

Introducción

por Adriano Clemente

El conocimiento transmitido por los maestros de la enseñanza Dzogchén¹ (*rdzogs chen*) no es de tipo intelectual ni está condicionado por los principios de una ideología religiosa o filosófica. Tiene que ver con la realidad de la experiencia humana en su inmediatez. Dzogchén significa «perfección» o «completitud» (*rdzogs*) «total» (*chen*): el estado primordial de todo individuo; una potencialidad absoluta que, mediante infinitas formas de energía, por igual puede manifestarse como la dimensión de confusión e infelicidad propia de la transmigración, samsara, o como la dimensión de Iluminación, la condición más allá del sufrimiento, nirvana.

Los seres humanos, en su condición relativa en el espacio y el tiempo, viven y actúan mediante los tres aspectos o niveles de la existencia: cuerpo, voz y mente.

Por cuerpo se entiende, además del cuerpo físico, la totalidad de la dimensión material relacionada con la percepción sensorial, la única dimensión de la cual las personas son generalmente conscientes.

La voz representa la energía, un nivel de existencia sutil que le da vida a la esfera material. En los seres humanos esta energía consiste principalmente en la fuerza vital *prana*, que está íntimamente ligada a la respiración. Debido a que es a través de la respiración que se producen los sonidos vocales, se emplea el término *voz*.

Y mente es el aspecto más secreto de la existencia humana, que es invisible. Todas las personas piensan, pero nadie puede definir el origen o la naturaleza de sus propios pensamientos. Sin embargo, es la mente la que, más que ningún otro factor, condiciona y determina el curso de nuestras vidas, mediante ideas, sentimientos y actitudes.

Estos tres aspectos de la existencia son interdependientes: si el cuerpo está enfermo, ello puede influir sobre la esfera de la energía, la cual a su vez puede causar un desequilibrio a nivel mental. Más aún, si la mente se encuentra en un estado de confusión o depresión y esta condición persiste, puede crear trastornos a nivel energético, y como consecuencia puede desequilibrarse la dimensión del cuerpo. O también, en algunos casos, como en el de enfermedades que se consideran muy difíciles de curar, es el mismo nivel energético el que ha sido afectado directamente y a partir del cual el desequilibrio se manifiesta en el cuerpo. Este proceso, sin embargo, puede revertirse: a través de un aspecto dado del cuerpo, de la voz o de la mente, uno podría ser capaz de descubrir la causa de las alteraciones y de esa forma identificar los medios para eliminarla, tarde o temprano, restableciendo el equilibrio original.

El cuerpo, la voz y la mente constituyen la «condición relativa» de la vida humana; sin embargo, son manifestaciones o reflejos del estado primordial del individuo, más allá del tiempo y de la acción. No obstante, es por medio de nuestra condición relativa que somos capaces de descubrir o reconocer nuestro estado verdadero, del mismo modo en que reconocemos un espejo observando lo que se refleja en él. En el Dzogchén la enseñanza es una transmisión directa de conocimiento: un conocer, que es el estado mismo de perfección original inherente a cada individuo y, por lo tanto, siempre presente en todos nosotros. Empero, ignoramos este estado de conocimiento debido a los arraigados hábitos de la mente, a nuestro dualismo, que se hace evidente en nuestra tendencia a juzgar lo que nos rodea. Un maestro es alguien que ha obtenido la realización del conocimiento primordial intrínseco y lo comunica a través de diferentes medios; su transmisión es en sí misma la esencia de la enseñanza.

Tal como se la conoce actualmente, la enseñanza Dzogchén se encuentra en las dos principales tradiciones espirituales del Tíbet: el budismo y el Bön, de las cuales puede considerársela como el corazón mismo. El budismo consta de dos tradiciones fundamentales, basadas respectivamente en las escrituras de los *sutras* y de los *tantras*. Los *sutras* consisten en los discursos que se atribuyen al Buda Shakyamuni, el Buda histórico, que vivió en la India en los siglos VI y V a.C. Forman la base moral y filosófica de dos senderos diferentes: el Hinayana o «pequeño vehículo» y el Mahayana o «gran vehículo».

La tradición Hinayana, a la cual pertenece la escuela Theravada, se desarrolló principalmente en la parte sur del subcontinente indio. Se basa en lo que podríamos designar como las primeras enseñanzas del Buda, que se iniciaron con su renombrado sermón sobre las Cuatro Nobles Verdades: la del sufrimiento, la de su origen, la de la posibilidad de su cesación y la del sendero que lleva a dicha cesación. La causa del sufrimiento se identifica como deseo y apego, ambos basados en la errónea convicción de que tenemos un «yo» que existe. Para poner fin al deseo y el apego, es necesario eliminar la creencia en el «yo», renunciando a todos aquellos factores que puedan incrementarla o dotarla de importancia. Por este motivo quienes se adhieren al Hinayana encuentran necesario hacerse monjes, tal como lo hiciera el propio Buda Shakyamuni, y seguir estrictamente las reglas de la disciplina monástica.

La tradición Mahayana, que surgió en el norte de la India y se difundió principalmente por China, el Tíbet y Japón, se basa en un ciclo de escrituras que los seguidores del Hinayana consideran apócrifas. La esencia de estas enseñanzas, tal como se la presenta en la literatura de los *prajñaparamitasutras*, es el principio de la «vacuidad» (*shunyata*): la ausencia de una naturaleza propia tanto en los individuos como en los fenómenos, la cual constituye la verdadera condición de la existencia. El conocimiento de esta condición se denomina *prajñaparamita*, la «sabiduría más allá del intelecto», que es la base de la compasión universal. De acuerdo con la tradición del *prajñaparamita*, todos los principios expuestos por el Buda en sus

diferentes enseñanzas tienen valor relativo y provisional, pues su único propósito es conducir al individuo al descubrimiento del conocimiento que se halla libre de conceptualización. Sin embargo, a lo largo de la práctica de la meditación que tiene como propósito la comprensión no-conceptual de la vacuidad, se le asigna gran importancia al entrenamiento mental en la compasión y a la intención de llevar a cabo acciones por el beneficio de todos los seres.

También el Vajrayana o Tantrayana es parte del Mahayana. Tantra significa literalmente «continuidad» y se refiere al estado primordial de la mente y su energía. Los tantras –término que indica las enseñanzas mismas– se originan de la manifestación pura de un individuo completamente iluminado en la dimensión inmaterial más allá del tiempo denominada *sambhogakaya*. A fin de tener una idea de la naturaleza de esta dimensión, hay que comprender el principio de los tres cuerpos o dimensiones (*kaya*) del estado de Iluminación. El cuerpo, la voz y la mente, los tres aspectos fundamentales del individuo, están condicionados y limitados por el dualismo y las pasiones, y por lo tanto son la causa de la confusión y el sufrimiento. Ahora bien, cuando uno descubre su verdadera naturaleza, el estado primordial de Iluminación, estos tres aspectos se manifiestan en su condición original, purificada. El estado verdadero de la mente, la inseparabilidad de vacuidad y claridad, se manifiesta como el *dharmakaya*, la dimensión de la esencia de la existencia. El estado verdadero de la voz, la energía pura del individuo, se manifiesta como el *sambhogakaya*, la dimensión

de la pureza de los cinco elementos,² imperceptible para los seres ordinarios. El estado verdadero del cuerpo, el aspecto material de esta energía pura, se manifiesta como el *nirmanakaya*,³ la dimensión en la cual se experimenta la dualidad entre el sujeto y el objeto.

Cuando se explica que las enseñanzas de los tantras provienen de la dimensión del *sambhogakaya*, ello significa que la potencialidad de un individuo iluminado es tal que se manifiesta en una forma particular que se corresponde con la naturaleza y características de seres de una especie que puede entrar en contacto con dicha dimensión. Esta forma, denominada «deidad» (*deva*), representa el estado del individuo como centro de una dimensión que se despliega en cuatro direcciones denominada «mandala». El individuo que recibe esta visión más allá del espacio y el tiempo la comunica utilizando palabras que él o ella escribe en textos llamados tantras. La manifestación pura de la deidad se usa, entonces, como el medio o método para descubrir el estado primordial mediante la visualización de la deidad y la vibración del mantra de la deidad.⁴ De este modo, la condición dualista impura se transforma completamente en la dimensión pura del *sambhogakaya*.

Históricamente, la tradición budista tántrica se desarrolló en el norte de la India⁵ y en Nepal y más tarde se difundió ampliamente por todo el Tíbet. Hay diferentes clasificaciones de los tantras de acuerdo con las características y métodos de práctica que en ellos predominan. En la tradición tántrica introducida en el Tíbet en el siglo VIII por el gran maestro Padmasambhava de

Oddiyana, luego conocida como la tradición antigua o Nyingma (*rnying ma*) del Tíbet, los tantras se subdividieron en dos series: los tantras externos y los tantras internos. Los tres tantras externos, Kriya, Ubhaya y Yoga, se basan fundamentalmente en los principios de purificarse y prepararse para recibir la sabiduría de los iluminados. Los tres tantras internos, Mahayoga, Anuyoga y Atiyoga, comprenden tres métodos diferentes de práctica. Los primeros dos constituyen el «sendero de transformación» propio del tantrismo, pero mientras que el Mahayoga se basa en el principio de la visualización gradual y detallada, el Anuyoga utiliza métodos de visualización instantánea en los cuales la presencia intuitiva de la deidad es más importante que los detalles de su forma. El Atiyoga o Yoga Primordial es el sendero del Dzogchén y su método no es el de transformación del tantrismo, sino el de autoliberación, que se discutirá más adelante.

Otra subdivisión de los tantras es la propia de la tradición moderna o Sarma (*gsar ma*), seguida por las escuelas Kagyü, Sakya y Gelug⁶ del budismo tibetano. Todas estas escuelas surgieron de la segunda propagación del budismo en Tíbet, que comenzó en el siglo XI. De acuerdo con esta clasificación, los tantras son de cuatro tipos: los tres tantras inferiores, que corresponden a los tres tantras externos de la tradición antigua, y una categoría de tantras superiores denominada *anuttara*, subdividida en tantras paternos, maternos y no-duales. El principio en el que se basan los tantras superiores es el mismo que el del Mahayoga. Por lo tanto, el Anuyoga es un método de práctica particular de la tradición Nyingma.

Ahora consideremos el Dzogchén: en sus textos originales se dice que desde la más remota antigüedad –desde la era primordial– doce maestros han transmitido la enseñanza Dzogchén. Más aún, se explica que esta transmisión se encuentra en trece sistemas solares aparte del nuestro, y que en nuestro planeta solo tenemos un número limitado de sus escrituras. Aunque es difícil conferirle una validez histórica a tales afirmaciones, podemos inferir el principio según el cual, en esencia, el origen de la enseñanza Dzogchén no puede asignarse a una era histórica en particular o circunscribirse a la dimensión humana. En lo que respecta a las enseñanzas Dzogchén, tal como se las encuentra en la tradición budista tibetana, el primer maestro fue Prahevajra, Garab Dorje en tibetano, quien nació en Oddiyana en una fecha no especificada posterior al *parinirvana* o desaparición física del Buda.⁷ Reconocido como una manifestación *nirmanakaya*, él recibió la transmisión de las enseñanzas Dzogchén directamente del *sambhogakaya* Vajrasattva. Aunque dichas enseñanzas no están basadas en el principio del sendero de transformación, que es propio del tantrismo, también se las conoce como tantras, y fueron escritas y transmitidas a algunos de los más importantes eruditos y maestros budistas tántricos de esa época.⁸ Por eso podemos decir que para ser comunicado en ese tiempo particular, el conocimiento del Dzogchén –que está más allá de las limitaciones de las palabras y de los conceptos– fue transmitido por medio de los principios del budismo.

Desde el tiempo de Garab Dorje, las enseñanzas Dzogchén se fueron transmitiendo de maestro a discípulo, hasta la época

en que la tradición tántrica budista fue introducida en el Tíbet bajo el auspicio del rey tibetano Trisong Deutsen.⁹ Siguiendo el consejo de Padmasambhava, el rey envió a Oddiyana y a la India a Vairochana, uno de los siete primeros monjes tibetanos budistas ordenados en el Tíbet. Cuando llegó a Oddiyana, recibió todas las enseñanzas Dzogchén de la serie de «la naturaleza de la mente» (*sems sde*) y de la serie del «espacio» (*klong sde*) a los pies del maestro Shri Simha. Cuando regresó al Tíbet, comenzó a transmitírselas a unos pocos discípulos selectos, incluido el rey. Más adelante, se invitó al Tíbet al maestro Vimalamitra, originario de Cachemira, quien introdujo la tercera serie de enseñanzas Dzogchén, la serie de las «instrucciones secretas» o Upadesha (*man ngag sde*). Luego el mismo Padmasambhava transmitió también enseñanzas relacionadas con la serie de «instrucciones secretas», las cuales fueron redescubiertas en siglos posteriores como *termas*.¹⁰ Puesto que todas las enseñanzas introducidas en el Tíbet durante este período fueron posteriormente clasificadas como pertenecientes a la tradición Nyingma, también se incluyeron entre las escrituras de esta tradición tántrica los tantras del Dzogchén, que habían sido traducidos al tibetano a partir de los textos originales en lengua de Oddiyana o en sánscrito.

Sin embargo, el principio enseñado en los tantras del Dzogchén no es el de la transformación de las pasiones en sabiduría, ni su método de práctica se basa en la visualización o recitación de mantras. El Dzogchén enseña el camino de la autoliberación, en el cual se considera que no hay nada que rechazar o

que transformar. El conocimiento del propio estado es en sí mismo la única base, el único sendero y el único fruto. Para desarrollar y descubrir este conocimiento, se utilizan diferentes métodos de práctica, todos los cuales tienen como objetivo llevarlo a uno al estado de contemplación, es decir a la «presencia instantánea, pura y no dual» o *rig pa*, que es la base de la autoliberación. De aquí la importancia de no confundir el principio de transformación propio del tantrismo con el de la autoliberación, que es particular del Dzogchén.

En el Tíbet, la enseñanza Dzogchén siempre ha mantenido sus características originales y, de hecho, nunca se transformó en una escuela, porque su naturaleza más íntima excluye desde el principio cualquier tipo de sectarismo o condicionamiento limitante. En efecto, el Dzogchén ha sido y sigue siendo hoy practicado por maestros y discípulos que pertenecen a todas las escuelas, tanto la de la tradición antigua como las modernas.¹¹

Antes del advenimiento del budismo había en el Tíbet otra religión, que era una confluencia de tradiciones predominantemente ritualistas, conocida como Bön. Estas tradiciones estaban basadas en el principio de la interdependencia entre las energías internas del individuo y las energías externas personificadas o dominadas por diferentes clases de seres poderosos, invisibles para los seres humanos. Con la aparición del maestro Shenrab Miwo,¹² quien vivió en Shang Shung (*zhang zhung*) —un reino cuyo centro se encuentra en el Tíbet occidental en torno al monte Kailash y al lago Manasarovar—, estas tradiciones se transformaron y desarrollaron, lo cual entre otras cosas

comprendió la eliminación de sus elementos negativos, tales como la ofrenda de sacrificios animales.

Entre las enseñanzas atribuidas a Shenrab Miwo se encuentra el «Bön de la naturaleza de la mente» (*sems bon*), fuente de *La transmisión oral del Dzogchén de Shang Shung*.¹³ Estas enseñanzas se transmitieron oralmente hasta los tiempos del maestro Nangzher Lödpö, un contemporáneo del rey Songtsen Gampo.¹⁴ En este ciclo de enseñanzas Dzogchén y en otros textos de tiempos más recientes se encuentran principios y métodos de práctica que no difieren de los del Dzogchén de la tradición budista. De aquí que se pueda hipotetizar acerca de la existencia de una fuente común de esta enseñanza en las dos tradiciones. Sin embargo, en el estado actual de la investigación, estamos lejos de poder establecer con certeza cosa alguna, pues los conceptos y las expresiones budistas más característicos se encuentran en casi todos los textos no rituales del Bön. Por otra parte, el conocimiento transmitido en el Dzogchén no puede ser prerrogativa de ninguna tradición en particular, pues, en principio, es la esencia de todos los senderos espirituales.

El maestro Chögyal Namkhai Norbu, nacido en Derge (*sde sge*) en el Tíbet oriental en 1938, ha estudiado y practicado con algunos de los más importantes maestros de Dzogchén de nuestro tiempo. En particular, recibió la transmisión directa del estado del conocimiento del Dzogchén de Changchub Dorje,¹⁵ un maestro que dirigía una pequeña comunidad que incluía practicantes laicos y monjes en un valle aislado en el Tíbet oriental. Changchub Dorje era una persona simple que ejercía

como doctor en su aldea y cuyas capacidades disfrutaban de un amplio renombre. Poseía el verdadero conocimiento del Dzogchén, puro y libre de todo condicionamiento doctrinario y de todos los signos externos del budismo. Esta forma de comprender y de aplicar el Dzogchén le sirvieron como ejemplo a Chögyal Namkhai Norbu, quien, cuando a fines de los años cincuenta del pasado siglo se fue a Sikkim, prefirió vivir una vida independiente, ganando su sustento por medio de su trabajo, en vez de asumir la dirección de una institución religiosa.

Invitado a Italia por el profesor Tucci como investigador asociado del Instituto ISMEO en Roma, desde 1964 hasta su retiro en 1992, Chögyal Namkhai Norbu fue el catedrático de Idioma y Literatura Tibetanos y Mongoles en el Istituto Universitario Orientale; ahora Università degli Studi di Napoli «L'Orientale», en Nápoles, Italia. En respuesta a numerosos pedidos, a mediados de la década de los 70 comenzó a ofrecer enseñanzas de Dzogchén, siguiendo el mismo principio que había usado con él su maestro Changchub Dorje. Así se formó la Comunidad Dzogchén, una asociación de practicantes de diferente extracción social, quienes, manteniendo sus roles en la sociedad, están unidos por su interés en las enseñanzas del maestro Chögyal Namkhai Norbu. La Comunidad Dzogchén existe en muchos países; su objetivo es la preservación de la enseñanza Dzogchén y su aplicación por individuos de todo tipo en la sociedad moderna.

Más aún, Chögyal Namkhai Norbu es autor de numerosos trabajos sobre la historia y cultura antiguas del Tíbet, sobre

medicina y astrología tibetana y sobre diversos aspectos de las enseñanzas Dzogchén, muchos de los cuales se han traducido a diversos idiomas occidentales. En los círculos de tibetólogos se lo reconoce como uno de los mayores estudiosos e investigadores de la historia de Shang Shung y de las tradiciones antiguas del Bön. *El espejo: Sobre la presencia y la consciencia* (en tibetano *Dran pa dang shes bzhin gyi gdams pa me long ma*) fue escrito durante un encuentro de la Comunidad Dzogchén que se llevó a cabo en Lu Cumitoni, Cerdeña, durante la Navidad de 1977. Se trata de un texto breve, de consejos, como indica el título, en el cual se exponen, con sorprendente simplicidad y profundidad, los tres aspectos fundamentales del sendero Dzogchén: el punto de vista o descubrimiento del propio estado primordial (*lta ba*); la meditación o aplicación de este conocimiento (*sgom pa*); y la conducta o integración de la meditación con todas las actividades cotidianas (*spyod pa*). Este texto fue escrito particularmente para definir el principio de consciencia y su presencia continua, único sustituto para todas las reglas y limitaciones propias de las diferentes tradiciones religiosas. El comentario que sigue al texto se basa en una enseñanza oral impartida por Chögyal Namkhai Norbu el 29 de diciembre de 1977, cuando presentó el libro a sus estudiantes.

En más de una ocasión, Chögyal Namkhai Norbu ha dicho: «El Dzogchén no pide que uno cambie de religión, de filosofía o de ideología, ni que uno se convierta en algo diferente de lo que es. Solo nos pide que nos observemos a nosotros mismos y descubramos la “jaula” que hemos construido con

todos nuestros condicionamientos y limitaciones. Y nos enseña cómo salir de esa jaula sin crear otra, para ser libres, para ser personas autónomas». De hecho, el Dzogchén nos enseña cómo recuperar esa libertad de ser que en potencia poseemos. «Libertad», en este caso, indica un estado en el cual ya no estamos condicionados por el dualismo, por los juicios, por las pasiones ni por creencia alguna. Podríamos preguntarnos: «Pero, entonces, ¿qué queda de la persona?». La presencia pura, la claridad libre de contaminación, que es como la de un espejo que todo lo refleja, el verdadero tesoro de la humanidad.

ADRIANO CLEMENTE

Junio de 1989