

# Observando las emociones en los umbrales del sufrimiento corporal.

Miguel Jesús Hernández Madrid.

Cita:

Miguel Jesús Hernández Madrid (2007). *Observando las emociones en los umbrales del sufrimiento corporal*. XXVI Congreso de la Asociación Latinoamericana de Sociología. Asociación Latinoamericana de Sociología, Guadalajara.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-066/1848>

OBSERVANDO LAS EMOCIONES EN LOS UMBRALES DEL SUFRIMIENTO CORPORAL.  
EXPERIENCIAS DE LA CIENCIA CONTEMPLATIVA EN SOCIEDADES DEL OCCIDENTE DE MÉXICO

Miguel J. Hernández Madrid  
El Colegio de Michoacán, A.C.<sup>1</sup>

Cuando Emile Durkheim definió el suicidio como un objeto de estudio sociológico abrió la posibilidad de tratar científicamente fenómenos del campo problemático de la subjetividad que podían considerarse decisiones individuales. No obstante esta provocación, su método colocó el criterio de objetividad en el terreno de la observación empírica rechazando cualquier manera individual e introspectiva de interpretación del fenómeno, dejando fuera de esta mirada metodológica a la experiencia como posible veta de generación social de conocimiento. Fue con la contribución de la fenomenología que la experiencia obtuvo el estatus de objeto de estudio en la sociología del conocimiento al pretender objetivarla en formas de organización y sentido valorativo desde la perspectiva de los individuos y de los actores (Schutz, 1995; Gurvitch, 1979; Berger & Luckmann, 1991).

Al pensar de este modo las trayectorias del quehacer sociológico se aprecia el constante esfuerzo de crear sus objetos de estudio en condiciones paradigmáticas diversas. Como bien lo señala Bernard Lahire en una entrevista, “No hay límites a la mirada sociológica, todo objeto puede ser *sociologizado* (...) retomo la idea de Ferdinand Saussure, al decir que el punto de vista crea el objeto; el objeto no es en sí mismo social, psicológico o antropológico, de acuerdo a cómo se lo construya, será sociológicamente estudiable” (Lahire *apud* Suárez, 2000).

El tema de esta ponencia trata precisamente del reto de definir un objeto de estudio sociológico en el campo problemático de la subjetividad. Pretendo investigar cómo las creencias y los saberes sobre la sanación, al incluirse en las experiencias de las personas generan nuevos conocimientos sobre su cuerpo e identidad que les permiten considerar unas posibilidades epistemológicas con un alcance mucho más amplio que el usual.

El enunciado anterior da cuenta de un objeto de estudio complejo y en el contexto de esta ponencia abordaremos solamente una escala de aproximación al mismo que es la del

---

<sup>1</sup> Profesor Investigador del Centro de Estudios Rurales de El Colegio de Michoacán. Proyecto de Investigación: *Sujetos creyentes y terapias de sanación en espacios sociales de migración del occidente de México*. Correo electrónico: miguelh@colmich.edu.mx

itinerario de las experiencias generadas por individuos y pequeños grupos de estudiantes del budismo Mahayana y de la meditación, como una vía para objetivar algunas características de la sanación en su condición de hecho social. La meta metodológica de este escrito es identificar las formas de subjetivación y de-subjetivación que se desplazan en este tipo particular de experiencias porque es a través de ellas que intentaremos perfilar algunas dimensiones del problema de investigación.

#### LA EXPERIENCIA DE MEDITACIÓN COMO ENUNCIADO

“Aurora” se interesó por aprender y practicar la meditación Vipassana cuando su madre padecía de un cáncer terminal.<sup>2</sup> El estrés cotidiano de su situación familiar le hizo pensar que la meditación sería una terapia de relajación para ayudarla a controlar sus emociones e indagó por Internet en dónde se la podrían enseñar maestros reconocidos y “serios” desde su punto de vista. Su sorpresa fue mayúscula cuando se percató de la gran cantidad de ofertas “terapéuticas” para enseñar a meditar; acudió a un curso en Tepoztlán y quedó decepcionada, luego asistió a otro en la ciudad de México y le ocurrió lo mismo. Cuando estaba a punto de abandonar su búsqueda vio en la televisión un documental sobre la enseñanza de la meditación Vipassana en prisiones de la India<sup>3</sup> y decidió que eso era lo quería aprender. En la página Internet de la meditación Vipassana como la enseña S.N. Goenka estableció contacto con el centro de México y en el invierno de 2004 asistió al curso de diez días en el Dhamma Makaranda de Valle de Bravo, estado de México.<sup>4</sup> Aurora reflexiona después de casi dos años de practicar este tipo de meditación que sus expectativas iniciales eran muestra de su ignorancia porque entendía la meditación como una medicina externa para aliviar su angustia. “No le diré que practico todos los días y que

---

<sup>2</sup> “Aurora” es el seudónimo de una practicante de meditación Vipassana entrevistada en Morelia, Mich. en marzo de 2006. La investigación en la que se sustenta esta ponencia está en una fase de trabajo de campo y de revisión documental a partir de agosto de 2006, si bien, tenemos material etnográfico y documental generado en proyectos de años anteriores. Los datos procesados para esta ponencia proceden de cinco entrevistas profundas a hombres y mujeres que practican la meditación, en las ciudades de Aguascalientes, Morelia y Zamora, Michoacán, así como de los registros de investigación participante acumulados en los últimos once meses.

<sup>3</sup> Se refiere al documental *Doing Time, Doing Vipassana*, dirigido por Eliona Ariel & Ayet Menahemi (Karina Films, 1997)

<sup>4</sup> Dhamma Makaranda forma parte de los centros de meditación Vipassana como la enseña S.N. Goenka y sus profesores asistentes localizados en países de Europa, América Latina, Asia y en Estados Unidos, Canadá y México.

domino la concentración en la respiración....pero me doy cuenta cuando mis sentimientos, pensamientos y deseos van y vienen como remolino y cuando puedo verlos nada más, sin emboletarme en ellos....pasa entonces que estoy en paz y mis relaciones con los demás son bondadosas porque viene de mi interior”.

Si tomamos el testimonio de Aurora como un enunciado, de la manera en que Michel Foucault lo enfocó: en su singularidad de acontecimiento, tendríamos que rastrear a través de él los dominios posibles a los que nos remite, las colocaciones del sujeto, y lo *visible* en su materialidad (porqué se dice de esa manera y no de otra).<sup>5</sup> Proponemos considerar estas tres líneas o hilos, a modo de analogía, para ensayar algunos tejidos y nudos que pudieran problematizar sus objetivaciones como experiencia social.

El relato de Aurora no es muy diferente al de otras personas que compartieron con nosotros sus testimonios y reflexiones. Son experiencias de contacto y retroalimentación con formas de meditación que corresponden a las enseñanzas del *Dharma* budista,<sup>6</sup> en sus versiones laicas (como la Vipassana enseñada por N. S. Goenka) y religiosas dirigidas a laicos (como las meditaciones analítica y contemplativa practicadas en los centros reconocidos de enseñanza del Budismo Tibetano). Con base en este contexto, se descartan por el momento otras formas de meditación correspondientes a tradiciones religiosas reconocidas o de prácticas laicas inspiradas en las tradiciones mencionadas o que se configuren como sincretismo religiosos y culturales.<sup>7</sup>

La meditación que se enseña y practica en el entorno budista referido es una forma de introspección para purificar la mente, su intención es la visión cabal impermanente de la mente y del cuerpo para erradicar el sufrimiento. En particular, Vipassana es una de las

---

<sup>5</sup> Metodología para la deconstrucción “arqueológica” del enunciado, retomada de: Miguel Morey (1983: 178 - 228) y Michel Foucault (1979).

<sup>6</sup> De acuerdo con las explicaciones del Dalai Lama *Dharma* es la palabra sánscrita que significa sostener: todos los objetos que en nuestro mundo tienen una identidad definible. También tiene el significado de “mantenerse al resguardo de un amenazador desastre” y en este sentido puede atribuírsele el significado de religión (Dalai Lama, 2004:29). En sentido genérico, *Dharma*, *Dhamma* (en Palí) o *Darma* se refiere a las enseñanzas de Buda, específicamente alude a las realizaciones del camino y a la consecuente cesación del sufrimiento y de sus causas. (Chödrón, 2003:220)

<sup>7</sup> De entre las varias tradiciones religiosas de meditación que se practican en México están: la Cábala Judía, Sufismo, Meditación Trascendental, Yoga Pantajali, Yoga Kundalini y Tantra Indio, el Cuarto Camino de Gurdjieff, la Consciencia sin elección de Krishnamurti y la meditación Cristiana en diversas modalidades (Cfr. En Goleman, 1986 una descripción completa de ellas). Entendemos por meditaciones sincréticas en el contexto del movimiento y derivaciones culturales del *New Age* aquellas que mezclan las creencias y técnicas de varias de las anteriores tradiciones, con otras no religiosas, para inventar otras técnicas y formas de meditación.

técnicas de meditación más antigua de la India que se preserva en la comunidad budista de Birmania y se enseña en diferentes partes del mundo a gentes de cualquier procedencia y raza, tenga o no un credo religioso. La que se difunde en México (en donde la aprendieron Aurora y otras personas entrevistadas) se basa en la metodología elaborada por S. N. Goenka según la tradición del ya fallecido maestro birmano Sayagyi U. Ba Khin (Goenka, 1980; Hart, 2005). La técnica, de lógica sencilla y estrictamente práctica que se enseña en un curso de diez días se define como:

El proceso de la autopurificación mediante la auto-observación. Uno comienza observando la respiración natural para así concentrar la mente. Después, con la atención afilada, uno procede a observar la naturaleza cambiante de cuerpo y mente, y así experimentar las verdades universales de la impermanencia, el sufrimiento y la ausencia del yo. Esta comprensión de la verdad, por experiencia directa, da como resultado la purificación de la mente. (Dhamma Makaranda , 2006)

La otra tradición de meditación es la del budismo tibetano, tal como se practica en los centros de la Fundación para la Preservación de la Tradición Mahayana (FPTM) donde se realizaron observaciones participantes y se contactaron a varias personas para entrevistarlas.<sup>8</sup> A diferencia del entrenamiento intensivo del Dhamma Makaranda para ejercitar y lograr en diez días una primera experiencia de la meditación Vipassana, en los centros y grupos de la FPTM se trabajan gradualmente diversos aspectos de esta meditación con estudiantes organizados en tres niveles: principiantes, intermedios y avanzados. *Shamata* es el entrenamiento elemental de la concentración en un objeto o punto único (por ejemplo, la respiración); le siguen las meditaciones analíticas de conciencia plena, que se concentran en un objeto y lo examinan en detalle (meditación en el cuerpo, en los sentimientos, en la mente, en los fenómenos); y hay otro tipo de meditación conocida como *Lam Rim* que expone y analiza a profundidad las etapas de la vía espiritual budista.<sup>9</sup>

---

<sup>8</sup> El directorio del año 2007 de la FPTM en México registra trece centros, ubicados en las ciudades de Aguascalientes, Cancún (Q. Roo), Celaya (Guanajuato), Distrito Federal, Durango, Guadalajara (Jalisco), Morelia, Uruapan y Zitácuaro (Michoacán), Puebla, Tepoztlán (Morelos), Torreón, (Coahuila) , Xalapa (Veracruz). Los centros en los que se participaron en algunas actividades (sesiones de meditación, retiros, cursos) durante el año 2006 y lo que va de 2007 fueron en el Centro Lhundup Lam-Rim Ling. de Morelia, el Khamlungpa de Guadalajara y el Bengungyal de Aguascalientes.

<sup>9</sup> El Lam Rim es el fruto de más de novecientos años de estudio, meditación, realización y transmisión de las enseñanzas del Buda por Lamas de diferentes generaciones. Se fundamenta en textos y comentarios de Atisha (982-1054) y Lama Tsongkapa (1357-1419), dos de los más reconocidos maestros. (Centro Nagarjuna, 2007)

Si bien, los guías de estos centros son monjes budistas tibetanos en exilio el trabajo que ahí se desarrolla, coordinado por instructores mexicanos, no es de culto religioso ni funcionan como una organización sectaria. La asistencia es voluntaria y abierta para cualquier persona que se interese en conocer las enseñanzas del Dharma, incluyendo el aprendizaje y práctica de la meditación para aplicarla en su vida diaria.

#### EL UMBRAL DEL SUFRIMIENTO CORPORAL

Cuando el practicante inspira o espira profunda o ligeramente siendo consciente de todo su cuerpo, o de que lo está calmando y apaciguando, permanece tranquilamente observando el cuerpo en el cuerpo, y persevera en ello, totalmente despierto, comprendiendo con claridad su estado, yendo más allá del apego y del rechazo que él siente por esta vida.

“Sutra sobre la plena conciencia en la respiración” (Nhat, 2002:17)

La configuración de la subjetividad en la ciencia moderna parte del razonamiento cartesiano que separa el cuerpo del alma para inventar al sujeto pensante como prototipo de la racionalidad. “Pienso, luego existo” es la premisa de la racionalidad del sujeto cartesiano expresada en su autoconciencia y en su capacidad de objetivar lo corporal o extenso. La felicidad del sujeto cartesiano es entendida como la hegemonía de la razón sobre las pasiones, a través de la instrumentalización del deseo y de la objetivación de lo sensible. “Su efigie cabal es la de un estado de control autosuficiente desde la cual se dirigen la vida y el pensamiento y se domina la experiencia” (Issa y Reygadas, 2001:7) Pero la utopía de una subjetividad racional y centrada en sí misma se ha diluido en los últimos tiempos. El sujeto de las sociedades modernas es individualista, hedonista, rehén de la racionalidad instrumental y de sus deseos de consumo contingente (Baudrillard, 2000). Michel Foucault diagnosticó con precisión esta situación al afirmar la muerte del sujeto, postulado por el humanismo cartesiano y al mostrar que las subjetividades son formas construidas en dominios creados por el ejercicio del poder. La crisis del sujeto occidental moderno es también la del pensamiento dicotómico que separa en compartimientos a los sujetos y las estructuras sociales, la de la producción de saberes que prescriben la diferencia entre lo normal y anormal, lo sano de lo enfermo.

Si enfocamos esta mirada crítica en el terreno de la salud - enfermedad encontramos una serie de reacciones que cuestionan el saber médico hegemónico y los sistemas adictivos médicos y culturales que, como el “adictivo patriarcal” identificado por Christiane Northrup (2003), determinan ciertas maneras de concebir y actuar sobre los cuerpos femeninos y masculinos.

Problematizar nuestra mirada de la enfermedad y del enfermo en el cuerpo es retomar el dilema cartesiano de su separación con respecto al alma y/o la conciencia, que Emmanuel Levinas argumenta de la siguiente manera:

Lo que ha alimentado al cristianismo y al liberalismo es la eterna extranjería del cuerpo en relación con nosotros. (...) Ahora bien, el cuerpo no es solamente el eterno extranjero. La interpretación clásica relega a un nivel inferior y considera una etapa a superar ese sentimiento de identidad entre nuestro cuerpo y nosotros mismos, que ciertas circunstancias vuelven especialmente agudo. [Pero] El cuerpo no nos es solamente más próximo y familiar que el resto del mundo, no rige únicamente nuestra vida psicológica, nuestro humor y nuestra actividad. Más allá de estas consideraciones triviales está el sentimiento de identidad. ¿No nos afirmamos en este calor único de nuestro cuerpo antes de la expansión del Yo que tratará de distinguirse de él? (...) Y en el *impasse* del dolor físico, ¿no experimenta el enfermo la simplicidad indivisible de su ser cuando gira sobre su lecho de dolor para encontrar una posición de paz?. Podría decirse que ese análisis del dolor revela que en éste se da la oposición del espíritu al dolor mismo; que en el seno mismo del sufrimiento corporal se da una rebelión, un rechazo a permanecer en esa oposición (Levinas, 1998)

La sanación en su espectro fenomenológico diverso de corrientes de pensamiento, métodos y técnicas terapéuticas tiene una posición alternativa con respecto a la enfermedad al concebirla como un camino de conocimiento y al “enfermo” agente de su propia sanación.<sup>10</sup> El cuerpo ya no se entiende como un campo de batalla, como el dominio de combate contra la enfermedad, en una perspectiva holística es un lugar y un momento presente de aprendizaje para la liberación del sufrimiento.

En la lengua castellana, sufrir tiene el significado etimológico de “soportar”, “tolerar”, “aguantar” (Corominas, 1998: 547) sin queja ni protesta “dolores o molestias físicos y morales; de afectarse y tener el estado de ánimo correspondiente, por una desgracia prolongada, por preocupaciones graves, penalidades, desengaños o malos tratos” (Moliner, 2000: 1313). La definición nominal de sufrimiento se objetiva en significados

---

<sup>10</sup> El término de “la enfermedad como camino” es el título de un libro de Dethlefsen & Dahlke [1983], representativo de un movimiento iniciado en Alemania, que cuestionó las concepciones sobre la enfermedad y el enfermo en el sistema bio médico hegemónico, aportando otra visión alternativa de la misma, centrada en la responsabilidad del individuo para el cuidado de sí mismo.

culturales prácticos cuando, por ejemplo, en algunas doctrinas del cristianismo es interpretado fuente de devoción de la pasión de Cristo mediante su fusión en disciplinas del cuerpo, como ocurrió a finales del siglo XVI (Gélis, 2005). Desde un punto de vista metodológico, se requiere comprender en su debido contexto los significados de “sanación” propuestos en las corrientes mencionadas porque trascienden la intención de curar las enfermedades “arraigadas” en el cuerpo; algunas de estas corrientes sostienen que puede haber sanación sin curación de la enfermedad corporal porque sus causas radican en todas aquellas emociones y maneras de estar en el mundo que provocan el sufrimiento en la persona y se expresan de manera somática (Carlson & Shield, 1990).

Cabe aclarar que el perfil de sanación antes descrito no es ni síntesis ni consenso de sus objetivaciones en ámbitos históricos, culturales y religiosos específicos; es, en términos generales, una forma de expresar el sentido externo del fenómeno para identificarlo en el contexto global contemporáneo. Valga como propuesta para ubicar la experiencia de los que buscan en la meditación sustentada en las enseñanzas budistas (el Dharma) respuestas a los dilemas del cuerpo en situaciones de sufrimiento.

Conforme los practicantes de la meditación hacen conciente en su cuerpo la observación atenta y ecuánime de sus emociones, sensaciones y pensamientos, experimentan en la práctica una de las enseñanzas budistas primordiales de las “Cuatro Nobles Verdades”: el reconocimiento del sufrimiento,

Ésta, oh monjes, es la Noble Verdad del Sufrimiento. El nacimiento es sufrimiento, la vejez es sufrimiento, la enfermedad es sufrimiento, la muerte es sufrimiento, asociarse con lo indeseable es sufrimiento, separarse de lo deseable es sufrimiento, no obtener lo que se desea es sufrimiento (*Apud.* Panikkar, 2000: 70).

A diferencia de otras maneras religiosas de entender el sufrimiento, como un destino cuyo padecimiento estoico conduce a la salvación y expiación de los pecados, parece ser que quienes practican la meditación del Dharma desplazan la creencia en la fatalidad del sufrimiento al reconocimiento de un problema con el cual se puede trabajar en su solución.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> La segunda de las Cuatro Nobles Verdades dice: “Ésta, oh monjes, es la Noble Verdad de la Cesación del Sufrimiento. Es la total extinción y cesación de ese mismo deseo, su abandono, su descarte, liberarse del mismo, su no-dependencia” (*Apud.* Panikkar, 2000: 70).



Ya mi cuerpo no aguanta más. Quiero descansar. Cuando Dios me llamó me voy tranquilo porque siento que mis problemas con mi esposa y con mis hijos los he solucionado (...) ya me he perdonado, me estoy soltando de cosas que no tienen importancia. (...) Ojala y Dios quiera llevarme cuando termine de suspirar [de hacer una espiración] mientras medito.<sup>12</sup>

El testimonio anterior, de un hombre con una enfermedad terminal y meditador de varios años, nos sugiere preguntarnos ¿cómo se traduce en la experiencia de la meditación la relación entre la visión religiosa de un creyente católico con una metodología que propone desapegarse de toda creencia (incluyendo la posibilidad de traducir el budismo como “creencia”<sup>13</sup>)?, ¿es en el “sentimiento del cuerpo” –al que se refiere Levinas- donde cabe la posibilidad de mirarse a sí mismo desde un ángulo diferente al de los esquemas culturales en los que fue socializado?

LA DESCOLOCACIÓN DEL INDIVIDUO: ¿DESPLAZAMIENTOS DE SUJECCIÓN Y DE –SUJECCIÓN?

Ambas preguntas nos remiten al “núcleo duro” del problema de la experiencia: la producción del sujeto. En el ámbito de la investigación social se reconoce la obra de William James [1902] como el primer intento teórico de definir la experiencia subjetiva, la “experiencia religiosa interior”, como fuente de conocimiento y de acción. William James dio importancia al papel de las emociones y de la intuición en la experiencia religiosa del individuo para subordinar a ellas la razón y encuentro con lo divino (James, 1986:66).

La obra de William James ubica en la experiencia interior la fundación del sujeto. Experiencia introspectiva del individuo que ejercita la mirada reflexiva sobre un objeto cualquiera de lo vivido, sobre lo cotidiano en su forma transitoria, para captar sus significaciones y reafirmar su identidad como ser social. A diferencia del sujeto cartesiano, el que se perfila en la obra de James hace una inflexión inversa de la racionalidad para

---

<sup>12</sup> La entrevista fue realizada en Aguascalientes en el año 2005. El entrevistado, católico practicante, tuvo varias experiencias de “búsqueda” (como el las llamaba) de meditación. Primero (entre 1998 y el 2000) en el Movimiento de Renovación Carismática, en donde aprendió las técnicas *Sadhana* del padre Antonio de Mello (1979) y la de oración sanadora. Después comenzó a asistir al Centro Bengungyal de la FPTM en donde práctico otro tipo de meditación “en silencio” que según sus palabras le sirvió para “asentar” los pensamientos. (MHM/Don Procoro, Aguascalientes, Ags.. Septiembre 2005). El entrevistado falleció de cáncer pulmonar en noviembre de 2005.

<sup>13</sup> Cfr. El debate del budismo sin creencias en: Batchelor (1998) y Panikkar (2000).

configurar su subjetividad. Cambia el punto de vista, pero sigue siendo el tema de fondo las formas en que la identidad es construida con base en la subjetividad.

La mirada de la “experiencia íntima” contribuye a hacer visible en los relatos de los meditadores sus itinerarios de búsquedas y ensayos de técnicas y prácticas de sanación. Llama la atención que en estos itinerarios no se exprese el peso comprometedor manifiesto en los relatos de conversión religiosa donde está en juego la ruptura por la adopción de nuevos credos (Hernández, 2000). Estudiosos del fenómeno de conversión religiosa pentecostal (Cantón, 1998; Csjordas, 1997) han documentado la importancia de la sanación por imposición de manos para reafirmar la pertenencia a una iglesia determinada o alentar su conversión en ella. Las condiciones de sufrimiento provocadas por factores sociales, políticos y de enfermedad convergen en estados emocionales favorecedores de la conversión de individuos que establecen relaciones dependientes con los sanadores detentadores de carismas y con la iglesia que los acoge. La comparación de los meditadores con experiencias de sanación en los dominios religiosos vuelve relevante la característica de los primeros para movilizarse libremente en diferentes ámbitos, aunque varios de ellos se identifiquen con credos religiosos específicos. ¿Por qué se pueden movilizar de esta manera?.

En un trabajo donde analizamos la experiencia de estudiantes y practicantes de Reiki en la ciudad de Zamora, Michoacán (Alvarado & Hernández, 2003) encontramos que el aprendizaje de esta terapia para equilibrar la energía corporal, entre religiosas, sacerdotes y laicos no provocó conflictos con su fe en tanto fuera tratada como una “terapia” reconocida en el campo médico y no clasificada por la Iglesia como peligrosa.<sup>14</sup>

En el caso de la meditación ocurre algo parecido cuando el individuo evalúa con su discernimiento los beneficios que le puede aportar, aún cuando sus creencias no coincidan con las explicaciones “religiosas”, “filosóficas” o “científicas” de la tradición que la enseña. Universitarios, profesionistas, amas de casa, maestras, estudiantes, empresarios con diferente estatus económico y comerciantes son el tipo de población que acude a los centros de meditación, sin que tengamos por el momento un perfil estadístico al respecto.

---

<sup>14</sup> El National Center for Complementary and Alternative Medicine (NCCAM), organismo del gobierno federal asociado a los Institutos Nacionales de la Salud y al Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos de Norteamérica reconoce el Reiki como terapia complementaria de biocampo energético. (NCCAM, 2007)

Creyentes religiosos, sin religión pero creyentes en la razón y la ciencia, o no creyentes convergen por otros motivos: las enfermedades del cuerpo, las agitaciones emocionales, el estrés, el interés por “buscar” y “encontrar” algo que les ayude a “mejorar su vida”.

Los últimos trabajos de Michel Foucault pusieron en la mesa de discusión la posibilidad de que la experiencia no reafirmara la identidad sino que la deconstruyera. En términos de Nietzsche, Blanchot y Bataille sería un proceso de *de-subjetivación*. Menos conocida que *Las variedades de la experiencia religiosa* de William James es *La experiencia interior* [1954] de Georges Bataille que relata el proceso de meditación del autor en la deconstrucción introspectiva de sus “creencias” místicas religiosas y filosóficas que lo configuraron como “sujeto” de dominios específicos. Es un itinerario inverso al trazado por William James, pero no por entrar en un debate extremo con su obra sino porque sigue otra vía, la de la ruptura con la modernidad.

Si la primera vía examinada refiere en términos fenomenológicos la reafirmación de la identidad del sujeto, aún cuando éste cambie de ámbito y posición, la segunda vía de ruptura previene la liberación de las identidades que “sujetan”. Considerar esta segunda vía en la experiencia de la meditación no es impertinente si tomamos en cuenta que para alcanzar la impermanencia es necesario *ver* que el apego, la ignorancia y la aversión son los componentes de nuestros esquemas mentales con los que interpretamos el mundo. Dice uno de los textos budistas fundamentales “Somos lo que pensamos. Todo lo que somos surge con nuestros pensamientos. Con nuestros pensamientos construimos el mundo” (*Dhammapada*, 2004:27).

Situándonos en una dimensión justa de las dos vías que hemos expuesto con respecto al tema de esta ponencia, convendría no interpretarlas como polos extremos y excluyentes. Nuestra intención es proponerlos, a modo de hipótesis, como dominios posibles de construcción de la experiencia en las condiciones sociales y culturales que en ocasiones favorecen y en otras entorpecen la movilidad de las subjetividades.

Algunos relatos de las experiencias de meditadores Vipassana y del budismo Mahayana corroboran lo que algunos maestros budistas comentan como parte del proceso de liberación del sufrimiento. Matthieu Ricard, por ejemplo, escribe que “Estamos acostumbrados desde hace tiempo a nuestros defectos que nos cuesta imaginar lo que sería la vida sin ellos, el horizonte del cambio nos produce vértigo” (Ricard, 2005:42) Pero, es

mediante un esfuerzo constante, con discernimiento y perseverancia que podemos transformar la mente al ordenar los pensamientos conforme surgen, a preparar antídotos apropiados para las emociones negativas y a desarrollar las positivas. Esto que parece un proceso de construcción o desarrollo, en realidad es la eliminación gradual de lo que enmascara nuestro potencial para ser felices y obstaculiza la difusión del conocimiento y de la alegría de vivir (Ricard, 2005: pfr. 33-35).

Las palabras de Ricard podrían muy bien describir los “sentimientos de los meditadores” en lo tocante a sus intentos de generar en su cuerpo otro significado de *ascesis* diferente al de “privación” en la tradición cristiana occidental por el de “ejercicio” para cultivar la atención y convertirla en una forma de ser. ¿es este tipo de experiencia una deconstrucción del sujeto? , ¿es otra manera de entender y discutir –como lo propone el enfoque sociológico de Alain Touraine (1994) y François Dubet (1994) – el retorno del sujeto como individuo comprometido en el sentido de su acción?

REFLEXIONES FINALES : LA CIENCIA CONTEMPLATIVA ¿PARADIGMA DE SANACIÓN Y CONOCIMIENTO PARA SUJETOS DEL SIGLO XXI?

Hay que ser un científico del mundo interno, como el Buda,  
para poder experimentar la verdad directamente.

William Hart (2005:53)

“Concluimos”, en el tenor de problematización de esta ponencia, con la reflexión de la tercera línea de indagación propuesta que trataría sobre las condiciones de visibilidad de la experiencia de meditación, de por qué surge de ésta manera y no de otra.

Ha transcurrido casi un cuarto de siglo desde la publicación del polémico ensayo de Paul Feyerabend sobre “La ciencia en una sociedad libre” [1978]. De entre las tesis sostenidas por este filósofo de la ciencia, estaba la de reconocer otras tradiciones de conocimiento científico diferentes a la del racionalismo, hegemónico en occidente, que podrían tener mejor sustento para demostrar sus métodos y validación de lo que proponen como “verdad” (Feyerabend, 1988). ¿Sería el caso de las enseñanzas budistas de meditación en occidente –y de otras provenientes de tradiciones no tratadas en esta

ponencia- que científicos y monjes budistas como B. Allan Wallace llaman Ciencia Contemplativa (2006, 2007)?

De entre las varias hipótesis que los estudiosos del fenómeno religioso manejamos, desde puntos de vista sociológicos y antropológicos, para entender la difusión de las diferentes formas que adopta lo que agrupamos con el término de “sanación”, predominan aquellas que la clasifican como un bien simbólico cultural y espiritual difundido en las condiciones de la globalización y/o como parte de nuevos movimientos religiosos y pseudo religiosos alentados por la tendencia de, también otro termino de clasificación, el movimiento *New Age*.<sup>15</sup> En la medida que las hipótesis son herramientas metodológicas para construir y contrastar los objetos de estudio, las perspectivas teóricas en las que se forjaron las antes mencionadas permitieron abrir brecha en una “selva de símbolos” (como dijera Víctor Turner) y de hechos que por su complejidad rebasaban su descripción e interrelación. No obstante, la necesidad de avanzar en lo que Max Weber llamó la discusión de las conexiones entre problemas y no entre lecturas simples de la realidad (Weber, 2001:57) nos ha retado a esbozar en esta ponencia el problema de la sanación, tomando como escala de observación la experiencia de meditadores en dos tipos de enseñanzas del Dharma budista Mahayana en el contexto de sociedades y culturas semirurales y urbanas en el occidente de México.

Enfocar el fenómeno de la meditación budista en México desde la experiencia de quienes la aprenden y practican en su vida cotidiana, nos invita a examinar su singularidad en dos aspectos que proponemos dejar sentados como pistas a seguir.

El primero de ellos es el de la convergencia en la individualidad corporal de conocimientos y métodos generados en la época axial con posibilidades prácticas de sanación en el presente. En otro trabajo (Hernández, 2005) analizamos la emergencia de doctrinas religiosas y seculares en la época axial, término acuñado por el filósofo Karl Jaspers para ubicar entre los años 800 y 200 a.C. corrientes de pensamiento como el budismo, el confucionismo y las filosofías de los griegos Parménides, Heráclito y Platón. El rasgo distintivo de este tipo de florecimiento intelectual y religioso fueron las crisis fundamentales del ser humano que lo condujeron a situaciones extremas de enfermedad,

---

<sup>15</sup> Cfr. “Mercado y religión contemporánea” número temático de *Desacatos. Revista de antropología social*, No. 18, mayo-agosto de 2005, México, CIESAS.

desastres naturales, guerras e inestabilidad económica, a partir de las cuales se forjó la conciencia del ser humano como centro de la totalidad del ser mismo y de sus límites. ¿Ocurre algo similar en los escenarios contemporáneos mundiales?, ¿vivimos condiciones en la “era de la información” (Castells, 1999) para la movilidad de conocimientos forjados en otros tiempos y geografías y su aprehensión en escalas locales?

El segundo aspecto está relacionado con el seguimiento de las experiencias de meditación Vipassana y de sus beneficios en los comportamientos individuales y grupales (Fleischmann, 2005; Wallace, 2006), los cuales dan cuenta de un fenómeno social que rebasa el ámbito terapéutico de “sentirse bien”. Se trata de una manera diferente de ubicarse y relacionarse en el mundo a través de un trabajo individual que tiene un compromiso con “el otro”. El mantra *Bhavatu Sabba Mangalan* que se pronuncia entre los meditadores Vipassana y cuya traducción es “Que todos los seres sean felices”, es más que una buena intención intelectual; expresa el compromiso ético del meditador para que mediante su constante esfuerzo por lograr el despertar de un Buda todos los seres vivientes alcancen la felicidad y sus causas.

Habrá quien disienta argumentando que estos “valores” se hallan también en el cristianismo y son más cercanos a nuestra cultura, en parte tiene razón. No es nuestra intención comparar o juzgar cualquiera de ellos. En la práctica de la meditación no necesariamente observamos la adopción de un valor a partir del cual se otorga sentido a la acción, en términos estrictamente weberianos. El acto de meditar tiene más bien el sentido de una acción práctica y de conocimiento que William Hart describe de la siguiente manera:

La autoridad suprema la constituye la propia experiencia de la verdad; no se debe aceptar nada basándose únicamente en la fe; debemos examinarlo todo para ver si es lógico, práctico y provechoso. Ni siquiera el examen razonado de una enseñanza es suficiente para aceptarla intelectualmente como verdadera; si queremos beneficiarnos de la verdad, tenemos que experimentarla directamente. (Hart, 2005:31)

Nuestra intención de trabajar una sociología de la experiencia como herramienta para explorar otras maneras de aproximarnos a fenómenos como la sanación y la meditación que exigen nuestras descolocaciones de los sitios habituales, nos plantea también el reto del asombro heurístico al que se refirió Gastón Bachelard. En este tenor

termino la ponencia compartiendo mi mirada atónita ante el testimonio de un meditador que al despertar pronuncia esta *Gatha* (tomada del poeta y maestro budista Thich Nhat Hanh) y preguntándome cómo vive su cotidianidad quien comienza el día con esta intención.

Esta mañana, al despertar, he sonreído  
Ante mi, veinticuatro horas radiantes.  
Me comprometo a vivir cada momento plenamente  
y contemplar a todos los seres vivientes  
con los ojos de la compasión

Thich Nhat Hanh [1990]

#### BIBLIOGRAFÍA

- ALVARADO R., Pilar & HERNÁNDEZ M., Miguel J.  
2003 “Manos que sanan, corazones encendidos. Creencias y prácticas terapéuticas del Reiki en una sociedad del occidente de México” en Miguel J. Hernández Madrid y Elizabeth Juárez Cerdi (Eds.), *Religión y cultura. Crisol de transformaciones*, Zamora, Michoacán, El Colegio de Michoacán/CONACYT, pp. 65 – 85.
- BATAILLE, Georges [1954]  
1981 *La experiencia interior*, Madrid, Taurus.
- BATCHELOR, Stephen  
1998 *Buddhism Without Belief*, Riverhead Trade.
- BAUDRILLARD, Jean [1983]  
2000 *Las estrategias fatales*, Barcelona, Anagrama
- BERGER, Peter L. & LUCKMANN, Thomas [1968]  
1991 *La construcción social de la realidad*, Buenos Aires, Amorrortu [10ª reimpresión]
- CANTÓN DELGADO, Manuela  
1998 *Bautizados en fuego. Protestantes, discursos de conversión y política en Guatemala (1989-1993)*, La Antigua, Guatemala/Centro de Investigaciones Regionales de Mesoamérica y South Woodstock, Vermont E.U./Plumsock Mesoamerican Studies.
- CARLSON, R. & SHIELD B. (Eds.)  
1990 *La nueva salud*, Barcelona, Kairós.
- CASTELLS, Manuel  
1999 *La era de la información. Vol. II El poder de la identidad*, México, Siglo XXI.
- COROMINAS, Joan  
1998 *Breve diccionario etimológico de la lengua castellana*, Madrid, Gredos.
- CSORDAS, Thomas J.  
1997 *The Sacred Self. A Cultural Phenomenology of Charismatic Healing*, Berkeley, University of California Press.
- CHÖDRON, Thubten [1990]  
2003 *Corazón abierto, mente lúcida*, Alicante, Dharma.
- DALAI LAMA  
2004 *Introducción al budismo tibetano*, Barcelona, Paidós.

- 
- 2004 *Dhammapada. El camino de la verdad* (Versión de Alberto Blanco), México, Fondo de Cultura Económica.
- DE MELLO, Antonio [1978]
- 1992 *Sadhana. Un camino de oración*, Bilbao, Sal Terrae.
- DETHLEFSEN, Thorwald & DAHLKE, Rüdiger
- 1997 *La enfermedad como camino*, Barcelona, Plaza & Janes.
- DUBET, François
- 1994 *Sociologie de l'expérience*, París, Seuil.
- FEYERABEND, Paul [1978]
- 1988 *La ciencia en una sociedad libre*, México, Siglo XXI.
- FLEISCHMAN, Paul
- 2005 "Vipassana meditation: Healing the Healer" in Forest R. Fleischman (Ed.), *Karma and Chaos: New Collected Essays on Vipassana meditation*, Vipassana Research Publications.
- FOUCAULT, Michel [1969]
- 1979 *La arqueología del saber*, México, Siglo XXI
- GELIS, Jacques
- 2005 "El cuerpo, la Iglesia y lo sagrado" en Alain Corbin, Jean-Jacques Courtine y Georges Vigarello, *Historia del cuerpo (I) Del Renacimiento a la Ilustración*, Madrid, Taurus, pp. 28 – 111.
- GOENKA, S.N.
- 1980 *El arte de vivir*, México, Asociación Vipassana de México, A.C.
- GOLEMAN, Daniel
- 2003 *Los caminos de la meditación*, Barcelona, Kairós
- GURVITCH, Aron
- 1979 *El campo de la conciencia. Un análisis fenomenológico*, Madrid, Alianza Universidad.
- HART, William
- 2005 *La Vipassana. El arte de la meditación*, Madrid, EDAF
- HERNÁNDEZ M., Miguel J.
- 2000 "El proceso de convertirse en creyente. Identidades de familias testigos de Jehová en un contexto de migración transnacional" en *Relaciones. Estudios de historia y sociedad*, Vol. XXI, No. 83, Verano 2000, México, El Colegio de Michoacán, pp. 69 – 97.
- 2005 "Entre las emergencias espirituales en una época axial y la mercantilización contemporánea de los bienes de sanación" en *Desacatos. Revista de antropología social*, No. 18, mayo – agosto 2005, México, CIESAS, pp. 15 – 28.
- ISSA, Jorge & REYGADAS, Luis
- 2001 "Trizas y trazos del sujeto" en *Iztapalapa. Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, Año 21, No. 50, Enero – junio de 2001, México, Universidad Autónoma Metropolitana – Iztapalapa, pp. 5 – 22.
- JAMES, William [1902]
- 1994 *Las variedades de la experiencia religiosa*, Barcelona, Península.
- LEVINAS, Emmanuel
- 1998 "La filosofía del hitlerismo" en *Nexos*, Mayo 1998, México, pp. 44 - 49



- MOLINER, María  
2000 *Diccionario del uso del español. Versión abreviada*, Madrid, Gredos.
- MOREY, Miguel  
1983 *Lectura de Foucault*, Madrid, Taurus.
- NHAT HANH, Tic  
2004 *Momento presente, momento maravilloso. Versos para no olvidarse de vivir* [1990], Alicante, Dharma.  
2002 “Sutra sobre la plena conciencia en la respiración” en *Las enseñanzas del Buda. Los tres sutras fundamentales*, Barcelona, Oniro, pp. 13 – 99.
- NORTHRUP, Christiane  
2003 *Cuerpo de mujer, sabiduría de mujer. Una guía para la salud física y emocional*, Barcelona, Urano.
- PANIKKAR, Raimon  
2000 *El silencio del Buda. Una introducción al ateísmo religioso*, Madrid, Siruela.
- RICARD, Matthieu  
2005 *En defensa de la felicidad. Un auténtico tratado de la felicidad, a la vez que una convincente guía para nuestros individualismos carentes de puntos de referencia*, Barcelona, Urano.
- SUÁREZ, Hugo José  
2000 “Por una sociología psicológica. Entrevista a Bernard Lahire”, Lovaina La Nueva, marzo de 2000 (Inédita)
- SCHUTZ, Alfred [1962]  
1995 *El problema de la realidad social*, Buenos Aires, Amorrortu [2ª edición]
- TOURAINÉ, Alain  
1994 *Critica de la modernidad*, México, Fondo de Cultura Económica
- WALLACE, B. Alan  
2007 *Contemplative Science. Where Buddhism and Neuroscience Converge*, New York, Columbia University Press.  
2006 *The Attention Revolution. Unlocking the Power of the Focused Mind*, Boston, Wisdom Pub.
- WEBER, Max  
1978 “La objetividad cognoscitiva de la ciencia social y de la política social” [1904] en *Ensayos sobre metodología sociológica*, Buenos Aires, Amorrortu, pp. 39 – 101.

#### Páginas web consultadas

Centro Nagarjuna de Barcelona, <http://www.nagarjunabcn.org> (Última actualización 27 de enero de 2007)

Centro de meditación Vipassana en México,  
[http://www.makaranda.dhamma.org/gen/espanol/gen\\_home.es.htm](http://www.makaranda.dhamma.org/gen/espanol/gen_home.es.htm)

Nacional Center for Complementary and Alternative Medicine (NCCAM), “¿Qué es la medicina complementaria y alternativa?”. Consultado en página web: [nccam.nih.gov](http://nccam.nih.gov) (2007)