para lograr la identificación y la fusión del practicante con la divinidad.

Esa divinidad, en cualquier caso, es un agente que actúa y que afecta al practicante, el cual debe saber gestionar bien dicha interacción en lo que respecta a lo íntimo y subjetivo. Sobre la base de las instrucciones recibidas y aprendidas, la fenomenología de la experiencia propia sigue, pues, vigente:

No es una cosa fácil lo de las visualizaciones. Porque... esto en mi propia experiencia, ¿eh? Que solo es... muy subjetiva, ¿eh? Porque, claro, no estamos acostumbrados; no estamos acostumbrados a generar esto, y menos a creérselo. Este es el aspecto más importante: cuando generas esto, creerte de verdad que está sucediendo, ¿no? Cuando la divinidad está haciendo ciertas cosas, como tirando rayos de luz que van a tu corazón o a todos los seres, etcétera, etcétera, no es fácil que esto se convierta en algo realmente sentido, en algo que realmente tienes confianza de que sea así. Porque puede ser que se convierta... pues eso, como en un juego.

[Lama Shezang, 19 de julio del 2018.]

Faltaría añadir: un juego más de la ilusión. Cabe puntualizar, además, que, en un estadio más avanzado de las prácticas tántricas, a menudo las fases de creación y de consumación en las visualizaciones se consideran indiferenciadas. Y esto es así en la medida en que la fase de creación surge de la vacuidad de la mente, a partir de la cual se crea una imagen. Así, por ejemplo, al visualizar a Chenrezig, «podemos ver claramente su rostro, sus brazos, sus joyas, los diferentes colores: es la fase de creación; al mismo tiempo,

Chenrezig no tiene existencia material: es la fase de consumación» (Bokar Rimpoché, 2007, p. 53).

El hecho de autogenerarse o realizarse como un *buddha* es algo, obviamente, de gran relevancia simbólica. En esa fase de consumación, el practicante utiliza energías y cualidades espirituales del «ser arquetípico» que ha visualizado. Harvey (1989) señala que esta práctica es más poderosa cuando se realiza en la práctica tántrica conocida como «unión suprema» (*anutthara-yoga*). En ella, el meditador se visualiza a sí mismo como el *yidam*, tanto en su apariencia externa como en la configuración interna de su «fisiología» mística, que se basa en diferentes centros psicofísicos de energía en el interior del cuerpo (*cakra*). Obtiene de él un «orgullo divino», que, por supuesto, nada tiene que ver con su inverso profano. A través de dicha identificación con el *yidam*, se superaría toda dualidad aparente entre «dos» seres que son por igual manifestaciones de la mente/vacuidad/cuerpo del *dharma*. Harvey añade que esto también tiene el efecto de mostrar la naturaleza arbitraria de la identificación del ego.

El tantra incluye, en este sentido, técnicas avanzadas que permiten utilizar los diversos elementos del cuerpo físico en la práctica meditativa. En su mecánica ritual-simbólica, el yo se vuelve ilusorio en la relación meditador/*yidam*. Al identificarse con el *yidam*, el practicante se desidentifica del «sí mismo» ordinario y, como la deidad, se vuelve algo imaginario. Si el *yidam* es una construcción mental, él también lo es: todo es vacuidad, de la cual, en última instancia, el practicante deberá igualmente desapegarse. El proceso incluiría, junto con las afecciones, las correspondientes desafecciones, entre ellas, la visualización misma y la serenidad alcanzada por medio de la meditación: «Al visualizarse a sí mismo como la deidad, el adepto adopta parte de sus poderes y virtudes, que se expresan simbólicamente en los muchos detalles de su apariencia. Finalmente, la totalidad de la visualización se disuelve en la vacuidad, con el fin de superar cualquier apego a ella» (Harvey, 1998, p. 305).

Parece obvio que, en el plano del autoconvencimiento, superar apegos mediante este mecanismo lleva implícito afrontar dificultades personales fruto de la identificación con el mundo, el ego, el orgullo «no divino», los problemas y los propios sufrimientos; gestionar, en suma, el proceso en busca de un estado de plenitud y

felicidad: «La fase de consumación se refiere al final de la meditación, cuando todas las apariencias se disuelven en la vacuidad. Permanecemos entonces en la naturaleza de la mente que es, a la vez, ausencia de pensamiento y experiencia de felicidad» (Bokar Rimpoché, 2007, p. 52).

4. Avalokiteśvara o chenrezig, el *buddha* de la compasión

En el budismo, y en el budismo *vajrayāna* en particular, la figura del *bodhisattva* es esencial. Representa el retorno al mundo por compasión hacia los demás seres, para ayudarlos en su liberación. El *bodhisattva* es aquel que se ha comprometido a seguir el camino altruista de la *bodhicitta*: ir hacia el despertar por el bien ajeno. Entre los *bodhisattva* del tantra, destaca la figura ya mencionada de Avalokiteśvara o Chenrezig, junto con Tārā en la parte femenina y en sus diversas formas (Tārā Verde y Tārā Blanca, las más destacadas). Avalokiteśvara, el *buddha* de la compasión o *mahā-bodhisattva* trascendente, se presenta como «el que desde lo alto contempla lleno de compasión a los seres». Tārā, ‘la liberadora’ o ‘la salvadora’, es la principal deidad femenina de la compasión en el *mahāyāna* y en el *vajrayāna*. Ambas divinidades son una forma de felicidad y armonía (*sambhogakāya*) de Amitābha, uno de los cinco grandes *dhyani buddha* o *jina buddha*, al mismo nivel que Vairocana, Akshobya, Ratnasambhava y Amoghasiddhi.

Para el practicante, visualizar a Chenrezig es visualizar, en realidad, su propia cualidad y naturaleza compasiva y amorosa. La práctica de la compasión, considerada la más elevada de las virtudes,⁹ calma la mente y purifica el karma. En este contexto, concentrarse en la meditación de Chenrezig es abrir la mente a su color blanco de pureza, libre de todo velo. Es observar sus piernas cruzadas en postura *vajra*, que indican la unión de la compasión y la vacuidad, el no permanecer en los extremos de *saṃsāra* y *nirvana*;¹⁰ o sus cuatro brazos, que representan los cuatro inconmensurables: amor, compasión, alegría, ecuanimidad. Contemplar su único rostro, que reúne la esencia de todos los fenómenos en un solo saber.¹¹ Es también imaginar su reverso simbólico, airado y terrible, Mahakala, que, no obstante, es

⁹ Las *pāramitā* o virtudes trascendentales son seis: 1) desprendimiento y generosidad en la vida; 2) disciplina y comportamiento ético respecto a los demás; 3) paciencia frente a las dificultades; 4) constancia y alegre energía para el ejercicio; 5) meditación para la formación de la paz del espíritu, y 6) desarrollo de una comprensión profunda y de una sabiduría liberada.



una deidad a la vez protectora del *dharma* y que ayuda al practicante en su avance espiritual hacia la liberación.

En la rueda del *saṃsāra*, con las seis formas de la existencia que en ella aparecen, Chenrezig o Avalokiteśvara es representado como *kalyāṇamitra* (amigo espiritual) bajo la forma de un mendigo errante, con un bastón sonajero y un cuenco de limosnas para mendigar. En su imagen como deidad, la gema que lleva entre las manos y en su pecho es el néctar que representa el beneficio ilimitado para todos los «seres sintientes», que disipa su hambre y el sufrimiento que han acumulado. La flor de loto sobre la que se asienta simboliza la pureza, fundamentada en el proceso natural de florecimiento de la propia flor, que, al abrirse sobre el barro, no se contamina por la suciedad de alrededor (Achon, 2014).

El núcleo de la práctica de Chenrezig es la pronunciación de su mantra, el conocido «*oṃ maṇipadme hūm*», que contiene un significado purificador múltiple: del orgullo, los celos, el apego, la ignorancia, la avaricia y la rabia.¹² La recitación de mantras, especialmente la de este, es una parte fundamental del ritual

¹⁰ De hecho, opuesto al dualismo ilusorio del que hay que desprenderse, aparece el énfasis en la «vía media»; un concepto desarrollado por la escuela filosófica *mādhyāmika*, y por Nāgārjuna en particular, dentro de la gran tradición *mahāyāna*. Dicha vía representa, básicamente, una dialéctica que no tiende hacia ningún extremo del pensamiento y que no afirma ninguna opinión; que se contenta con permanecer en una actitud no fijada que conduce a la comprensión de la vacuidad de todas las cosas (Cornu, 2004). Para más detalles al respecto, véase, por ejemplo, Arnau (2018).

¹¹ Otra representación es la de Chenrezig de los mil brazos y de las once cabezas, con las que puede mirar hacia todas las direcciones.

¹² Cabe recordar que los mantras se definen como fórmulas sagradas enunciadas en sánscrito y recitadas de forma reiterada. En el mantra de Avalokiteśvara, las seis sílabas se vinculan con los seis *dhyani buddha*: «*om*», a Ratnasambhava; «*ma*», a Amoghasiddhi; «*ni*», a Vajradhara; «*pad*», a Vairocana; «*me*», a Amitābha, y «*hūm*», a Akshobya. Además, incluye un simbolismo cromático y se relaciona también con los seis ámbitos de la existencia de la rueda de la vida y con las seis *pāramitā*. Así, «*om*» emite luz blanca al mundo de los dioses y mitiga el sufrimiento de volver a renacer; el orgullo se transforma en estabilidad espiritual mediante la *pāramitā* de la meditación. «*Ma*» emite luz verde al mundo de los *asura* y mitiga el sufrimiento de la lucha continua; la envidia y los celos se transforman en la virtud de la paciencia. «*Ni*» emite luz amarilla al mundo de los humanos y mitiga el sufrimiento que causan la pobreza y la dependencia; la ignorancia se transforma en comportamiento ético mediante la *pāramitā* de la disciplina. «*Pad*» emite luz azul celeste al reino animal y mitiga el sufrimiento provocado por la escasez; la necesidad se transforma en energía gozosa. «*Me*» emite luz roja y mitiga el sufrimiento de los *preta* por el hambre y por la sed; la codicia y la frustración se convierten en generosidad. Por último, «*hūm*» emite luz azul oscuro y mitiga el sufrimiento por el frío y por el calor de los mundos infernales; el odio y la aversión se transforman en sabiduría (Dudka y Luetjohann, 2007).

tántrico (en la acción normativa con cuerpo, palabra y mente, la palabra refiere a los mantras). Durante el *sādhana*, su alto poder comunicativo y simbólico se conjunta con las técnicas y ejercicios corporales y la fuerza mental que debe imprimirse en las visualizaciones, en las que el control de la mente y la purificación que de ellas se deriva adquieren un profundo sentido transformador. Así, por ejemplo, una posibilidad es que, mientras el practicante recita el mantra en el *sādhana* de Chenrezig, en las visualizaciones de la deidad se la imagine emitiendo la luz blanca resplandeciente que emana de su cuerpo y que llega proyectada al propio practicante, o purificando a través de ella al universo entero. Chenrezig también difunde en el practicante la compasión absoluta hacia todos los seres, o, simplemente, hace que su espíritu descanse en su propia esencia (Dudka y Luetjohann, 2007).

5. Para concluir

A principios de este siglo, John Welwood, reivindicando la importancia de la espiritualidad oriental, ya apuntó su particular enfoque hacia lo transhumano o suprahumano. Escribió que las costumbres sociales y religiosas del Tíbet tradicional nos daban los cimientos sobre los que asentar, más allá de las relaciones y la colectividad humana, «un absoluto transhumano» (2013, p. 273), en un sentido no alienante de la propia humanidad y, a la vez, trascendente de la individualidad.

En el budismo tántrico, con el camino del *vajra* se quiere implicar esa trascendencia buscando un cambio profundo en el ser, esto es, alcanzar la realidad última-real más allá de la relativa o convencional y aparente. En el transhumanismo, la utopía trascendente y de transformación ontológica también está presente. Tanto en uno como en el otro, la aplicación tecnológica —sea tecnoespiritual o tecnocientífica— es el medio para conseguirlo. Discusiones filosóficas, críticas y escepticismos aparte,¹³ los dos sistemas se proponen la evolución y la mejora de la naturaleza humana sin límites que las obstaculicen. El ideal es buscar un cuerpo mejorado y una mente evolucionada, con más conocimiento y conciencia, mayor inteligencia, más creatividad y capaz de expresar emocio-

¹³ Una interpretación destacada sobre los posibles peligros de la biotecnología contemporánea aplicada según criterios transhumanistas fue, en su momento, la de Fukuyama (2002).

nes elevadas. Una mente que sirva, en última instancia, para lograr otro sentido de «humanidad».

No obstante, ambos sistemas activan la acción en el presente — aquí y ahora — para lograr ese fin, y lo hacen sobre la base de un comportamiento adecuado y ético. El budismo proporciona unos medios hábiles y un método (calificado a veces de científico o similar a él), de modo que, si la tecnología en sus diferentes versiones y aplicaciones psicobiológicas es el instrumento transhumanista, la meditación es el instrumento budista. Visto así, en el trabajo sistemático de moldeado de cuerpo y mente, la práctica meditativa budista vendría a ser una mejora del *software* transhumanista. Estaríamos, en definitiva, ante un común tecnohumanismo (Harari, 2016) racionalista, espiritual/científico, de expresión neurotecnológica, psicotecnológica y biotecnológica, en el que la exploración del cerebro y los procesos mentales adquiere un protagonismo central.

En este sentido, la neurociencia funcionaría como un nexo de aproximación importante entre budismo y transhumanismo; sistemas simbólicos de tránsito y *work in progress* ilimitado hacia una supuesta «perfección» y sus correspondientes representaciones, más allá de lo humano y desde el momento presente (limitado o samsárico). Uno y otro abordan la cuestión existencial de modo complejo y profundo, y en los dos aparece el problema de la vida y de la muerte. Sin embargo, también en ambos la vida predomina y se exalta a pesar de la muerte, la permanencia predomina a pesar de la impermanencia.

En efecto, el ciclo kármico y el continuo mental (o de la conciencia) budista nos devuelven recurrentemente a este mundo de ilusión, como garantizando la ansiada inmortalidad transhumanista: aun sin adherencia doctrinal a lo eterno, el karma acumulado nos hace volver una y otra vez; incluso el *bodhisattva* ya liberado regresa por compasión. En los dos sistemas, para concluir, el ideal del bienestar y la felicidad permanentes se sustenta en la realidad empírica y material de los vacíos y sufrimientos objetivos, que desde siempre han sido el centro de gravedad de la religión y de los proyectos utópicos.

Bibliografía

- Achon, J., 2014. *Luces y sombras de la integración de la iconografía budista en la sociedad occidental*. TFG. BAU, Centro Universitario de Diseño.
- Arnau, J., 2018. *Nāgārjuna: fundamentos de la vía media*. Barcelona: Alianza.
- Bokar Rimpoché, M. V., 2007. *Chenresi: claves para la meditación en la divinidad*. Huesca: Chabsöl.
- Bostrom, N., 2005. Valores Transhumanistas. *Instituto Ética, Racionalidad e Futuro da Humanidade* [en línea]. Disponible en: <www.ierfh.org> [Consultado el 20 de mayo de 2017].
- Bostrom, N., 2011. Una historia del pensamiento transhumanista. *Argumentos de Razón Técnica*, 14, pp. 157-191.
- Bourdieu, P., 2007. *El sentido práctico*. Madrid: Siglo XXI.
- Cornu, P., 2004. *Diccionario Akal del Budismo*. Madrid: Akal.
- Dalái Lama, 2007. *El mundo del budismo tibetano*. Barcelona: RBA.
- Diéguez, A., 2017. *Transhumanismo: la búsqueda tecnológica del mejoramiento humano*. Barcelona: Herder.
- Dudka, N. y Luetjohann, S., 2007. *Prácticas de meditación tibetana con tankas: percepción, comprensión y sabiduría*. Madrid: EDAF.
- Fukuyama, F., 2002. *El fin del hombre: consecuencias de la revolución biotecnológica*. Barcelona: Ediciones B.
- Goldstein, J. y Kornfield, J., 2016. *Vipassana: el camino para la meditación interior*. Barcelona: Kairós.
- Harari, Y. N., 2016. *Homo Deus: breve historia del mañana*. Barcelona: Debate.
- Harvey, P., 1998. *El budismo*. Cambridge University Press.
- Kalu Rimpoché, K., 1995. *Integrando lo esencial: enseñanzas de un lama tibetano*. Mora de Ebro: Publicaciones La Auspiciosa Rosa Blanca.
- Kalu Rimpoché, K., 2006. *Budismo vivo: tradición tibetana*. Huesca: Chabsöl.
- Kalu Rimpoché, K., 2011. *Budismo profundo*. Huesca: Chabsel.
- Kalu Rimpoché, K., 2012. *Budismo esotérico*. Huesca: Chabsel.
- Kelsang Gyatso, G., 1995. *El budismo en la tradición tibetana*. Barcelona: Thassàlia.
- Malinowski, B., 1993. *Magia, ciencia y religión*. Barcelona: Planeta DeAgostini.
- Mill, J. S., 1995. *La utilidad de la religión*. Madrid: Alianza.
- Smith, H., 1995. El budismo. En: *Las religiones del mundo*. Barcelona: Thassàlia, pp. 97-165.
- Tchöky Sengue, Lama, 2006. *Pequeño Léxico de Budismo Tibetano*. Huesca: Chabsöl.

- Vallverdú, J., 2012. El poder sobre el cuerpo y el poder del cuerpo religioso: dos casos para la comparación. *Revista de Dialectología y Tradiciones Populares*, 67, pp. 209-240.
- Welwood, J., 2013. *Psicología del despertar: budismo, psicoterapia y transformación personal*. Barcelona: Kairós.
- Zopa Rimpoché, Lama, 1995. *La puerta de la satisfacción*. Alicante: Dharma.