



Padma Sambhava

# EL LIBRO TIBETANO DE LOS MUERTOS

Traducción, introducción y comentarios  
de Robert A. Thurman

*Prólogo del Dalai Lama*

# EL LIBRO TIBETANO DE LOS MUERTOS

Como es popularmente conocido en Occidente  
y renombrado en el Tíbet como

## ***EL GRAN LIBRO DE LA LIBERACIÓN NATURAL MEDIANTE LA COMPRESIÓN EN EL ESTADO INTERMEDIO***

*Compuesto por*  
PADMA SAMBHAVA

*Descubierto por*  
KARMA LINGPA

*Traducido al inglés por*  
ROBERT A.F. THURMAN

editorial **K**airós

Título original: THE TIBETAN BOOK OF THE DEAD

© 1994 by Robert A.F. Thurman

© de la edición en castellano:  
1994 by Editorial Kairós, S.A.

[www.editorialkairos.com](http://www.editorialkairos.com)

© de la traducción: Miguel Portillo

Primera edición en papel: Diciembre 1994

Primera edición en digital: Septiembre 2020

ISBN-10: 84-7245-331-6

ISBN-13: 978-84-7245-331-9

ISBN epub: 978-84-9988-819-4

ISBN kindle: 978-84-9988-820-0

Composición: Pablo Barrio

Diseño cubierta: Ana y Agustín Pániker

Todos los derechos reservados.

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita algún fragmento de esta obra.

# SUMARIO

Prefacio *por Su Santidad el Dalai Lama*

Introducción

## **PRIMERA PARTE: PREPARATIVOS PARA EL VIAJE**

### 1. INFORMACIÓN PREVIA

Nociones generales sobre la historia tibetana

Tíbet: una civilización espiritual

Situación actual del Tíbet

Resumen sobre el Budismo

Las ideas tibetanas sobre la muerte

### 2. LA CIENCIA TIBETANA SOBRE LA MUERTE

¿Qué es la muerte?

Los seis reinos

Los Tres Cuerpos de Buda

El Complejo Cuerpo-Mente

Etapas de la muerte

La realidad de la liberación

### 3. EL ARTE TIBETANO DE MORIR

Introducción

Preparativos normales para la muerte

Preparativos extraordinarios

#### 4. LITERATURA SOBRE LA LIBERACIÓN NATURAL

Historia de los textos

Secciones del libro

### **SEGUNDA PARTE: LA GUÍA PARA EL VIAJE**

#### 5. LAS PLEGARIAS DEL ESTADO INTERMEDIO

Plegaria del Yoga de los Tres Cuerpos del Maestro

Plegaria en procura de ayuda de los Budas y

Bodhisattvas

Plegaria para el rescate en los estrechos pasadizos  
del Estado Intermedio

Plegaria de toma de refugio ante todos los terrores  
del Estado Intermedio

Los Versos Radicales de los Seis Estados Intermedios

#### 6. GUÍA A TRAVÉS DE LOS ESTADOS INTERMEDIOS

Plegaria de la Realidad Intermedia

Las deidades apacibles de la Realidad del Estado  
Intermedio

Las deidades furiosas de la Realidad del Estado  
Intermedio

Orientación para la existencia Intermedia

### **TERCERA PARTE: TRADUCCIONES**

#### **SUPLEMENTARIAS**

#### 7. LA PRÁCTICA DEL DHARMA, LIBERACIÓN NATURAL DE LOS INSTINTOS

Las diez maneras de acumular mérito

Iluminación, Protección y Purificación

La Visualización Real

## 8. LA LIBERACIÓN NATURAL MEDIANTE LA VISIÓN DESNUDA Y LA INTELIGENCIA IDENTIFICATIVA

La Quintaesencia

La Necesidad de esta Identificación

La Identificación Detallada

Glosario

Bibliografía esencial

Lámina

Lista de figuras

Lista de ilustraciones

*Este libro está dedicado a los valientes y amables pobladores del Tíbet, que han sufrido y sufren una de las grandes tragedias de nuestro tiempo. El mundo mira hacia otro lado, debido al miedo y la codicia, mientras el gobierno chino lleva a cabo su sistemática campaña de genocidio. ¡Que la conciencia de todos grite al unísono! ¡Que el pueblo chino pueda finalmente darse cuenta que ha sido engañado por miembros de su propio gobierno y comprenda que está contraviniendo las leyes de la humanidad y de la naturaleza! Que se ablanden sus corazones y tomen medidas concretas para reparar el gran daño infligido a ese pueblo inocente. ¡Que el pueblo tibetano pueda recuperar la libertad soberana de que disfrutara desde el amanecer de la historia! ¡Y que la luz de la ciencia espiritual tibetana brille de nuevo sobre un mundo más libre!*

# PREFACIO

El *Bardo Thodol*, conocido en Occidente como *El Libro Tibetano de los Muertos*, es uno de los libros más importantes producidos por nuestra civilización. Nosotros, los tibetanos, gozamos de la reputación de ser muy espirituales, aunque solemos considerarnos a nosotros mismos como bastante prácticos y realistas. Por ello consideramos nuestro sistemático estudio y análisis del proceso de la muerte humana como una cauta y práctica preparación para lo inevitable. Después de todo, no hay uno solo de nosotros que no vaya a morir, más tarde o más temprano. Así que el cómo prepararse para la muerte, el cómo pasar a través del proceso con el menor trauma posible, y lo que viene después de la muerte, son cuestiones de vital importancia para cada uno de nosotros. Sería poco práctico no estudiar estos temas con el sumo cuidado y no desarrollar métodos para tratar con la muerte y el morir de una manera hábil, compasiva y humana.

*El Libro de la Liberación Mediante la Comprensión en el Estado Intermedio* ha sido muy popular en el Tíbet a lo largo de muchos siglos. Es un manual de útiles instrucciones para las personas que se enfrentan a la

muerte, así como para sus familiares y amigos. Guarda relación con una extensa literatura en tibetano que investiga seriamente el fenómeno del morir. La verdad es que la realidad de la muerte siempre ha sido un gran acicate para la acción inteligente y virtuosa en todas las sociedades budistas. Su contemplación no se considera algo mórbido, sino liberadora del miedo, e incluso beneficiosa para la salud de los vivos.

Me complace que mi viejo amigo, el profesor Robert Thurman, haya llevado a cabo una nueva traducción de esta importante obra. Estoy seguro de que a través del texto consigue una única combinación de seria erudición y dedicación personal dirigida a la obtención de una traducción fiel, expresiva y lúcida de cara a los lectores occidentales. Espero que encuentren este libro tan esencialmente útil e iluminador como lo ha sido para nosotros los tibetanos a lo largo de los siglos.

A handwritten signature in black ink, consisting of several fluid, connected strokes that form a cursive script. The signature is positioned to the right of the main text block.

EL DALAI LAMA  
*29 de enero, 1993*



# INTRODUCCIÓN

Hace años, mi primer maestro, el venerable Geshe Ngawang Wangyal, del monasterio de Labsum Shedrub, me dio una copia de un volumen tibetano impreso en la India, titulado *El Libro Tibetano de los Muertos*. El maestro tenía una manera de decir ciertas cosas -dándole un énfasis especial- que podía hacer que las recordase mucho tiempo después, como si las palabras se mantuviesen fuera del tiempo. «¡Vas a necesitarlo!». En esa época trabajar sobre dicha obra no era una de mis prioridades. Pero lo guardé cuidadosamente, sabiendo de la perspicacia de mi maestro, y pensando que tal vez algún día lo necesitase.

Conozco desde hace mucho tiempo la vieja traducción del mismo texto realizada por Kazi Dawa Samdup y W.H.Y. Evans-Wentz, que es la que ha originado el nombre incorrecto de *El Libro Tibetano de los Muertos*. La he leído y utilizado cuando han muerto familiares y amigos. Describe un proceso muy real a través del que todos debemos pasar tras la muerte y antes de la próxima vida que probablemente tenemos que enfrentar. También he leído la versión de Francesca Fremantle y Chogyam Trungpa Rimpoché, y escrito una semblanza de ella para

una revista especializada hace algún tiempo. A pesar de su metafísica y terminología psicologizada, representa una mejora con respecto a la primera traducción.

*El Libro Tibetano de los Muertos* fue escrito por el gran maestro Padma Sambhava, en el siglo VIII o XIX para budistas indios y tibetanos. Fue escondido por él en espera de una era posterior y descubierto por el reconocido descubridor de tesoros Karma Lingpa, en el siglo XIV. La obra ordena las experiencias del estado intermedio –(en tibetano, *bar-do*) que normalmente hace referencia al estado entre la muerte y el renacimiento– de acuerdo con las expectativas de los iniciados en un mandala (un universo sagrado) esotérico en particular: el mandala de las mil deidades búdicas apacibles y furiosas.

En los últimos años he estudiado los Insuperables Yogas Tántricos, sobre todo los de la tradición *Guhyasamaja*, o *Comunión Esotérica*, tan lúcidamente explicados por el Lama Jey Tsong Khapa (1357-1419). Los Insuperables Yogas Tántricos son un estudio altamente técnico de experiencias interiores, una antigua tradición de técnicas espirituales tan sofisticadas como las modernas tecnologías materiales. Utiliza estados especiales inducidos yóguicamente para explorar la naturaleza del yo y de la mente, de la vida y la muerte, y de los estados intermedios. Describe la muerte con gran detalle: su fisiología, su psicología, su experiencia normal, y su experiencia simulada mediante yogas experimentales de estados de trance. Los he encontrado lúcidos y útiles, no sólo para

pensar acerca de la muerte, sino también para hacerlo sobre la vida, la salud e incluso la respiración. Cuando he tenido encuentros con la muerte, pensando en la mía propia o en la de los amigos desaparecidos, esta ciencia espiritual me ha dado un marco a través del que comprender el proceso.

Después de dichos estudios sobre el Insuperable Yoga, y al mirar de nuevo *El Libro Tibetano de los Muertos*, éste me ha parecido menos relevante en cuanto a las modernas experiencias de la muerte y el morir. Después de todo, fue creado con la intención de ser un manual popular diseñado para el tibetano laico normal y no para el adepto al yoga. También me he dado cuenta de que Stephen Levine, y otros introductores de yogas para morir dirigidos a los norteamericanos contemporáneos, han encontrado su imaginería demasiado complicada y poco familiar para la persona normal que se enfrenta con su propia muerte. ¿Cuánta gente en Toledo o en Topeka puede habérselas con un heruka (una arquetípica deidad masculina heroica) o con una dakini (un dinámico ángel femenino)? ¿Una deidad apacible? ¿Una deidad furiosa? ¿No sería mejor para ellos utilizar manuales para morir que hayan sido desarrollados en su nativa fe cristiana o judía? Las descripciones técnicas de la muerte en la literatura de la *Comunión Esotérica* dan la impresión de ser más claras y sistemáticas, aunque no han sido escritas para ser utilizadas por la gente común al enfrentarse con el proceso de la muerte.

Así pues, cuando Bantam Books me propuso llevar a cabo una nueva traducción del texto básico, junto con un comentario popular, no estaba muy seguro de querer hacerlo.

Para empezar, todos necesitamos escapar del título erróneo, o al menos reducirlo a subtítulo. Ninguna expresión tibetana es traducible como «Libro de los Muertos». En el verdadero título tibetano, *Bardo thos grol*, la palabra *bardo* simplemente significa el «estado intermedio». Hablando llanamente, «el intermedio» hace referencia a todo el proceso entre muerte y renacimiento. Más técnicamente, los tibetanos disciernen entre seis intermedios, los intervalos entre nacimiento y muerte («vida intermedia»), sueño y despertar («sueño intermedio»), despertar y trance («trance intermedio»), y tres intermedios durante el proceso muerte-renacimiento («momento de la muerte», «realidad», y «existencia» intermedias). *Thos pa* designa uno de los tres tipos de conocimiento o comprensión, desarrollados por el aprendizaje, la reflexión y la meditación. Las palabras *thos gros* significan que las enseñanzas de este libro «liberan» sólo con ser «aprendidas» o «comprendidas», ofreciendo a la persona que se enfrenta al estado intermedio una comprensión tan naturalmente clara y profunda que no requiere de una ulterior reflexión o contemplación. Así pues, el título tibetano más común de la obra es *El Gran Libro de la Liberación Natural Mediante la Comprensión en el Estado Intermedio (Bardo thos grol chen no)*. En sí

mismo es una subsección de una obra de mayor envergadura titulada *La Profunda Enseñanza de la Liberación Natural a través de la Contemplación de las Deidades Búdicas Apacibles y Furiosas*.

Tras dichas reflexiones me sentí inspirado y decidí realizar una versión que fuese sencilla y útil, de lectura fácil para los apenados familiares, y fácil de escuchar para las almas suspendidas en el aire por encima de sus cuerpos que se preguntan qué es lo que les ha ocurrido. Al mismo tiempo, en el comentario, añadiría una descripción técnica del proceso de la muerte considerada desde la gran literatura tibetana del Insuperable Yoga.

El resultado es el presente libro. Según trabajaba encontré otras ediciones tibetanas que me parecieron más veraces y que a menudo clarificaron ciertas oscuridades de la edición impresa en la India que me había dado mi maestro. También encontré algunas secciones no traducidas de la obra mayor, que clarificaban la enseñanza; las he incluido como apéndices en la edición en inglés. Trabajar en este texto ha resultado una experiencia fascinante y gratificante; y me siento, de nuevo, agradecido a mi último maestro. Espero que ustedes también lo encuentren de utilidad.

ROBERT A.F. THURMAN  
*Ganden Dekey Ling,*  
*Woodstock, Nueva York*  
*Agosto de 1992*

*Nota:* En el trabajo que sigue a continuación he evitado las notas a pie de página a fin de hacer sencilla la lectura del texto al lector en general, y para que todo pudiera encontrarse en la página que se está leyendo. Aparecen, claro está, términos y conceptos poco familiares, que he incluido en un glosario al final del libro, con breves explicaciones sobre todos los términos especiales, nombres, lugares y objetos importantes.

Al escribir los nombres sánscritos y tibetanos he optado por transcribirlos fonéticamente, tal y como son pronunciados por el lector inglés, sin observar las convenciones de la transliteración erudita: Shakyamuni y no Sakyamuni; Vairochana y no Vairocana, y demás. He omitido las barras horizontales sobre vocales y escrito la vocal *r* como «er».

**PRIMERA PARTE:**  
**PREPARATIVOS PARA EL VIAJE**

# 1. INFORMACIÓN PREVIA

## ***NOCIONES GENERALES SOBRE LA HISTORIA TIBETANA***

Los tibetanos siempre han llamado Bö a su tierra natal, añadiendo Khawaje -«Tierra de las Nieves»- en alguna ocasión. El registro de su propia historia data de unos veintitrés siglos, remontándose a la época del Imperio Greco-Macedonio de Occidente, el Imperio Maurya de la India y el último Imperio Chou de la China. Durante los primeros ocho siglos, el Tíbet fue gobernado por una dinastía militar. Su sistema religioso era animista, regido por un sistema sacerdotal de chamanes expertos en adivinación, brujería y sacrificios. La forma de gobierno se centraba en una familia real que se creía había descendido de los cielos. Los siete primeros reyes descendieron para gobernar por una escalera mágica que colgaba del espacio, volviendo a ascender por ella una vez que les había llegado la hora de morir. Debido a ciertos conflictos que tuvieron lugar en palacio, el octavo rey cortó la escala celestial, y desde entonces los reyes, al igual que los faraones egipcios,

fueron enterrados en grandes túmulos funerarios, junto con sus posesiones y acompañantes.

La primera dinastía estaba localizada en el Valle de Yarlung, un valle fluvial que se extendía hacia el sur desde el oriental Tsang-chu (el Brahmaputra), cerca de la actual Tsetang. Gradualmente, a lo largo de los siglos, la dinastía fue añadiendo tribus y territorios bajo su dominio, uniendo a los señores de los reinos vecinos en un entramado feudal y militar. Las tribus que unificaron ya se hallaban relacionadas por tres lazos comunes: el territorio, el idioma y la tendencia religiosa. Todas ellas habitaban la meseta tibetana, de más de dos millones y medio de kilómetros cuadrados, con una altitud media de entre 4.000 y 4.300 mts. Vivir a dichas altitudes implica una compleja adaptación fisiológica. Para encontrarse bien allá arriba se necesita haber nacido allí, fruto de un linaje bien aclimatado. El idioma tibetano pertenece a la familia tibetano-birmana, distinta de la índica, dárdica, turca, mongola y china, imperantes en las tierras bajas de los alrededores. En cuanto a la religión, los tibetanos tendían a deificar los elementos de la naturaleza, sobre todo las montañas y el cielo, y compartían un complejo conjunto de rituales de sacrificio, adivinación y propiciación de un diverso panteón de deidades del inframundo, paisajísticas y celestiales.

Esta cultura desarrollada a tan gran altitud se distinguía de las de su entorno por su orientación más «espiritual». La duración de la vida a dicha altitud es algo más corta y el

sorprendente y espectacular paisaje montañoso induce a la reflexión y la contemplación. Durante los primeros siglos, esta espiritualidad era práctica en sus perspectivas. Al igual que la mayoría de los chamanismos, buscaba el éxito mundano, la victoria, la salud, la riqueza y la progenie. Durante el proceso de expansión militar, parece que la religiosidad se enfocó hacia un culto por la realeza, dirigido por sacerdotes-chamanes. Como el rey había descendido de los cielos como una divinidad sobre la tierra, garantizaba el poder y el orden. El chamán ayudaba a mantener dicho orden invitando al descenso del rey, asegurando la cooperación de las deidades de los cielos, tierras e inframundo, y encargándose de la transición del viejo al nuevo rey. Al chamán se le requería viajar hasta la tierra de los muertos y regresar, a fin de obtener experiencia personal sobre el período de caos existente entre reinos. Su papel era extraer poder del caos a la vez que lo mantenía en su lugar, asegurando la continua separación de la tierra de los vivos, el reino del orden.

La cultura dinástica tibetana reinó durante varios siglos. Los reinos rivales de las tierras bajas colindantes no podían permanecer durante largo tiempo en la alta meseta, por lo que pudo desarrollarse sin interferencias. Las luchas de los tibetanos con su medio ambiente natural y entre ellos mismos, les fortalecieron, y en el siglo VI habían unificado las tierras altas y se habían convertido en un imperio con el que había que contar. Empezaron a llevar a cabo campañas en todas direcciones hacia las tierras bajas. En esa época

desarrollaron una temible reputación entre los pueblos chinos, turcos, mongoles, persas e indios.

A principios del siglo VII, un emperador llamado Songzen Gambo alcanzó los límites naturales del imperio militarista. La unidad entre señores de la guerra es siempre tenue, y los tibetanos no tenían interés en expandirse por las tierras bajas. El emperador empezó a transformar la civilización militarista feudal en algo más pacífico y espiritual, basado en una perspectiva moral. Al trabajar sobre esta transformación, Songzen Gambo investigó las grandes civilizaciones del Asia exterior (desde su perspectiva), y se dio cuenta de que el Budismo Universalista (Mahayana) constituía la vertebración cultural de las dinastías Pala y post-Gupta de la India, de las ciudades-estado de la Ruta de la Seda de Asia Central y de la dinastía T'ang de China. Así que dio comienzo a un sistemático proceso de adaptación cultural. Envió un grupo de eruditos a la India para estudiar sánscrito, creó un idioma escrito para los tibetanos y empezó a traducir la vasta literatura budista. Se casó con nueve princesas de diferentes países vecinos, incluyendo Nepal y la China T'ang, pidiendo a cada una de ellas que aportaran al Tíbet instrumentos y textos budistas. Construyó un sistema geomántico de templos imperiales, centralizado en las catedrales de Jokhang y Ramoche en su nueva capital de Lhasa, con una red de templos secundarios, creando una estructura sacra que contenía a la nación.

Durante los dos siglos y medio siguientes, sus sucesores continuaron la obra de transformación cultural, patrocinando traducciones, conferencias de investigación, construyendo instituciones y educando a sus súbditos. Este proceso alcanzó un alto grado durante la última década del siglo VIII, en el reinado del emperador Trisong Detsen, quien, con la ayuda del experto indio Padma Sambhava y del abad budista indio Shantarakshita, construyó el primer monasterio en Samye. Allí fue trasplantada la estructura universitaria budista india, dando comienzo un proceso de sesenta años de recopilación de todo el conocimiento útil disponible entonces en Asia. Matemáticas, poesía, medicina, el arte de gobernar, arte y arquitectura; fueron cultivadas todas esas ramas del conocimiento, no únicamente la filosofía y psicología budistas. Fueron invitados eruditos de Persia, India, Uighuria, Mongolia, los estados de la Ruta de la Seda y de la China T'ang, y los tibetanos se convirtieron en hábiles y diestros en comparar y combinar, en su búsqueda de la mejor comprensión del hombre y la naturaleza. Por ejemplo, durante la década de los treinta del siglo XIX, cientos de eruditos de todo el mundo conocido pasaron una década comparando los sistemas de medicina de India, China, Persia, Mongolia y Uighuria, creando un sistema médico tibetano que integraba la mejor psicología, anatomía, neurología, cirugía, botánica, química y nutrición disponibles, con la tecnología espiritual budista.

Tras alcanzar este alto grado de desarrollo, siguió un período de confusión, precipitado por la excesiva presión de los emperadores en su inyección de perspectivas y prácticas budistas en todos los ámbitos de la vida. Dentro de la familia real hubo una revuelta. Una serie de asesinatos y golpes culminó con el hundimiento de la dinastía, la fragmentación regional de la nación y la suspensión temporal del budismo. No obstante, al cabo de un siglo, volvieron a emerger los puntos de vista e instituciones budistas, ahora enraizadas en el pueblo, con el apoyo de los gobernantes regionales. Durante los tres siglos siguientes, los tibetanos dirigieron sus intereses hacia la educación budista, y se construyeron monasterios por todo el país. El vasto trabajo de traducción fue completado y se desarrolló una voluminosa literatura indígena. No hizo su aparición ninguna dinastía real que controlase todo el país. El militarismo tibetano fue incapaz de volver a hacer acto de presencia debido al poder del budismo y su moralidad de no violencia. Las familias nobles locales todavía gobernaban en las zonas regionales, pero compartían cada vez más su poder social y político con las rápidamente desarrolladas instituciones monásticas.

Durante los siglos XIII y XIV, el imperio mongol unificó la mayor parte de Eurasia, y el Tíbet fue formalmente incorporado a la Pax Mongólica. En realidad, pocas cosas cambiaron, siendo dividido en trece regiones administrativas principales, cada una de ellas gobernada por una combinación de la familia gobernante local y de la

jerarquía monástica local. La jerarquía Sakya de la familia Khon fue puesta al mando de todo por Kubilai Khan, pero la jerarquía Sakya era más una figura espiritual que un administrador activo. Hacia finales del siglo XIV cayó el imperio mongol, y la dinastía tibetana nativa de Pagmodru se hizo con el control de todo el Tíbet. Al mismo tiempo, se dio un renacimiento espiritual, consecuencia de la obra del Lama Jey Tsong Khapa. La nueva era de dedicación nacional a la práctica del budismo como el principal objetivo en la vida fue rubricada mediante la fundación del Gran Festival de la Oración, en Lhasa, en 1409. El lama ofreció ornamentos celestiales a la imagen del Buda Shakyamuni de Jowo Rimpoché que albergaba la catedral de Jokhang, para simbolizar la realización en la nación de la eterna presencia del Buda. Así dio comienzo una tradición celebrada en toda la nación por la que todo el mundo se reunía durante dos semanas de oración y celebración cada nuevo año lunar. Las llaves de la ciudad fueron devueltas a los abades monásticos y todos los negocios quedaron suspendidos. El festival fue un acontecimiento de máxima importancia en todo el Tíbet entre 1409 y 1960, cuando acabó forzado por la ocupación china.

Durante los siglos XV y XVI, el renacimiento iniciado por Tsong Khapa transformó el paisaje espiritual, social y físico del Tíbet. En todas las regiones se intensificaba la construcción de nuevos monasterios, al tiempo que cada vez más hombres y mujeres se sentían determinados a

dedicar sus «preciosas vidas humanas dotadas de libertad y oportunidad» a colmar su evolución y alcanzar la iluminación. El clima social se pacificó cada vez más, y fue descendiendo el número de individuos disponibles para los ejércitos de los señores de la guerra locales que quedaban. Uno de los más jóvenes discípulos de Tsong Khapa, Gendun Drubpa, fue líder de la nueva Orden Geluk durante una larga y creativa vida de inspirada enseñanza, escritura y construcción. Tras su muerte, un joven en otra región reclamó ser Gendun Drubpa desde el momento en que pudo hablar. Tras muchas pruebas y reconocimientos milagrosos, fue aceptado por la comunidad como la reencarnación real del gran maestro, y fue criado y educado para llevar a cabo el mismo papel de líder, con el nombre de Lama Gendun Gyatso. Su subsecuente reencarnación, descubierta mediante milagros, pruebas y habilidades demostrativas similares, Sonam Gyatso, estuvo a la cabeza de la orden durante el siglo XVI, hasta que durante una histórica visita a Mongolia en 1573, fue nombrado «Dalai Lama» («Maestro Oceánico») por el emperador mongol Altan Khan. Incluyendo retroactivamente a su dos predecesores, Sonam Gyatso fue conocido como Su Santidad el Tercer Dalai Lama.

Durante la época de Sonam Gyatso y la de su sucesor, los señores de la guerra del Tíbet habían empezado a sentirse demasiado constreñidos por la oleada de renacimiento espiritual, dedicación popular a la educación de la iluminación y a la actividad poco beneficiosa, en términos

económicos y de tiempo, de construcción de monasterios. A principios del siglo XVII tuvo lugar un período de turbulencia, del que dependía el destino del país. ¿Prevalecerían las fuerzas seculares de lo que quedaba de la aristocracia militarista de los señores de la guerra locales, recortando la importancia de la forma de vida centrada en los monasterios, al igual que lo que sucedía al mismo tiempo en el norte de Europa, China y Japón? ¿O bien abandonarían sus formas de violencia, dejarían sus armas y, de una vez y para siempre, abrazarían ellos mismos el sendero de la evolución espiritual?

En 1642, casi exactamente mil años después de la construcción de la catedral Jokhang, Su Santidad el Quinto Dalai Lama (1617-1682) fue coronado como rey del Tíbet, fundando el Gobierno del Palacio Ganden de la Victoria, que los tibetanos todavía consideran como su gobierno legítimo. El Gran Quinto, como es conocido, creó una forma única de gobierno eminentemente adaptado a la especial sociedad del Tíbet. Estaba casi por completo desmilitarizada, reconociendo la centralidad de las instituciones monásticas en la vida nacional y la prioridad dada a la no violencia. La nobleza fue virtualmente expropiada, reteniendo el uso y la renta de parte de sus propiedades hereditarias sólo como salario por sus servicios al gobierno de Ganden. Fueron totalmente desprovistos de sus ejércitos privados, perdiendo su poder feudal sobre la vida y la muerte de sus campesinos, que

hasta entonces se habían parecido enormemente a los siervos medievales de Rusia y Europa.

Internacionalmente, la independencia tibetana y la integridad nacional fueron garantizados por los nuevos emperadores panasiáticos de la época, los manchúes. Un pueblo tungúsico procedente de los bosques del norte de Corea, que conquistó la China septentrional en 1644 y que podía conquistar el resto de Asia Oriental sin el impedimento de rival alguno. Debido a su autoridad sobre los temibles mongoles, el Dalai Lama fue considerado como un poderoso aliado por el nuevo emperador manchú. En 1651 se formalizó una alianza entre el emperador manchú Shun Chih y el Gran Quinto. Los manchúes reconocieron la autoridad secular del Dalai Lama sobre el Tíbet y su autoridad espiritual sobre el mundo tal y como lo conocían. El Dalai Lama reconoció a los manchúes como los legítimos gobernantes de Manchuria y China y como protectores internacionales del Dharma budista, de sus practicantes e instituciones. La condición era que el Dalai Lama estaba de acuerdo en animar a los mongoles a practicar el budismo, y que los manchúes estaban de acuerdo en proteger la paz de las sociedades budistas desmilitarizadas. La pacificación tibetana de los mongoles, la desmilitarización de la más poderosa de las sociedades, es una de las más importantes transformaciones sociales de la historia, aunque no resulta menos sorprendente la propia transformación del Tíbet durante el milenio anterior.

## ***TÍBET: UNA CIVILIZACIÓN ESPIRITUAL***

Durante los tres siglos del período moderno del Tíbet la prioridad nacional fue la educación monástica, la creatividad literaria y filosófica, la práctica de la meditación, el desarrollo de las artes rituales y los festivales y cosas similares. Los expertos espirituales eran aceptados como el más alto nivel de la sociedad tibetana y se consideraba que se habían convertido en Budas perfectos mediante su práctica de los Tantras (tecnologías espirituales) del Insuperable Yoga (autocultivarse). Eran aventureros del mundo interior tenidos en la más alta estima, el equivalente tibetano de nuestros astronautas. Creo que habría que denominarles «psiconautas». Viajaban personalmente a las más lejanas fronteras de ese universo que su sociedad consideraba vital explorar: las fronteras interiores de la propia conciencia, con todas sus transformaciones en vida y más allá de la muerte.

En la cultura occidental, las últimas fronteras de nuestra conquista material del universo están en el espacio exterior. Nuestros astronautas son nuestros héroes y heroínas extremos. Sin embargo, los tibetanos están más preocupados por la conquista espiritual del universo interior, cuyas fronteras están en los reinos de la muerte, el estado intermedio, y los éxtasis contemplativos. Así pues, los lamas tibetanos que conscientemente podían atravesar el proceso de disolución, cuyas mentes podían desapegarse del cuerpo físico y utilizar el cuerpo mágico para viajar a

otros universos, esos «psiconautas», son los héroes y heroínas extremos de los tibetanos. Los Dalai Lamas y los miles de lamas «reencarnados» (también llamados «Tulku», que significa «Emanación de Buda») son esos héroes y heroínas. Se cree que han dominado los procesos de muerte, estado intermedio y renacimiento, y que continuamente eligen, vida tras vida, regresar al Tíbet llenos de compasión para conducir a los tibetanos en su vida nacional espiritual y para beneficio de todos los seres sintientes.

Así pues, la moderna civilización tibetana era única en el planeta. Sólo una civilización así podía haber producido las artes y ciencias del morir o de la muerte transmitidas en este libro. Describo el único y complejo carácter psicológico que corresponde a la moderna sociedad tibetana como «modernidad interior», que debe ser entendida en contraste con el moderno complejo carácter psicológico, que puede ser descrito como «modernidad exterior». El complejo carácter occidental aparece normalmente contrapuesto con el premoderno carácter «tradicional». A menudo es descrito como un complejo o conjunto de rasgos como el individualismo, la apertura y flexibilidad de la identidad, un pensamiento sin pausa y adherencia a la racionalidad. Este moderno carácter occidental está relacionado con una percepción peculiar de todas las cosas –incluidos los objetos psíquicos o mentales– como reducibles en última instancia a entidades materiales cuantificables. Eso es lo que le otorga su «exteriorización».