



ARTÍCULO | ARTIGO

Fermentario N. 7, Vol. 2 (2013)
ISSN 1688 6151

Instituto de Educación, Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación,
Universidad de la República. www.fermentario.fhuce.edu.uy

Faculdade de Educação, UNICAMP. www.unicamp.br

Cuidado de sí y más allá: pitagorismo, budismo y taoísmo

Alexander Valdenegro

Resumen:

Distintas tradiciones occidentales y orientales consideran necesario el desarrollo de ciertas prácticas para el cuidado de sí en relación a la muerte. Propondremos analizar los desarrollos que en este sentido se han dado en las tradiciones pitagórica, budista y taoísta. Para ello buscaremos dar respuesta a tres interrogantes de acuerdo estas tres corrientes de pensamiento, señalando sus puntos de encuentro y discrepancia. Las preguntas son: (1) ¿Por qué es necesario el cuidado de sí en lo relativo a la muerte?, (2) ¿Que papel cumple la filosofía en este cuidado de sí?, y (3) ¿Qué consecuencias tiene este cuidado de sí en relación al otro si este no ha alcanzado la iluminación antes de la muerte?.

Palabras clave: cuidado de sí, budismo tibetano, filosofía comparada, razón, pitagorismo, taoísmo.

Abstract:

Some Eastern and Western traditions considered necessary the development of certain practices for the care of the self in relation to death. We propose to analyze in a comparative way the Pythagorean, Buddhist, and Taoist point of view. To do it, we seek to answer three questions under these three schools of thought, noting their points of agreement and disagreement. The questions are: (1) Why this care of the self is required regarding to death?, (2) What role philosophy does in this care of the self?, and (3) What consequences has this care of the self in relation to the other if this person has not reached enlightenment before dying?.

Keywords: care of the self, comparative philosophy, Pythagoreanism, reason, Taoism, Tibetan Buddhism.

1. Introducción

Tanto en oriente como en occidente, distintas tradiciones religiosas y filosóficas prescriben el desarrollo de ciertas prácticas relativas al cuidado de sí que adquieren un significado particular cuando se las considera en relación a la muerte. En este trabajo analizaremos de modo comparativo las posturas pitagórica, budista y taoísta. Para ello estructuraremos el trabajo a modo de respuestas a tres preguntas: 1) ¿Por qué es necesario el cuidado de sí en lo relativo a la muerte?; 2) ¿Que papel cumple la filosofía en este cuidado de sí?; y 3) ¿Qué consecuencias tiene este cuidado de sí en relación al otro cuando este no ha alcanzado la iluminación antes de la muerte?

Dentro de las corrientes de pensamiento antes mencionadas nos concentraremos en aquellas doctrinas pitagóricas que encontramos en Platón, y que poseen cierto vínculo con el Orfismo¹; en cuanto al budismo, nos concentraremos en el budismo tibetano; y dentro del taoísmo, en ciertos métodos de alquimia interna (*neidan*). La selección de estas radica en los puntos de contacto que a nuestro entender se harán visibles a través de las respuestas.

¹ Varios especialistas han resaltado esta influencia del pitagorismo en Platón, un caso es Dillon (2000:527).

Debemos realizar una aclaración para aquellos quienes no se encuentren familiarizados con la doctrina budista temprana (aquella descrita en los Sutras atribuidos al Buda) y sus diferentes desarrollos en lo referente a este punto: el enunciado principal del budismo “consiste en una denegación formal de la existencia de un ego” (David-Néel, 1976b:148). Aquellos que aún hoy sostienen aquel enunciado principal son solo una minoría de intelectuales. En los diferentes desarrollos que ha tenido la doctrina, y sobre todo en el budismo tibetano, se sostiene la existencia de cierta identidad perdurable. Considérese suficiente esta aclaración a efectos de los tópicos a tratar, las aplicaciones particulares de la doctrina del no-yo y sus implicaciones acerca del más allá serán tratados en cada caso puntual.

2. Cuidado de sí en Oriente: filosofía y espiritualidad

La relación entre el conocimiento de sí y el cuidado de sí sufrió un quiebre cuando el cartesianismo enuncia que solo mediante el conocimiento se puede acceder a la verdad, lo que Foucault indica como el inicio de la Edad Moderna de la historia de la verdad en Occidente (Foucault, 1994:40). Por lo tanto, no se considera ya necesario que el sujeto realice modificaciones de su ser como un requisito para el acceso a la verdad.

Estudios en nuestro contexto han afirmado que esta separación no tuvo lugar en Oriente (Maya, 2009), y podríamos decir que dicha afirmación se puede sostener en un sentido genérico. Sin embargo, existe al menos una excepción configurada por una élite de intelectuales tibetanos estudiada por Alexandra David-Néel. Estos sostienen que la verdad (la iluminación espiritual) solo puede alcanzarse mediante el esfuerzo intelectual (David-Néel, 1976b:7-8; 1988:21).

R. Calabria (2010) ya ha realizado algunos señalamientos acerca de lo que podríamos llamar una concepción de cuidado de sí en oriente, al referirse a las indicaciones dadas por Zhuangzi: para este, ocuparse de sí es ocuparse del cuerpo, dado que la vida no va más allá de “la vida del cuerpo” y por tanto hay que ocuparse de ello. Otra visión acerca de ello lo podemos encontrar en Eskildsen (2006:373-374), quien señala que en ciertos métodos de alquimia interna Taoista (*neidan*) se considera necesario el desarrollo de prácticas

mentales y físicas de mejora del “sujeto” en su preparación para la muerte. Liebmann Schaub en su artículo “Foucault's Oriental Subtext” (1989:306) ha hecho referencia al vínculo existente entre los aportes teóricos de Foucault y el pensamiento oriental (especialmente el Budismo). El autor destaca el rol que Foucault asigna a las filosofías de oriente, como el “otro” de la filosofía occidental. Sin embargo no realiza una referencia directa al rol desempeñado por el concepto de cuidado de sí en dicha tradición.

3. El porqué del cuidado de sí para el más allá

Tanto pitagóricos, como budistas y taoístas coinciden en cuatro puntos en lo que respecta al cuidado de sí: 1) la creencia en que luego de la muerte existe otro tipo de existencia, 2) la cual está directamente relacionada con los actos realizados en vida; 3) que a través del conocimiento y el desarrollo de ciertas prácticas se puede modificar el resultado de lo que serían las consecuencias fatales de las leyes del universo; 4) que existen una serie de “meditaciones de emergencia” (Eskildsen, 2006) a ser utilizadas en caso de que, antes de la muerte, el sujeto no haya alcanzado el desarrollo de sí necesario para asegurarse la beatitud.

A continuación daremos una descripción documentada de cómo se justifica en cada una de estas corrientes de pensamiento la necesidad del cuidado de sí en relación a la muerte.

3.1 Pitagorismo

La creencia pitagórica en la inmortalidad y transmigración de las almas (*metempsychosis*) ha sido fundamentada y sostenida en base a diferentes testimonios como el de Diógenes Laecio: “si Pitágoras tiene razón respecto a la supervivencia del alma, el alma de Ferécides estaría gozando de una existencia feliz” (en Kirk, Raven, Schofield, 1983a:63). También es célebre el testimonio de Jenófanes:

“Dicen que, al pasar en una ocasión junto a un cachorro que estaba siendo azotado, sintió compasión y dijo: 'deja de apalearle, pues es el alma de un amigo la que he reconocido, al oír sus alaridos'.”

Si bien la existencia de una doctrina propiamente órfica es rechazada por por

Jaeger (1952:64). El cual sin embargo más adelante (1952:92) coincide con Nietzsche (2003:57) al referir a ellas como un punto en común entre órficos, pitagóricos y Platón: sobre todo en lo que respecta a las doctrinas de la transmigración e inmortalidad del alma. Las relaciones entre orfismo y pitagorismo son rescatadas también por Kirk y Raven (1983b:14), para quienes dichos movimientos “mutuamente se tomaron prestadas ideas y prácticas”, entre ellas las ideas y prácticas de purificación vinculadas al más allá (1983b:15).

La relación entre la doctrina pitagórica de la rueda de los nacimientos y su vinculación con el pensamiento platónico es resaltada también por Enrique Dussel (1970:24-25): “El sentido trágico de la existencia debía caer en el 'círculo de la necesidad', en la 'rueda de nacimientos' o 'regeneraciones' (*kyklos tés genéseos*). Platón mismo dijo que 'los vivos renacen de los muertos'.”

Otras de las fuentes para el estudio de la concepción pitagórica de la transmigración son los diálogos platónicos, *Fedón*, *República* y *Fedro* (Kahn, 2001:4). Estas fuentes deben ser tomadas con cautela, ya que como han señalado Kirk y Raven, Platón nos entrega una versión “coloreada” del pitagorismo (1983b:6).

En cuanto al porqué es necesaria la preparación para el más allá, Kirk y Raven (1983b:36) lo describen citando un poema de clara inspiración pitagórica atribuido a Píndaro:

“Los muertos, cuyas mentes son perversas, pagan inmediatamente su pena aquí (sc. sobre la tierra) —pero las faltas cometidas en el reino de Zeus son juzgadas bajo la tierra por quien pronuncia sentencia con odiosa necesidad.”

En resumen, de acuerdo a Kirk y Raven para los pitagóricos la preparación del iniciado es necesaria dado que el alma luego de la muerte es sometida a un juicio; y dependiendo de la vida que se halla llevado se obtendrá un premio o un castigo (1983b:37), en esto consiste la rueda de los nacimientos (*kyklos tés genéseos*). De acuerdo a Nietzsche es necesario para los pitagóricos que el alma expíe en esta vida, y en el más allá, antiguos pecados; para luego renacer en una nueva forma (Nietzsche 2003:57).

Existen estados intermedios, donde se puede renacer en la forma de un ser más noble. El iniciado, debe seguir ciertos hábitos para alcanzar la liberación

de ese ciclo de renacimientos. Como bien fue señalado por Wang (2009:283) estas creencias comunes a los órfico-pitagóricos, y rescatadas por Platón nos hacen recordar las doctrinas budistas del *karma* y *saṃsāra*.

3.2 Budismo

En el budismo, el cuidado de sí en relación a la muerte está ligado a la liberación de la ley del *karma*, mediante lo cual se logra la detención de la rueda de los nacimientos (*saṃsāra*). *Saṃsāra* en tanto que reencarnación, se entiende como “la transmigración eterna de una vida dentro de los seis reinos, entre ellos el paraíso, el infierno y el mundo humano, entre otros” (Wang, 2009:287-288). *Karma* es la ley que determina el destino de dichas reencarnaciones siguiendo una estricta ley de causa y efecto. Posee un aspecto externo (*vijnapti*), el cual se conforma por los actos verbales y no verbales de la persona; y el otro interno (*avijnapti*), que es generado por las ideas mentales y las intenciones ocultas. Estos dos aspectos se combinan para formar la ley del karma que se dice que es una especie de fuerza irresistible; uno puede evolucionar o involucionar dependiendo de la justicia o injusticia de sus acciones. Sin embargo la iluminación consiste en liberarse tanto de la evolución como de la degradación mediante la detención de la rueda del *karma*.

Como hemos señalado en la introducción, en este trabajo nos concentraremos en las doctrinas propias del Budismo Tibetano, y en cuanto al cuidado de sí en relación a la muerte, nuestra referencias serán las prácticas derivadas de la *Gran Liberación mediante la Audición en el Bardo*². Este clásico texto del budismo tibetano es comúnmente atribuido a Padmasambhava (S. V), sin embargo el autor histórico habría sido Karma Lingpa, quien habría vivido seis siglos antes que Padmasambhava (Cuevas, 2003:16-17). En occidente el título del texto es traducido como *Libro Tibetano de los Muertos*. Bardo refiere a los estados intermedios entre la muerte y el renacimiento (Cuevas, 2003:27):

“En tibetano, el término ha llegado a referirse a cualquier estado de realidad suspendida en el que un ser-en-transición se enfrenta a la naturaleza de la "realidad-como-tal" (*chos-nyid*). En el caso concreto

² Tibetano: *Bar-do thos-grol chen-mo*.

de paso después de la muerte, se sostuvo que a los muertos se les presenta una serie de oportunidades para el reconocimiento de la "verdad" real (*de-bzhin-nyid*) de ese momento. En consecuencia, en algunos círculos se sostiene que si el fallecido en determinados momentos es capaz de percibir correctamente las visiones del bardo confusas y a menudo aterradoras como simples proyecciones mentales que reflejan pensamientos y acciones de la vida anterior, entonces se dice que podrá lograr la budeidad. El no reconocer estas visiones, sin embargo, conduce finalmente al renacimiento y aún a más sufrimiento en el ciclo de la existencia (*saṃsāra*). Tradicionalmente, para ayudar a los viajeros difuntos a (re) hacerse una idea de su situación ambigua, un monje o laico calificado recitará las instrucciones guía y oraciones de inspiración que se encuentran en los textos funerarios especiales, los llamados *Libros tibetanos de los muertos*."

El bardo es interpretado como un esquema tripartito, que consta de las bases, el camino, y el resultado. Las bases refieren a la visión correcta de la "mismedad", el camino refiere al método para cultivar dicha visión, y el resultado consiste en lograr el fin buscado por dicha práctica (Cuevas, 2003:51). De acuerdo al nivel de penetración en las enseñanzas que se haya alcanzado se podrá establecer el éxito, se presume que aquellos que hayan desarrollado la "vista penetrante" no serán influenciados por las visiones del bardo y por lo tanto no volverán a ingresar al ciclo de los nacimientos.

3.3 Taoísmo

De acuerdo a la ontología taoísta temprana no se establece una creencia en la inmortalidad del alma separada del cuerpo. El espíritu, si bien es un tipo de elemento más sutil que los elementos del cuerpo, dado que emana directamente del Tao, no es inmortal. Ello conlleva la necesidad de que "el cuerpo se vuelva inmortal a fin de que pueda continuar sirviendo de hábitat para el espíritu" (David-Néel, 1976a:17).

Para el taoísmo en el cuerpo conviven diez almas (o espíritus³): tres superiores

³ Chino: *shen*.

y siete inferiores, ninguna de ellas es sin embargo inmaterial (1976a:21). Estas almas luego de la separación del cuerpo tienen un destino variado: las tres almas superiores (*houen*), tienen como destino las “Fuentes Amarillas”, un lugar subterráneo que no es específicamente un infierno. El sufrimiento que padecen estas almas consiste en la nostalgia de los placeres que el cuerpo le proveía. Las siete inferiores (*p'o*) deambulan en torno a los restos del cuerpo. Las diez almas pueden persistir por un cierto tiempo (gracias a ciertos rituales) pero si no vuelven a encarnarse en un cuerpo dejarán de ser (1976a:22).

Eskildsen afirma que para lograr escapar de esa cadena de deseos, que lleva a las distintas almas o espíritus a buscar nuevas encarnaciones, es necesario un refinamiento tanto de la mente como del cuerpo. Para ello en el Taoísmo se han desarrollado diferentes tecnologías, cuyo método primordial es la alquimia interna (*neidan*) (Eskildsen, 2006:374). Las prácticas de la alquimia interna procuran la consecución de un Espíritu refinado (que es puro *yang* en su constitución) que logre movilizarse a voluntad antes y después de la muerte del cuerpo físico (Eskildsen, 2006:374). Este Espíritu al que se aspira llegar (o regresar) consiste en una unión o combinación de los diez espíritus (los tres *houen* y los siete *p'o*) con la esencia y la energía⁴.

De acuerdo a la alquimia interna, existen tres “meditaciones de emergencia” (Eskildsen, 2006:381) para la muerte: ingresar en un útero, cambiar de cuerpo, o repeler los malos espíritus. La más deseable será siempre la última, la menos deseable y más extrema será la primera. Acerca de la descripción de esa primera meditación (que consiste en una serie de visualizaciones que el alquimista interno deberá reconocer, Eskildsen reconoce las similitudes con lo que hemos señalado anteriormente sobre el budismo tibetano: el desarrollo de una cierta visión a ser utilizada en los estados intermedios (2006:385). Mediante esta visión el alquimista podrá renacer y continuar con el proceso de refinamiento de su Espíritu.

4. Rol de la filosofía y la razón

Tanto para budistas como para los pitagóricos, cuyas doctrinas rescata Platón,

⁴ Chino: *jing* y *qi* respectivamente.

la filosofía juega un rol preponderante en la preparación para la muerte. Dillon (2000:525) cita unas conocidas palabras de Sócrates, en su diálogo con Simmias y Cebes: “Porque corren el riesgo cuantos rectamente se dedican a la filosofía de que les pase inadvertido a los demás que ellos no se cuidan de ninguna otra cosa, sino de morir y de estar muertos⁵.”

Nos interesa resaltar lo que en *Cármides*⁶ Sócrates desarrolla como *therapeia tés psychés* (cuidado del alma) (Platón 1985:333). Como Señala García Gual⁷ se da en esta doctrina platónica una transposición de conceptos místicos propios del orfismo y el pitagorismo al plano filosófico. Ahora es el filósofo, ya no el iniciado, quien accederá mediante los cuidados del alma en que consiste la filosofía, a la contemplación de las ideas luego de la muerte.

De acuerdo a las doctrinas órfico-pitagóricas recogidas por Platón, el cuerpo es una especie de prisión que obstaculiza la búsqueda del alma por la verdad (Dillon, 2000:533). Las enseñanzas filosóficas son, en este contexto, concebidas como medio para un fin:

“... a la estirpe de los dioses no es lícito que tenga acceso quien haya partido sin haber filosofado y no esté enteramente puro, sino tan sólo el amante del saber” (Platón, 1988:75)⁸.

Esto se debe a que la filosofía hace que el alma se de cuenta de su condición y mediante la persuasión logra liberarla. La conclusión a la que llega Sócrates, en respuesta a los argumentos de Simmias y Cebes sobre la necesidad de desarrollar las virtudes políticas, es que la suerte del alma dependerá del correcto conocimiento que esta logre de sí misma y no de la práctica de las virtudes morales (Wang, 2009:286).

Perreira (2010:248) señala que en el budismo, en especial en las doctrinas de Tsong Khapa se considera necesario el desarrollo de cierto tipo de conocimiento de sí mismo como preparación para la muerte (lo que el autor denomina *ars moriendi*), prácticas de morir antes de morir⁹. Realiza una clara descripción de aquello en lo que consiste la formación de un *bbikkhu* (monje), la cual se desarrolla mediante diferentes prácticas buscando el desapego del

⁵ *Fedón*, 64a, en Platón, 1988:39.

⁶ 157a.

⁷ En Platón (1988:15).

⁸ *Fedón* 82b-c.

⁹ “dying before dying”(Perreira, 2010:257).

monje por aquello que llama suyo. Estas prácticas de tipo ritual (pronunciar en voz alta los nombres de ciertas partes del cuerpo, en un cierto orden y luego repetirlos en el orden inverso), son acompañadas del estudio de las enseñanzas que se expresan en el *Annatalakkhana Sutta* (sutra en contra de un yo sustancial) y el *Satipatthana Sutta* (sutra acerca de los fundamentos de la atención).

Como hemos señalado con anterioridad, en la doctrina budista temprana existe la convicción de que es mediante un esfuerzo intelectual (acompañado de ciertas prácticas) que se alcanza la iluminación, y como consiguiente, se libera del ciclo de los renacimientos.

El programa que se ha de seguir para lograrlo podría resumirse en desarrollar cada uno de los pasos del óctuple sendero. Este es descrito en el *Dhammacakkappavattana Sutta*¹⁰, primer discurso del Buda:

“He aquí Oh monjes, alejados por igual de estos dos extremos el camino mediano descubierto por el tathāgata¹¹, el que crea el ojo, que crea el conocimiento, que lleva al sosiego, al conocimiento sobrenatural, al despertar completo, a la extinción.

Cuál es Oh monjes ese camino del medio descubierto por el tathāgata, el que crea el ojo, que crea el conocimiento, que lleva al sosiego, al conocimiento sobrenatural, al despertar completo, a la extinción (*nirvana*). Es la santa vía de ocho miembros, a saber, la opinión correcta¹², la intención correcta¹³, la palabra correcta, la actividad correcta, los medios de existencia correctos, el esfuerzo correcto¹⁴, la atención correcta, y la concentración correcta.”
(Bareau, 1981:133)

La “concentración correcta”, como fuera indicado por Robert Calabria (2006)¹⁵,

¹⁰ Pali: “Sutra de la puesta en marcha de la rueda de la ley”, conocido como *El sermón de Benares* (en Bareau, 1981:132-137).

¹¹ Pali/Sánscrito: “el que así ha venido, el que así se ha ido”.

¹² En algunas traducciones “la perspectiva correcta”.

¹³ En algunas traducciones “el pensamiento correcto”.

¹⁴ O la “diligencia” correcta.

¹⁵ En una serie de conferencias sobre budismo efectuadas en la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación durante 2006, de las cuales hemos realizado el desgravado y se encuentra pendiente de publicación.

ha sido traducida también como “la meditación correcta”. En el *Mahaparinibbana Sutta*¹⁶ se describen las cuatro meditaciones que con el fin de la liberación final se deben realizar: la primera consiste en la separación, producto de la reflexión y el razonamiento; la segunda es la unificación del pensamiento, desprovista de reflexión y razonamiento; la tercera consiste en la indiferencia producto de un estado atento y consciente, pero provista aún de un cierto placer; la cuarta meditación es pura indiferencia de la atención y la conciencia. Al igual que en el caso de Platón, es el autoconocimiento (*gnothi seauton*) lo que conduce a alcanzar estados de consciencia más satisfactorios (Wicks, 1997:482).

Para el taoísmo, como para casi toda la filosofía china, la razón resulta muchas veces un impedimento (Calabria, 2010). Esto es sin duda el efecto que ha tenido en la temprana filosofía china el énfasis en el aspecto práctico, y en la tardía, la influencia de Bodhidharma con la introducción del budismo en China. Sin embargo, así como en la segunda meditación del *Mahaparinibbana Sutta* la razón desaparece, esta fue necesaria para llegar a ese punto.

Como hemos señalado, a diferencia del método platónico, en la alquimia interna taoísta (*neidan*), el proceso autoconocimiento involucra tanto al cuerpo como a la mente (Eskildsen, 2006:374). El aprendizaje útil es en este contexto, sólo el aprendizaje de la Vía (*Tao*), el resto es inútil (Cleary, 2000:7). Esta vía del *Tao*, al igual que en el pitagorismo y el budismo, radica en el autoconocimiento y en el reconocimiento de la futilidad de los deseos (Cleary, 2000:9). El proceso meditativo que conduce a la liberación implica la razón, pero esta es concebida como herramienta limitada: “Los principios del mundo pueden ser investigados, sin embargo no pueden ser investigados en su totalidad” (Cleary, 2000:9).

Existe una similitud entre el estatus del pensamiento en la filosofía del Tao y el budismo *ch’an* (en China, *zen* en Japón). Se advierte que el pensamiento es el medio para ingresar en la Vía de la liberación, pero a su vez, el propio pensamiento puede ser una causa que obstruya la Vía. Por ello, al igual que en las meditaciones budistas, es necesario detener el pensamiento: eso solo se logra mediante el autoconocimiento (Cleary, 2000:30).

¹⁶ Pali: “Sutra de la gran liberación”, también traducido como *El gran despertar* (Bareau, 1981:127-132).

5. Cuidado de sí en relación al otro: “meditaciones de emergencia”

En el punto anterior hemos señalado el papel de la razón y las enseñanzas filosóficas en el cuidado de sí que tienen implicaciones referentes a la muerte. Sin embargo es posible que el sujeto ante la muerte inminente no haya alcanzado el autoconocimiento necesario para asegurar su beatitud. Para ello cada una de estas corrientes de pensamiento admiten lo que Eskildsen (2006) denomina “meditaciones de emergencia”, las cuales han sido concebidas para ser utilizadas en caso de que, antes de la muerte, el sujeto no haya alcanzado el desarrollo de sí necesario para asegurarse la beatitud. Si bien Eskildsen utiliza este concepto para referirse solo al contexto de la alquimia interna Taoista, en este trabajo lo utilizaremos para referir también a meditaciones similares que hemos constatado, fueron desarrolladas en contextos pitagóricos y budistas.

En el ámbito pitagórico, estas meditaciones de emergencia se encuentran implícitas en lo que Bernabé y Jiménez San Cristóbal (2008) han denominado “instrucciones para el más allá”. Extraídas de un gran número de “tablas doradas” atribuidas a los órficos, estas instrucciones van dirigidas a aquellos que no han alcanzado la iluminación en vida.

La función de estas instrucciones que se le deberían leer a quien había muerto era evitar que el iniciado se confundiera, sienta temor, y olvide lo aprendido en los misterios (Bernabé y Jiménez, 2008:55). Se hace un especial énfasis en la memoria (*Mnemosyne*) como forma de escapar de renacimientos en formas no deseadas o inferiores (Bernabé y Jiménez, 2008:15). Al igual que en el *Mahaparinibbana Sutta* el Buda luego de las cuatro meditaciones recuerda sus vidas anteriores, es célebre la anécdota que ubica a Pitágoras afirmando ser capaz de recordar vidas pasadas. La anamnesis es una parte fundamental del proceso de liberación, por medio de la anamnesis también se logra la purificación del alma. El hecho de que estas meditaciones de emergencia estén centradas en la memoria no es casual, como afirman Bernabé y Jiménez, el término griego para verdad (*aletheia*) etimológicamente significa “ausencia de olvido”, con lo cual recordar significa conocer (Bernabé y Jiménez, 2008:17; Graff y Johnston, 2011:117-118), y como hemos señalado antes, el

conocimiento (la filosofía) es para órfico-pitagóricos y Platón, el paradigma de la liberación.

En el caso del Budismo, sobre todo el Budismo Tibetano, tiene en el *Libro Tibetano de los muertos* un claro manual de instrucciones. Este debe ser leído para que quien transita por el bardo pueda seguir las meditaciones correctas. Quien transita por el bardo no es ni el alma (*psyche*) pitagórica, ni el espíritu (*shen*) Taoísta: quien transita el bardo es el *namshés*¹⁷. Este es el principio cognoscitivo que aprehende lo que se encuentra en contacto con cada uno de los sentidos. Habría en principio, un *namshés* correspondiente a cada sentido: el más célebre sería el que se genera la idea de “yo”, el cual corresponde al sentido interno del espíritu (David-Néel, 1976a:47).

Aquel que no haya alcanzado el autoconocimiento suficiente como para liberarse de la rueda de nacimientos, deberá ser guiado a través del bardo, por una voz que le ayude a reconocer que todo lo que surge allí no es más que producto de su imaginación, incluida la idea de “yo”.

La lectura del *Libro Tibetano de los muertos* procura dar a la persona sucesivas oportunidades de iluminación durante la experiencia del bardo (Wicks, 1997:479). La memoria aquí también es fundamental: se procura que el *namshés* recuerde las enseñanzas y deje de lado los temores que puedan surgir. Si bien debe recordar quién es en un principio, luego, y como meditación final, deberá reconocer lo ilusorio de su personalidad, rechazando toda creencia en un ego (David-Néel, 1976a:60).

En la alquimia interna Taoísta hemos mencionado tres “meditaciones de emergencia” (Eskildsen, 2006:381): ingresar en un útero, cambiar de cuerpo, y repeler los malos espíritus. La recomendable será siempre la última: repeler los malos espíritus, la cual está vinculada directamente con la medicina china. Se logra repeler los malos espíritus solo mediante un control detallado de los trayectos que la energía (*qi*) realiza por el cuerpo, esto implica ciertos hábitos específicos de *nutrición* (Calabria, 2010). Los malos espíritus no son otra cosa que enfermedades que pueden dañar el cuerpo, el cual como hemos dicho, es el que puede ser inmortalizado. Esta es la más deseable porque en cierto sentido puede impedir que la muerte se concrete.

¹⁷ Forma abreviada de *namparshéspa*: conocedor de todo, en tibetano.

La menos deseable y más extrema sería la primera: el alquimista interno deberá identificar mediante el desarrollo de una cierta visión (que consiste en una serie de visualizaciones que el alquimista deberá reconocer). Eskildsen reconoce las similitudes con lo que hemos señalado anteriormente sobre el budismo tibetano: el desarrollo de una cierta visión a ser utilizada en los estados intermedios (2006:385). Mediante esta visión el alquimista podrá renacer en otro cuerpo y continuar con el proceso de refinamiento de su Espíritu.

La meditación intermedia: cambiar de cuerpo, permite ahorrarse los males de vivir de nuevo los pormenores de la vida inmadura. El alquimista interno puede seleccionar un cuerpo maduro, que le permita seguir purificando su espíritu sin tener que esperar un tiempo innecesario. Esta si bien es más deseable que la primera meditación sigue siendo defectuosa, ya que al entrar en otro cuerpo, el espíritu del alquimista interno deberá educar a su nuevo cuerpo (Eskildsen, 2006).

6. Conclusiones

A modo de conclusión recapitularemos lo desarrollado: tanto pitagóricos, como budistas y taoístas coinciden en cuatro puntos en lo que respecta al cuidado de sí:

1. La creencia en que luego de la muerte existe otro tipo de existencia, debido a lo cual es necesario un cierto cuidado de sí con vistas al más allá.
2. Que el destino que espera al alma/espíritu/namshés luego de la muerte está directamente relacionado con los actos realizados en vida.
3. Que a través del conocimiento y el desarrollo de ciertas prácticas se puede modificar el resultado de lo que serían las consecuencias fatales de las leyes del universo.
4. Que existen una serie de “meditaciones de emergencia” a ser utilizadas en caso de que, antes de la muerte, el sujeto no haya alcanzado el desarrollo de sí necesario para asegurarse la beatitud.

En cuanto a las implicaciones acerca de la persistencia de un “yo”, sólo en el pitagorismo encontramos que este postulado se mantiene. Tanto en el budismo

como en el taoísmo, es parte necesaria para la liberación la aceptación de lo ilusorio del “yo”. Este es concebido como una elucidación, que si bien es necesaria para lograr el fin buscado, debe ser abandonada como una escalera wittgensteiniana¹⁸.

¹⁸ En el aforismo 6.54 de su *Tractatus Logico-Philosophicus* Wittgenstein (1963:151) expresa lo siguiente “My propositions serve as elucidations in the following way: anyone who understands me eventually recognizes them as nonsensical, when he has used them as steps to climb up beyond them. (He must, so to speak, throw away the ladder after he has climbed up it.) He must transcend these propositions, and then he will see the world aright.”

Referencias Bibliográficas

- Bureau, A. (1981) **Buda**. Edaf. Madrid.
- Bernabé, A.; Jiménez San Cristóbal, A. I. (2008) **Instructions for the Netherworld: The Orphic Golden Tablets**. Brill. Boston.
- Calabria, R. (2006) “Tópicos sobre budismo”. Conferencias dictadas en la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación durante 2006. Se cuenta con audios parciales que ya han sido desgravados cuya publicación se encuentra pendiente.
- Calabria, R. (2010) “El cuidado de sí en el taoísmo y la medicina tradicional china: breves e introductorias reflexiones a propósito de *Nourrir la vie* de Francois Jullien”. En: **Fermentario**. Revista Electrónica. Número 4 (2010). Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Universidad de la República. Montevideo. Disponible en: <http://www.fermentario.fhuce.edu.uy/index.php/fermentario/article/view/49> (Acceso: 25 de abril de 2013).
- Cleary, T. (trad.) (2000) **Taois Meditation**. Shambala. Boston.
- Cuevas, B. J. (2003) **The Hidden Histoy of *The Tibetan Book of the Dead***. Oxford University Press. New York.
- David-Néel, A. (1976a) **Inmortalidad y Reencarnación**. Editorial Dédalo. Buenos Aires.
- David-Néel, A. (1976b) **Textos tibetanos inéditos** (2ª edición). Editorial Kier. Buenos Aires.
- David-Néel, A. (1988) **Místicos y Magos del Tibet**. Ediciones Índigo. Barcelona.
- Dillon, M. (2000) “Dialogues wit Death: The Last Days of Socrates and the Buddha”. En: *Philosophy East and West*. Vol. 50(4). Hawai'i. pp. 525-558. Disponible en: <http://www.jstor.org/stable/1400282> (Acceso: 16 de agosto de 2012).
- Dussel, E. (1970) **Para una de-strucción de la Historia de la Ética**, Tomo I. Editorial Ser y Tiempo. Barcelona.
- Eskildsen, S. (2006) “Emergency Death Meditations for Internal Alchemists”. En: *T'oung Pao*. Second Series, Vol. 92 (4/5). pp. 373-409. Disponible en:

<http://www.jstor.org/stable/4529048> (Acceso: 27 de abril de 2012).

Foucault, M. (1994) **Hermenéutica del sujeto**. Ediciones de la Piqueta. Madrid.

Graff, F. y Johnston, S. (2011) **Ritual texts for the Afterlife**. Routledge. Oxon, UK.

Jaeger, W. (1952) **La teología de los primeros filósofos griegos**. Fondo de Cultura Económica. México.

Kahn, C. H. (2001) **Pythagoras and the Pythagoreans**. Hachet Publishing Company. Indianapolis.

Kirk, G. S.; Raven, J. E.; Schoffield, M. (1983a) **Los Filósofos presocráticos** (2da. Edición, Tomo 1). Gredos. Madrid.

Kirk, G. S.; Raven, J. E.; Schoffield, M. (1983b) **Los Filósofos presocráticos** (2da. Edición, Tomo 2). Gredos. Madrid.

Liebmann Schaub, U. (1989) "Foucault's Oriental Subtext". En: PMLA, Vol. 140(3). Modern Language Association of America. New York. pp.306-316. Disponible en: <http://www.jstor.org/stable/462440> (Acceso: 2 de mayo de 2013).

Maya, S. (2009) "La Inquietud de Sí" en el pensamiento de J. E. Rodó: una luz para aprender a envejecer". En: **Fermentario**. Revista electrónica. Número 3 (2009). Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Universidad de la República. Montevideo. Disponible en: <http://www.fermentario.fhuce.edu.uy/index.php/fermentario/article/view/22>

(Acceso: 2 de mayo de 2013).

Nietzsche, F. (2003) **Los filósofos preplatónicos**. Editorial Trotta. Madrid.

Perreira, T. L. (2010) "'Die before you die': Death Meditation as Spiritual Technology of the Self in Islam and Buddhism". En: The Muslim World. Vol. 100 (2-3). Oxford, UK. pp. 247–267. DOI: 10.1111/j.1478-1913.2010.01319.x

Platón (1985) "Cármides". En: Platón (1985) **Diálogos** (Tomo I). Editorial Gredos. Madrid.

Platón. (1988) "Fedón". En: Platón (1988) **Diálogos** (Tomo III). Editorial Gredos. Madrid.

Wang, K. (2009) "Plato's poetic wisdom in the myth of Er". En: Frontiers of Philosophy in China. Vol. 4(2). The Netherlands. pp. 282-293. Disponible en: <http://www.springerlink.com/index/10.1007/s11466-009-0018-1> (Acceso: 3 de junio de 2013).

Wicks, R. (1997) "The Therapeutic Psychology of The Tibetan Book of the

Dead". En: Philosophy East and West. Vol. 47(4). Hawai'i. pp. 479-494.
Disponible en: <http://www.jstor.org/stable/1400299> (Acceso: 21 de agosto de 2012).

Wittgenstein, L. (1963) **Tractatus Logico-Philosophicus**. Routledge & Kegan Paul. London.