



INTERCÂMBIO

La legitimación del budismo por medio de la ciencia: modalidades y apropiaciones en el campo religioso argentino

The legitimation of Buddhism through science: modalities and appropriations in the Argentine religious field

Catón Carini*

Resumen: El presente escrito apunta a indagar el proceso por el cual el budismo es relacionado con la ciencia como mecanismo de legitimación de sus prácticas meditativas y de su cosmovisión. La primera parte efectúa un recorrido histórico por los distintos momentos que jalonan el diálogo entre el budismo y la cosmovisión científica en el contexto sociocultural occidental. Luego, explora las narrativas de diversos líderes budistas contemporáneos y de personalidades del campo científico a fin de identificar las distintas modalidades argumentativas que postulan la compatibilidad entre el budismo y la ciencia. A partir de este esquema conceptual, la última sección se ocupa de analizar los relatos de practicantes comprometidos de centros budistas formados en la Argentina en las últimas décadas, con el propósito de indagar las modalidades de recepción y apropiación de este discurso.

Palabras clave: Budismo. Ciencia. Religión. Legitimación.

Abstract: This paper aims to investigate how Buddhism is related to science as a mechanism for legitimizing its meditative practices and worldview. The first part takes a historical review of the different moments that mark the dialogue between Buddhism and the scientific worldview in the Western sociocultural context. Then, the paper explores the narratives of various contemporary Buddhist leaders and personalities from the scientific field to identify the different argumentative modalities that support the compatibility between Buddhism and science. From this conceptual scheme, the last section of the article analyzes the stories of committed practitioners of Buddhist centers formed in Argentina in recent decades to investigate the modalities of reception and appropriation of this discourse.

Keywords: Buddhism. Science. Religion. Legitimation.

Resumo: Este artigo tem como objetivo investigar o processo pelo qual o budismo se relaciona com a ciência como um mecanismo de legitimação de suas práticas meditativas e visão de mundo. A primeira parte do artigo apresenta um panorama histórico dos diferentes momentos que marcam o diálogo entre o budismo e a visão de mundo científica no contexto sociocultural ocidental. Em seguida, explora as narrativas de vários líderes budistas contemporâneos e personalidades científicas a fim de identificar os diferentes modos de argumentação que postulam a compatibilidade entre o budismo e a ciência. Com base nessa estrutura conceitual, a última seção analisa as narrativas de praticantes comprometidos de centros budistas formados na Argentina nas últimas décadas, com o objetivo de investigar as modalidades de recepção e apropriação desse discurso.

Palavras-chave: Budismo. Budismo. Religião. Legitimação.

* Doctor en Ciencias Naturales (UNLP, Argentina). ORCID: 0000-0003-3108-8183. Contacto: catoncarini@yahoo.com.ar

Introducción

Con el advenimiento de la modernidad, muchas expresiones religiosas han buscado legitimidad a partir del diálogo con distintas disciplinas del campo científico, entre las cuales se encuentran la filosofía, la física, la biología y la psicología. En el presente, tanto las instituciones de larga tradición como los nuevos movimientos religiosos ponen en juego diversas estrategias a fin de ser avalados por la autoridad de la ciencia. El budismo no ha escapado a este fenómeno y apelar a la científicidad de sus ideas y técnicas espirituales es una práctica recurrente que diversos agentes ponen en juego para realizar una labor de legitimación de esta religión. Efectivamente, uno de los rasgos más destacados del proceso de adaptación del budismo al público occidental es el establecimiento de correspondencias, paralelismos y homologías con la ciencia, de forma tal que se presentan sus ideas y prácticas como compatibles con la cosmovisión científica. Por ello, si queremos comprender la recreación de instituciones budistas en contextos occidentales, es preciso analizar los mecanismos mediante los cuales se construye lo que McMahan (2018) denomina como el “discurso del budismo científico”, el cual tiene una larga trayectoria que comienza en Asia a fines del siglo XIX y continúa en el budismo globalizado de la actualidad. En este recorrido, diversos líderes y simpatizantes budistas alinearon esta religión con el racionalismo científico, influenciados por los contextos socioculturales en los que actuaron y por las transformaciones propias del campo científico.

El propósito general de este trabajo se centra en analizar los diferentes mecanismos discursivos por los cuales el budismo contemporáneo apela a la ciencia como estrategia de legitimación. A partir de esta categorización, se examinarán las narrativas de practicantes budistas argentinos a fin de esclarecer su manera de concebir el vínculo entre el budismo y la ciencia. Partimos aquí de la idea de que el estudio del discurso del budismo científico es un elemento clave a la hora de comprender las transformaciones del campo religioso argentino en general –y del subcampo budista en particular–, pues posibilita apreciar su incidencia en la adscripción a esta religión a nivel local. A su vez, comprender las modalidades y alcances del discurso del budismo científico posibilitará realizar análisis comparativos con otras minorías religiosas que también apelan a la científicidad de sus prácticas y cosmovisiones¹. El escrito se encuentra estructurado en tres secciones. A fin de contextualizar la discusión, la primera reseña brevemente el período inicial de la construcción del discurso del budismo científico. La segunda, se ocupa de determinar las diferentes áreas en las se establecen relaciones entre la ciencia y el budismo, tomando como referencia las apreciaciones de reconocidos líderes budistas y de personalidades pertenecientes al campo científico. Finalmente, la tercera sección explora las narrativas acerca de la relación entre el budismo y la ciencia sostenidas por practicantes budistas argentinos adscriptos a centros de la línea tibetana, zen y *vipassana*.

1 Cabe mencionar que, si bien algunos autores han analizado las formas por las cuales las religiones en general, y el budismo en particular, buscan legitimarse mediante la ciencia (cf. Lewis, 2010; Lopez, 2008; McMahan, 2004, 2018; McMahan, Braun 2017), no encontramos un estudio que apunte específicamente a determinar los distintos mecanismos argumentativos que construyen el discurso del budismo científico, lo cual justifica el presente estudio.

Orígenes del discurso del budismo científico

En el siglo XIX se forjó la noción que afirma que el budismo es la única religión compatible con la ciencia, la cual puede pensarse como una forma de revitalizarlo tras el declive que trajo consigo el colonialismo, el racismo occidental y las misiones cristianas. Esta representación temprana fue importante en el establecimiento de movimientos reformistas del budismo en Asia que adaptaron esta religión a los tiempos modernos. Como señala Baumann (2002), este budismo reformista o modernista puso énfasis en el estudio de textos sagrados, en los elementos racionales de la doctrina y en la eliminación de la cosmología tradicional, junto con el hincapié en la práctica de la meditación, el universalismo y la reforma social. A su vez, esto le otorgó un cierto grado de legitimación en Occidente, elemento que contribuyó a que pudiese llegar a un nuevo público.

Una de las personalidades más destacadas para el desarrollo inicial del discurso del budismo científico fue Anagarika Dharmapala (1864-1933), un escritor cingalés educado en colegios ingleses y pionero en predicar el budismo en Asia, Europa y EE.UU. Durante el Parlamento Mundial de Religiones, realizado en el marco de la Feria Mundial de Chicago de 1893, apeló a la científicidad del budismo para explicar su doctrina empleando nociones provenientes de las ciencias naturales tales como “causa y efecto” y “evolución”. Su propósito giraba en torno a combatir la mirada orientalista imperante en la época, la cual consideraba al budismo como una religión nihilista y degradada por la “superstición”, la “idolatría” y el ritualismo. Dharmapala no solo quería difundir el budismo en Occidente, sino también dotarlo de prestigio y promover su renacimiento o revitalización en la propia Ceilán, donde esta religión fue prohibida tras la colonización europea (McMahan, 2018).

Otro difusor temprano del discurso del budismo científico fue Henry Steel Olcott (1832-1907), militar estadounidense, masón y fundador de la Sociedad Teosófica en el año 1875, quien consideraba a la tradición literaria del budismo como la más noble, filosófica y científica entre todas las religiones. El famoso libro de Olcott, *Catecismo budista* (2013 [1881]), presenta un innovador capítulo titulado “Budismo y ciencia”. Si bien este autor le otorgó mucha importancia a la investigación empírica y a las explicaciones racionales para probar la existencia de fenómenos sobrenaturales, el término que empleaba era el de “ciencia oculta”, por lo que no hacía tanto hincapié en la alineación del budismo con la ciencia convencional (McMahan, 2018).

Pero la figura occidental más relevante a la hora de presentar de manera popular el budismo en términos racionales y científicos fue Paul Carus (1852-1919). Este inmigrante alemán, residente en EE. UU., escribió, entre otras obras, *El evangelio de Buda* (2012 [1894]), donde planteaba que las verdades esenciales del budismo y el cristianismo apuntan a una religión universal que todavía no se ha hecho presente en el mundo. Al mismo tiempo, afirmaba que ese núcleo esencial se encontraba en total consonancia con las verdades científicas modernas y profetizaba que sería un factor fundamental para el progreso material, moral y espiritual de la humanidad (McMahan, 2018).

Estos escritores, junto a otras personalidades, entre las cuales se encuentran el erudito japonés Soen Shaku (1860-1919) y la ocultista rusa Helena Blavatsky (1831-1891), cofundadora de la Sociedad Teosófica junto a Olcott, sentaron las bases del

discurso del budismo científico. Posteriormente, a mediados del siglo pasado, otras renombradas figuras contribuyeron a extenderlo, entre las cuales destacan los físicos Albert Einstein, Niels Bohr y Robert Oppenheimer, y los filósofos y matemáticos Alfred North Whitehead y Bertrand Russell (cf. Verhoeven, 2001). A fines del siglo XX, el discurso del budismo científico se volvió todavía más extenso y sofisticado, y hoy en día se encuentra en pleno auge (McMahan, 2018). En lo que sigue, exploraremos algunas variantes de este discurso.

Dimensiones del discurso del budismo científico contemporáneo

La primera variante del discurso del budismo científico que identificamos es la que llamaremos “ontológica”, por la cual se establecen puentes que conectan la cosmología budista con la física, la química y la biología. Este discurso asevera que las explicaciones budistas sobre interrogantes tales como el origen del universo, la naturaleza de la realidad y el surgimiento de la vida se encuentran en armonía con la visión científica. Desde esta perspectiva, el budismo y la ciencia proporcionan explicaciones similares sobre un mismo fenómeno. El Dalai Lama, líder espiritual del pueblo tibetano, a menudo postula el argumento ontológico, el cual ha ido desarrollando a lo largo de los años mediante el diálogo sostenido con científicos de todo el mundo. Entre sus interlocutores, con quienes ha intercambiado puntos de vista cosmológicos y ontológicos, destacan los físicos David Bohm y Carl von Weizsäcker, el astrónomo Carl Sagan y el filósofo de la ciencia Karl Popper. En el libro *El universo en un solo átomo* (Gyatso, 2007), argumenta:

Según la teoría (budista) del vacío, cualquier creencia en la realidad objetiva, fundamentada en la suposición de una existencia intrínseca independiente, es insostenible. Todas las cosas y acontecimientos, sean materiales, mentales o, incluso, abstractos, como el concepto de tiempo, carecen de una existencia objetiva independiente (Gyatso, 2007, p. 36) ... Para un budista [...] existe una concordancia inconfundible entre la noción del vacío y la nueva física. Si en el nivel cuántico la materia resulta ser menos sólida y definible de lo que parece, tengo la impresión de que la ciencia se va acercando a las nociones contemplativas budistas del vacío y la interdependencia (Gyatso, 2007, p. 39).

Una de las personas que más contribuyó a popularizar este tipo de paralelismos es el físico austríaco Fritjof Capra, quien en su famoso libro *El tao de la física* (2000 [1975]) afirma:

Al igual que los físicos modernos, los budistas ven todos los objetos como procesos de un flujo universal y niegan la existencia de toda substancia material. Esta negación es uno de los rasgos más característicos de todas las escuelas de filosofía budista (Capra, 2000, p. 84). El vacío de la física moderna presenta el más estrecho paralelismo con el vacío del misticismo oriental. Al igual que el vacío oriental, el “vacío físico” -como se le denomina en la teoría del campo- no es un estado de simple nada, sino que potencialmente contiene todas las formas del mundo de las partículas [...] Como dice el sutra, “la forma es el vacío, y el vacío es realmente la forma” (Capra, 2000, p. 92).

Dentro de la variante ontológica es posible identificar dos argumentos que sitúan al budismo en un lugar de preeminencia por sobre la ciencia. El primero, que llamaremos “argumento del budismo como precursor de la ciencia”, lo considera pionero a

la hora de realizar hallazgos sobre la naturaleza de la realidad. El budismo anticipa la ciencia y luego la ciencia confirma, valida o certifica sus descubrimientos. De modo que la relación de primacía radica en el carácter innovador del budismo con respecto a la ciencia moderna. Según McMahan (2018), esta tesis fue frecuente en el inicio del discurso del budismo científico, pues estaba presente, por ejemplo, en los alegatos de Dharmapala durante el mencionado Parlamento Mundial de Religiones. Según Payne (2020), la retórica temprana que afirma que el Buda conocía las verdades científicas modernas debe entenderse como resultado de la presión generada por el encuentro entre el budismo y las ideas cristianas occidentales, donde se piensa que uno de los atributos de Dios es el conocimiento de todas las cosas. Así, el Buda, al igual que el Dios de la Biblia, poseería el atributo de la omnisciencia. El Dalai Lama ilustra la vigencia de este argumento de la siguiente manera: “Un aspecto de Buda Sakyamuni (es que fue) un gran filósofo de la antigüedad, un gran pensador de la antigüedad, y un gran científico. Él fue el primero en descubrir la ciencia cuántica” (Gyatso, 2022). Otro testimonio del Dalai Lama que ejemplifica este argumento, esta vez en relación a la evolución del universo, es el siguiente:

La cosmología moderna, como casi todo en las ciencias físicas, se fundamenta en la teoría de la relatividad de Einstein. En cosmología, las observaciones astronómicas combinadas con la teoría general de la relatividad, que reformuló la gravedad como la curvatura del espacio y tiempo, han demostrado que nuestro universo ni es eterno ni es estático en su forma actual. Está en un proceso de evolución y expansión continuas. Este hallazgo concuerda con la intuición básica de los antiguos cosmólogos budistas, quienes pensaban que cualquier sistema cosmológico dado atraviesa fases de formación, expansión y, por último, destrucción (Gyatso, 2007, p. 61).

El segundo argumento ontológico que otorga preeminencia al budismo no hace tanto hincapié en su carácter precursor a nivel temporal, sino en la relación de complementariedad con la cosmovisión científica. En otras palabras, se concibe la doctrina budista como un corpus de conocimiento que viene a explicar aquellas cosas que la ciencia no puede explicar, especialmente aquellas relacionadas al dominio de la mente, la conciencia o el espíritu. De esta forma, sorteando los límites ontológicos del discurso científico cumpliendo una tarea cognoscitiva complementaria a la ciencia:

El budismo y la ciencia cognitiva adoptan perspectivas diferentes ante la ciencia emergente de la conciencia, ante la investigación de la mente y sus distintas modalidades. La ciencia cognitiva aborda dicho estudio primordialmente sobre la base de las estructuras neurobiológicas y las funciones bioquímicas del cerebro, mientras que la investigación budista de la conciencia [...] se basa en la comprensión de las funciones y modalidades de la mente y sus dinámicas causativas (Gyatso, 2007, p. 134-135).

La segunda variante del discurso del budismo científico es la que vamos a llamar “metodológica”. En ella, el budismo es pensado como un corpus de conocimiento filosófico, psicológico y espiritual que dispone de procedimientos racionales para alcanzar el objetivo de liberar a las personas del sufrimiento y conectarlas con la dimensión sagrada de la existencia. La actitud científica del budismo y de sus técnicas espirituales se caracterizaría por sostener valores afines a la ciencia tales como el pragmatismo, el empirismo, y la autoridad de la experiencia personal por sobre el conocimiento dogmático

y la autoridad tradicional. Esta actitud abierta a la crítica y a las reformulaciones estaría en total consonancia con la racionalidad científica moderna. El maestro birmano S. N. Goenka, creador de la organización budista internacional Meditación Vipassana brinda un claro testimonio de la variante metodológica del budismo científico:

El Dharma no es más que una ciencia pura, una súper-ciencia de mente y materia: la interacción de la mente y la materia (Goenka, 2012, p. 20). Todo el proceso es muy científico, bien orientado hacia los resultados. Obtienes resultado de ello aquí y ahora. Comprendes tu problema, y comienzas a librarte de tu problema de una manera muy científica, de una manera muy racional (Goenka, 2012, p. 72). Uno empieza aprendiendo a observar sin reaccionar. Examinad con objetividad el dolor que sentís, como si fuera de otra persona. Inspeccionadlo tal y como un científico observa un experimento en su laboratorio. Cuando fracaséis, intentadlo de nuevo. Seguid intentándolo y comprobaréis que, poco a poco, vais saliendo del sufrimiento [...]. Esto es lo que Siddhattha Gotama hizo para llegar a ser un Buddha: empezó observando la realidad dentro del marco de su propio cuerpo como un científico investigador, pasando de la verdad burda y aparente a otra más sutil, hasta llegar a la verdad más sutil de todas las verdades. (Goenka, 2007, p. 30-31).

A menudo, este discurso va de la mano con una crítica a las religiones tradicionales y a fenómenos tales como la conversión, la fe y los dogmas:

Nos hemos involucrado con todas esas religiones organizadas, esas filosofías, creencias, dogmas, cultos, ritos y rituales y hemos olvidado el verdadero Dharma (Goenka, 2012, p. 20). Es muy científico, muy racional, muy orientado a los resultados. No tiene nada que ver con el hinduismo, el budismo, el islamismo o el cristianismo. Es la ley, la ley de la naturaleza. No hay conversión en ello. Uno debe entender esto. Existe la impresión muy equivocada de que practicando vipassana uno se convertirá en budista, o jaina, o en algo más, vipassana no tiene nada que ver con eso (Goenka, 2012, p. 81).

La tercera variante del discurso del budismo científico es la que denominamos como “terapéutica”. Se trata aquí de poner énfasis en las prácticas meditativas budistas desde la mirada de disciplinas tales como la biología, la psicología y la medicina. La idea central de esta variante es que estas prácticas producen beneficios a nivel corporal, emocional y mental, susceptibles de ser estudiados y validados científicamente. Como han señalado otros autores (McMahan, 2018; Lopez, 2008) este tipo de argumento representa la versión más reciente del discurso del budismo científico, ya que ha sido desarrollado en las últimas décadas de la mano de los nuevos avances en el campo de la medicina y la psicología. Entre los maestros budistas impulsores de la variante terapéutica del discurso del budismo científico, una figura pionera es la de Taisen Deshimaru (1914-1982), maestro zen japonés que difundió la escuela *soto* del zen en Europa. Entre los libros que escribió destacan *Zen y Cerebro* (1993 [1976]), escrito en colaboración con el doctor Paul Chauchard, y *Zen y Autocontrol* (1993 [1985]), en coautoría con el médico Yujiro Ikemi. En el primero de estos textos, Deshimaru señala:

El justo tono muscular y la costumbre que se adopta durante *zazen* [meditación zen] influyen en todo el cerebro. No aportan únicamente la calma cerebral, sino que proporcionan también el medio de controlar el calor del cuerpo, el metabolismo, la energía sexual, las funciones del estómago, el funcionamiento de los sentidos, el sueño. Todo esto es posible porque durante *zazen* podemos controlar el hipotálamo (Deshimaru, Chauchard, 1993, p. 48).

En el segundo libro mencionado puede leerse:

Durante el *zazen*, el monje supera los ritmos alfa para producir los ritmos theta. En el individuo normal, los ritmos theta aparecen en el momento de adormecerse, en este estado en el que los artistas y los escritores encuentran sus ideas más fecundas (Deshimaru, Ikemi, 1993, p. 105-106) ... Se diría que la estabilidad de la postura provoca la estabilidad de la personalidad. Ejercitarse en conservar una postura inmóvil durante un tiempo bastante largo, como en el *zazen*, puede contribuir eficazmente a mantener un estado psicológico estable en la vida cotidiana (Deshimaru, Ikemi, 1993, p. 111).

Dentro de las personalidades reconocidas provenientes del ámbito científico que promueven este tipo de discurso figuran Francisco Varela, Daniel Goleman², Daniel Siegel, Jon Kabat-Zinn³ y Sam Harris⁴. Gran parte de la labor de estos investigadores ha sido realizada en el marco del Mind and Life Institute, una organización sin fines de lucro fundada en 1987 por el Dalai Lama para explorar la relación entre la ciencia y el budismo como metodologías hacia el entendimiento de la naturaleza de la realidad. Asimismo, Matthieu Ricard, un destacado biólogo molecular francés convertido en monje budista tibetano, ilustra cabalmente la categoría integrada por personas que ostentan una doble pertenencia, tanto al campo científico como al budismo. Ricard se hizo conocido en el año 2004 cuando la Universidad de Wisconsin lo declaró como “el hombre más feliz del mundo”. Este título se le adjudicó tras una investigación que incluyó la colocación de más de doscientos electrodos en el cráneo de Ricard, los cuales registraron un nivel de actividad en la corteza cerebral pre-frontal izquierda –asociada a emociones positivas– tan alto que estaba fuera de la escala. Este monje y científico ha escrito varios libros que reflejan su interés en la relación entre la ciencia y el budismo, los cuales testimonian su importancia como productor y difusor de este tipo de discurso⁵.

A diferencia de las variantes anteriores, la versión terapéutica del discurso del budismo científico no solo está presente en la literatura budista, sino que también constituye una hipótesis importante en algunas investigaciones experimentales (McMahan, 2018). Por ello, podemos encontrar un campo de estudio que procura indagar los efectos de las prácticas meditativas integrado por científicos sin ninguna adscripción formal al budismo. En ellos es posible distinguir dos tendencias: la biologicista, centrada en estudios de fisiología y neurociencias (cf. Newberg et al., 2003; Newberg, Iversen, 2003; Ospina et al., 2007; Pagnoni, Cekic, Guo, 2008; Peng et al., 2004; Shimomura et al., 2008; Sudsuang, Chentanez, Veluvan, 1991) y la psicologicista, ocupada en analizar los beneficios y aplicaciones de la meditación en el ámbito de la psiquiatría y la psicología cognitiva y conductual (cf. Nyklíček, Kuijpers, 2008; Tacon et al., 2003). Es preciso

2 Autor del famoso libro *Inteligencia Emocional* (Goleman, 1995).

3 Médico y biólogo molecular, creador del programa de medicina complementaria “Reducción del Estrés Basada en la Atención Plena” y uno de los más grandes impulsores de la meditación *mindfulness* en Occidente.

4 Filósofo y neurocientífico, autor de *El fin de la fe* (Harris, 2007), libro que estuvo durante treinta y tres semanas en la lista de superventas del *New York Times*.

5 Entre ellos destacan *El monje y el filósofo* (Revel, Ricard, 1998) y *El infinito en la palma de la mano. Un diálogo entre la ciencia moderna y la filosofía budista* (Ricard, Thuan, 2001), cuyo evocador título original es: “*The Quantum and the Lotus: A Journey to the Frontiers Where Science and Buddhism Meet*”.

mencionar que ambas tendencias en los estudios científicos de las prácticas meditativas budistas a menudo se encuentran estrechamente combinadas en los estudios experimentales (cf. Cahn, Polich, 2006; Campagne, 2004; Tang et al., 2007). Además, junto a esta producción especializada se puede encontrar una variedad de publicaciones de divulgación que dan a conocer al público general las formas en que la meditación ha sido estudiada por la neurociencia y la psicología, tales como *El cerebro de Buda. La neurociencia de la felicidad, el amor y la sabiduría* (Hanson, Mendius, 2012).

No es el propósito aquí ahondar en estas investigaciones, pero es importante resaltar que constituyen el insumo básico para la producción discursiva realizada por líderes budistas y otros portavoces reconocidos de la variante terapéutica del discurso del budismo científico. Su difusión ha dado pie a un proceso de medicalización y psicologización de esta religión, en donde sus técnicas espirituales y algunas de sus ideas son apropiadas, reconceptualizadas y administradas por instituciones y agentes del campo de la salud, tales como la medicina y la psicología (cf. Larm, 2019; Salguero, 2019). Asimismo, este discurso ha propiciado que determinadas prácticas enraizadas en el budismo sean aplicadas en otros tipos de instituciones, como por ejemplo el entrenamiento en programas de *mindfulness* en el ámbito laboral, en las cárceles y en instituciones educativas⁶.

La mirada de los protagonistas sobre la relación entre el budismo y la ciencia

A fin de indagar la pregnancia del discurso del budismo científico y las modalidades de su apropiación en el ámbito local, este apartado recupera los relatos de practicantes argentinos comprometidos con las tradiciones budistas de las líneas *vipassana*, zen y budismo tibetano respecto de la relación entre budismo y ciencia. Cabe mencionar que los tres grupos representan un budismo occidental laico, modernista o postmoderno (Baumann, 2001, 2002), cuya membrecía está integrada por argentinos sin antepasados orientales, que no viven en un templo y que combinan su participación en el budismo con una vida familiar y laboral integrada a la sociedad. Por lo general, provienen de la clase media o media-alta, con un nivel de instrucción relativamente alto –muchos tienen educación universitaria– y una tendencia a vincularse, por ejemplo, con la práctica de artes marciales, las terapias alternativas, la nueva era, las profesiones artísticas, la psicología, las humanidades y la medicina. Las entrevistas a los practicantes de budismo tibetano se realizaron durante el año 2013, mientras que las entrevistas a los practicantes de la línea zen y *vipassana* se llevaron a cabo durante el 2021. En ellas se indagó sobre los siguientes interrogantes: ¿Cuál es la relación entre budismo y ciencia?

6 En relación a esta problemática, algunos autores han señalado que el mundo corporativo moderno ha secuestrado las enseñanzas budistas del *mindfulness*, llamado irónicamente “*McMindfulness*”, el cual se ha transformado en el nuevo espíritu del capitalismo (cf. Purser, 2019). Se sugiere consultar McMahan y Braun (2017), quienes presentan una visión crítica de los estudios neurocientíficos de la meditación y de la aplicación universal del *mindfulness* en el ámbito de la salud, debido a que descontextualiza esta práctica de sus condicionantes subjetivos, tradicionales y culturales.

¿El budismo es compatible con la visión científica? ¿Esta perspectiva influyó a la hora de acercarte a la práctica del budismo?

En términos generales, muchas de las personas consultadas conciben la relación entre el budismo y la ciencia apelando a lo que hemos denominado como “variante ontológica” del discurso del budismo científico. Por ejemplo, Ariadna Dosei Labbate, una maestra zen y astróloga que vive en la localidad de Capilla del Monte, Provincia de Córdoba, afirma que “Uno lee la *Prajna Paramita* y es un tratado de física cuántica”, y Pablo, practicante de budismo tibetano, contador público y residente de la Ciudad de Buenos Aires, señala:

Ole (Nydahl, su maestro) siempre me dice, o por lo menos siempre recomienda que leamos del tema de las ciencias. A mí me parece genial, siempre me atrajo. Y hasta ahora es completamente compatible [...] las dos concuerdan, las predicciones que hace el budismo por lo menos yo las puedo ver en las predicciones que últimamente hace la ciencia, sobre todo la física cuántica.

Varios destacan el argumento del budismo como precursor de la ciencia dentro de esta variante, como Macarena, practicante de budismo tibetano, profesora de yoga y residente en Buenos Aires, quien reflexiona: “hay artículos científicos que explican que el Buda mismo, hace 2.500 años, decía que no existía la materia. Que el átomo se puede descomponer y no hay nada, hay espacio. Es de lo que habla el budismo siempre”. De manera comparable, Cecilia, una practicante de *vipassana* y psicóloga jungiana, también residente en Buenos Aires, argumenta:

Si uno se pone a leer e investigar sobre física cuántica es imposible no recordar al budismo, es como si cada vez se corroborara más científicamente que lo que Buda enseñaba era tal cómo la realidad es, cómo las cosas son. Cada vez se avanza mucho más en ambos campos y siempre lo que se descubre coincide con las enseñanzas budistas, que datan más de 2.500 años antes.

La variante metodológica del discurso del budismo científico también está presente en la perspectiva de varios practicantes, como Amancay, meditadora de *vipassana*, empleada en un laboratorio y residente de La Plata, quien explica:

La relación de *vipassana* con la ciencia para mí es eso, esa hipótesis de que uno va a buscar algo que es una cura, digamos, se da y se experimenta empíricamente, a través de la práctica y el esfuerzo de cada uno. Y solo estando ahí y experimentando algo que es fuera de lo común de nuestra realidad cotidiana, es como sacarnos de nuestra realidad cotidiana y hacer una práctica con una técnica muy específica, muy guiada, con pasos, muy guiados, ahí también lo relaciono con la ciencia, con el método científico que tiene sus pasos, sus formas.

Y Daniela, también practicante de *vipassana*, ingeniera en sistemas y residente en la localidad de Morón, provincia de Buenos Aires, agrega:

Creo que el budismo es de todas las religiones, la única que usa el mismo método científico que usa la ciencia para progresar en el camino espiritual. Se indica explícitamente que no se crea en lo que se dice, sin importar quién lo diga, y se explican los pasos para que uno mismo corrobore cada enseñanza. El foco está en que uno sea capaz de experimentar por sí mismo lo que se predica y luego recién lo adopte y lo crea, que es exactamente lo que se hace en cualquier investigación científica, se busca corroborar hipótesis y teorías mediante la experimentación, usando la lógica y el razonamiento.

En la misma línea, Fabio, profesor de *vipassana*, arborista y residente de Luján, provincia de Buenos Aires, reflexiona:

Vipassana es enteramente empírica. No es científica desde el punto de vista de que no recolectamos datos sistemáticamente, con un método, etc. Pero si es empírica. ¿Qué quiere decir? Que todo se basa en la experiencia vivida, la experiencia de las cosas hechas, de la observación de la realidad, y bueno eso es algo que para las personas es muy positivo y muy práctico. No es que tenés que creer en algo porque lo leíste, o porque te lo dicen o porque tenés fe nada más.

De forma comparable, Lautaro, practicante de la misma tradición, ingeniero industrial y residente en Buenos Aires, argumenta:

En principio, considero que el *dhamma* [la enseñanza budista] es similar a un sistema cerrado. En ciencia los sistemas cerrados son relativamente fáciles de caracterizar. Se los estudia metódicamente, y se obtiene conclusiones, sobre las cuales se refinan el modelo previo del sistema y se mejora la caracterización. En el *dhamma* ocurre algo muy similar, repetimos los pasos de la práctica una y otra vez, de manera sistemática, con la atención fija en el objeto y vamos observando lo que ocurre. Dentro de lo posible, no operamos sobre el objeto y nos sometemos a percibir lo que vaya surgiendo. Aquí hay otra semejanza, en ciencia sabemos, por el principio de incertidumbre, que todo sistema objeto de observación es modificado por esa misma observación. En la práctica del *dhamma* al ir avanzando y repitiendo los pasos de la técnica, el objeto (nuestro cuerpo y mente) se resignifica. Si la práctica fue ejecutada tal como la enseñan las personas que alcanzaron cierta maestría, los cambios tienen un sesgo positivo, mejoran las características del objeto de observación y nuestra comprensión aumenta [...] En mi experiencia personal, me acerqué al *dhamma* sin saber muy bien que iba a buscar o de que se trataba, pero al escuchar que no requería ninguna creencia previa, únicamente la experiencia, sentí una gran resonancia con lo que había aprendido en mi formación profesional centrada en el método científico.

Finalmente, la versión terapéutica del discurso del budismo científico también tiene sus entusiastas. Por ejemplo, María José, una enfermera y practicante de budismo tibetano que reside en Mendoza, dice que “está comprobado los beneficios que genera la meditación a nivel físico y a nivel mental”. Y la mencionada maestra zen Ariadna Dosei agrega: “me parece que la ciencia es un lenguaje riquísimo [...] me parece muy interesante esto de cómo van certificando en el cerebro... las ondas que se generan en el estado de contemplación”. Por su parte, Ricardo, un maestro zen de Buenos Aires que se dedica al *counseling* y al dictado de cursos de comunicación no violenta, refiere:

Estoy fascinado con un científico, psiquiatra e investigador que es Daniel Siegel y desarrolló una práctica meditativa al estilo de la gente del Mind and Life Institute que está con el Dalai Lama y fundó Francisco Varela. Y tiene un libro que encuentro fabuloso, y para mí es maravilloso profundizar esa mirada científica, esa explicación desde la ciencia, la neurociencia y el estudio de la mente.

La relación del budismo con la ciencia no está exenta de tensiones y ambigüedades desde el punto de vista nativo, las cuales se ponen en evidencia ya sea en la mirada crítica que los actores sociales expresan respecto de la ciencia en sí misma (en cuanto campo de saber con determinadas particularidades y limitaciones) o respecto al discurso del budismo científico (en cuanto forma de vincular este campo de saber con la tradición budista). En el primer caso, es decir, la mirada crítica sobre la ciencia, si bien se aceptan sus valores, se critican las limitaciones de su método y su alcance ontológico. Como

referimos al citar al Dalai Lama, el budismo es considerado como una ciencia de la mente que complementa la ciencia convencional, restringida a los procesos materiales, objetivos y externos. Este argumento adopta un cariz explícitamente crítico cuando se pone en primer plano que esta limitación epistemológica tiene como consecuencia la incapacidad de resolver el problema del sufrimiento humano y el sentido de la vida. En relación a este punto, el maestro tibetano Namkhai Norbu, fundador de la organización budista Comunidad Dzogchen Internacional, señala:

Los seres humanos tienen cuerpo, voz (o energía) y mente. Cuando estos tres aspectos de la existencia están unidos, entonces tenemos una persona, una forma de vida individual [...] Si el aspecto de la energía no está equilibrado, incluso aunque se tenga un palacio tan grande como el de la reina de Inglaterra, no se sentirá haber alcanzado la felicidad [...] Para comprender adecuadamente a la energía necesitamos expandir nuestro conocimiento. En la antigüedad, ciertos países desarrollaron mucho este nivel de conocimiento. Hoy, sin embargo, muchos países han desarrollado el estudio de la medicina y la ciencia, y a aquellos que no lo han conseguido, se los considera subdesarrollados. Quiere decir que no tienen aviones, que quizás todavía usen burros. Pero ser subdesarrollado materialmente no quiere decir ser subdesarrollado con relación a la energía. Hoy en día, muchas personas que podrían llamarse modernas, a quienes estamos acostumbrados a pensar en términos de tecnología, no comprenden esto. Personalmente, nací y crecí en el Tíbet, y nunca vi un coche hasta que tuve trece años. La primera vez que vi un aeroplano volando en el cielo tenía siete años. Por lo tanto, yo estaba subdesarrollado, pero ¿en qué estaba subdesarrollado? Lo estaba desde un punto de vista material. Sin embargo no me sentía en absoluto subdesarrollado energética o mentalmente (Norbu, 2011, p. 10-13).

Celeste, estudiante de antropología, bailarina, practicante de budismo tibetano y residente en La Plata, sigue una línea argumentativa similar al referir que la ciencia deja de lado la intuición y se ocupa sólo de lo externo, de la tecnología y la utilidad material, en oposición al budismo que se ocuparía de fenómenos internos como la consciencia y el espíritu:

En la ciencia a veces se usa mucho la lógica y me encantaría notar más personas científicas que vayan por la vía intuitiva como muchos grandes de la historia [...] Para mí la ciencia es espiritual, en ese sentido podría encontrarle ese punto de encuentro. ¿Porque para que queremos saber más, por qué? ¿Adónde vamos con eso? ¿Es solo algo utilitario? “ahh vamos a vivir con más tecnología, mejor calidad de vida o volaremos en nave espacial” o hay otra finalidad que tiene que ver con algo más profundo [...] Nosotros, que estamos tan avanzados, pero en ciertas cosas no, entonces el budismo como que nos puede bajar a tierra en ese auto-observarse a uno mismo [...] Entonces el budismo nos puede servir mucho para el cotidiano desde ese lugar de trabajo interno. Que la ciencia no sea algo solo externo, como se encuentran esos dos: afuera y adentro.

En otras ocasiones, la crítica a las limitaciones de la ciencia apunta al intelectualismo, haciendo hincapié en la falta de un método eficaz que posibilite aplicar a la propia persona los descubrimientos de este campo del saber de manera que produzca cambios subjetivos. El maestro birmano Goenka ilustra esta postura de la siguiente forma:

En realidad, no existe solidez en el mundo material; éste no es más que combustión y vibraciones. Los científicos modernos han confirmado los descubrimientos del Buddha y han probado experimentalmente que todo el universo material está compuesto por partículas subatómicas que surgen y desaparecen rápidamente. Sin embargo, esto no ha liberado a los científicos del sufrimiento, porque su sabiduría es sólo intelectual. A diferencia del Buddha, no han experimentado la verdad directamente dentro de

ellos mismos. Sólo cuando uno experimenta personalmente la realidad de la propia impermanencia, empieza a salir de la desdicha (Goenka, 2007, p. 22).

Retomando las narrativas de los practicantes locales, el profesor de meditación *vipassana* Fabio advierte de forma similar no caer en el intelectualismo con las siguientes palabras:

Lo que aporta la ciencia es muy valioso desde el punto de vista que hay personas que las inspira a practicar. Pero si nos quedamos en la teoría o en lo emocional, no les va a cambiar nada. Lo importante es que la persona practique y saque sus propias conclusiones de su experiencia vivida. Eso es lo más importante. Yo creo que cualquier aporte que haga la ciencia con respecto a corroborar cosas que dijo el Buda pueden ser inspiradoras, inspirar confianza en la enseñanza, inspirar confianza en practicar. Pero, en definitiva, los resultados reales se van a ver en el sostenimiento en el tiempo de la práctica, y eso es la mejor conclusión o demostración que uno puede sacar: la experiencia vivida.

En cuanto a la mirada crítica sobre el discurso del budismo científico, podemos observar que algunos practicantes locales manifestaron rechazo a la autoridad de la ciencia como criterio único de verdad y como modo de legitimar saberes espirituales. Por ejemplo, el maestro de budismo tibetano Federico (dedicado a la informática, gerente e investigador en IBM y residente en Buenos Aires) remarca: “no es necesario, para decirlo de alguna forma, vestir el budismo con la legitimidad impostada de la ciencia para que tenga sentido para mí”. Y la maestra zen Ariadna Dosei, si bien, como referimos arriba, apoya la versión ontológica y la terapéutica del discurso del budismo científico, expresa sus reservas al señalar: “ahora la ciencia es la nueva iglesia. Es la nueva validación de todas las verdades y está excluyendo [...] estos saberes ancestrales que se han dado en tantas culturas, que es el conocimiento directo, desde el cerebro profundo, desde nuestros recursos de intuición directa”. De manera similar, el maestro zen Ricardo, al mismo tiempo que apoya la versión terapéutica del discurso del budismo científico, asevera: “no resueno con utilizar la ciencia para validar el budismo, pero bueno eso es muy occidental, la ciencia es el poder que regula, rige, valida. Hay mucho budismo que parece que tiene que pedirle permiso a la ciencia para sentir la validación”.

A menudo, las voces críticas al discurso del budismo científico apuntan específicamente a la versión ontológica, poniendo en cuestión los paralelismos y las correspondencias entre el budismo y disciplinas tales como la física cuántica. En este sentido, el mencionado maestro Federico agrega: “Si vos me preguntás a mí qué opino de los autores que hablan de la física cuántica y del budismo, la verdad que los que yo he leído... no entiendo por qué hacen esta relación. Por ahí sea mi falta de conocimiento especializado en física cuántica, pero realmente no veo puntos de contacto”. Y Nicolás, practicante zen, doctor en física y residente en La Plata, critica la versión ontológica del discurso del budismo científico en los siguientes términos:

Hoy en día no creo que sea necesario mezclar las dos cosas en tanto que entidades abstractas. Generar una “ciencia espiritual” o una “espiritualidad científica” como algo especial. Por ejemplo, hoy en día me resultan mortalmente aburridas y traídas de los pelos las perspectivas presentadas en libros como *El Tao de la Física* de Fritjof Capra, sobre como supuestamente la física de altas energías y el misticismo oriental se certifican el uno al otro. Me parece un ejercicio mental completamente estéril tratar

de encontrar conexiones de esa naturaleza. No le aporta nada a la ciencia ni tampoco a nadie que esté interesado sinceramente en una práctica espiritual real.

Cabe resaltar que tanto Nicolás como Federico son personas particularmente empapadas de los campos disciplinares de la ciencia. En todo caso, pese a su visión crítica respecto de los paralelismos ontológicos –y a manifestar explícitamente su rechazo a la legitimación del budismo mediante la ciencia– ambos concuerdan con otras variantes del discurso del budismo científico, tales como la terapéutica y la metodológica. Así, Federico es un entusiasta de la investigación sobre el *mindfulness*, aplicado en el ámbito de su lugar de trabajo, y Nicolás rescata el espíritu científico de la metodología budista de la siguiente forma:

El budismo tiene una especie de enfoque científico en el sentido de que se basa en la práctica. La práctica es una experiencia, un experimento, y eso implica que todo lo que uno puede decir sinceramente sobre el budismo proviene de la experiencia. En la ciencia esto es así también, siempre nos enseñan que el método científico es eso. Y años después encontré un *sutra*, el *Kalama Sutra*, en el que el Buda dice que no hay que creer en las palabras de los sabios sólo porque tienen fama de ser sabios, sino que hay que experimentar por uno mismo y verificar o refutar lo que dicen los demás. Es un enfoque científico.

Con todo, vale aclarar que, pese a estar interesados en la temática y bien informados al respecto, pocos de los practicantes entrevistados mencionaron que su motivación para empezar a estudiar budismo fue determinada principalmente por la visión de esta religión como compatible con la ciencia. En este sentido, contra las expectativas que teníamos al inicio de este estudio, el discurso del budismo científico y la legitimidad que le confiere no parece tener un protagonismo fundamental a la hora de propiciar los procesos de movilidad religiosa hacia el budismo. Esto nos lleva a pensar en que el destinatario principal hacia el cual se dirige el discurso del budismo científico no es tanto la propia comunidad budista, sino el resto de la sociedad.

Conclusiones

En este trabajo hemos explorado el discurso del budismo científico e identificado tres variantes principales: la ontológica, la metodológica y la terapéutica. En cada una de ellas un aspecto determinado del budismo es vinculado con un área específica de la ciencia. En la primera variante, la cosmología budista y la ciencia son pensadas como dos esferas de conocimiento que han realizado hallazgos similares sobre la naturaleza de la realidad. Desde esta perspectiva, el Buda y los maestros budistas antiguos tales como Nagarjuna son considerados como científicos adelantados a su época que descubrieron cómo funciona la materia, la vida o el universo mucho antes que los hombres de ciencia modernos. Al mismo tiempo, el budismo es concebido como una “ciencia de la mente” que amplía el corpus de conocimiento de la ciencia tradicional debido a que estudia los procesos mentales y espirituales del ser humano.

La segunda variante postula una homología entre los procedimientos metodológicos de la ciencia y los valores del budismo. Desde esta perspectiva, ambos propugnan

actitudes cognoscitivas tales como la objetividad, el empirismo, la experimentación y la falsabilidad. Aquí, la variante metodológica puede referir a la actitud científica durante la práctica de la meditación o a la actitud científica de las proposiciones ontológicas y doctrinales budistas. En todo caso, la idea central radica en postular una forma racional de religión como ideal, despojada de mitos, creencias, dogmas, rituales y autoridad.

La tercera variante se centra en el estudio y la explicación de las prácticas meditativas budistas en términos científicos, concebidas como técnicas de sanación y de salud. Se realiza mediante una interpretación del budismo en términos biológicos y psicológicos, que abrevia en los estudios experimentales que apuntan a comprobar los efectos de las técnicas meditativas budistas desde disciplinas tales como la fisiología, la neurología, la psicología y la medicina. Lo que interesa aquí no es tanto la especificidad de dichos estudios científicos, sino el uso recurrente que de ellos han realizado distintos agentes a la hora de formular el discurso del budismo científico. De este modo, podemos asegurar que su producción involucra la labor mancomunada de líderes budistas y de personalidades del campo académico que ponen en juego su saber y su prestigio para producir y divulgar este tipo de argumentos.

Cada una de estas variantes implica diferentes formas de concebir el vínculo entre el budismo y la ciencia, ya que no es lo mismo argumentar que “el budismo es compatible con la ciencia”, a que “el budismo *es* una ciencia” o que “los beneficios de la meditación están comprobados científicamente”. Así, el argumento ontológico del discurso del budismo científico se caracteriza por la relación de convergencia, compatibilidad y complementariedad entre ambas esferas de conocimiento, mientras que el rasgo distintivo del argumento metodológico es la relación de identidad entre sus procedimientos y valores. Por su parte, la idea clave del argumento terapéutico radica en la comprobación experimental de los beneficios de la meditación.

En cuanto a la apropiación del discurso del budismo científico por parte de los practicantes locales, todas las personas consultadas encontraron algún tipo de vínculo entre el budismo y la ciencia, aunque, como referimos arriba, esta relación fue concebida según diferentes formas, las cuales ilustran las distintas variantes del discurso del budismo científico propuestas arriba. Aquí hay que mencionar que la variante metodológica es rescatada mayormente por practicantes de la tradición *vipassana*, mientras que la versión terapéutica tiene sus mayores adherentes entre los practicantes zen y *vajrayana*, especialmente aquellos que no mencionan la versión metodológica. A su vez, la versión ontológica cuenta con adherentes por parte de todas las tradiciones en similar proporción. Además, podemos afirmar que estas diferentes modalidades de apropiación del discurso del budismo científico por parte de los practicantes locales siguen una tendencia que, en términos generales, evoca la de sus referentes religiosos. De esta forma, la insistencia de Goenka en la compatibilidad de los aspectos metodológicos y ontológicos del budismo y la ciencia se puede encontrar reproducida en la mirada de los practicantes de *vipassana*, mientras que el acento en los aspectos terapéuticos y ontológicos del Dalai Lama y otros líderes del budismo tibetano a menudo se ve reflejado entre los practicantes de esta tradición.

En todo caso, es preciso destacar que la relación entre budismo y ciencia no está exenta de tensiones y ambigüedades. Como hemos referido, existe un proceso dual de

acercamiento y distanciamiento entre ambas esferas. Por un lado, la mirada budista concibe a la ciencia como un campo de saber con el que converge, que incluso puede rectificar sus teorías y certificar sus técnicas espirituales. Pero, por otro lado, esta religión se coloca en una posición de superioridad al sostener que sus tecnologías espirituales –a diferencia del conocimiento científico– permiten aliviar el sufrimiento humano y proporcionar formas alternativas de conocer la realidad. Este último elemento le posibilitaría realizar descubrimientos cosmológicos mucho tiempo antes que los científicos occidentales. De manera semejante, podemos advertir que la relación entre el budismo y la ciencia es pensada en forma crítica y selectiva por los propios practicantes, adhiriendo a algunos argumentos del discurso del budismo científico y ejerciendo una mirada crítica sobre otros, así como sobre la ciencia en sí misma, especialmente de los limitados alcances epistemológicos de su metodología y de la falta de una soteriología que posibilite solucionar el problema del sufrimiento humano.

Para finalizar, tras el recorrido realizado podemos afirmar que las razones por las cuales el budismo impulsa una aproximación con la ciencia han variado con el tiempo, y al discurso del budismo científico ha ido modificándose en su contenido, sus protagonistas y sus intenciones. Originalmente, los enunciados acerca de la convergencia entre el budismo y la ciencia fueron una forma de resistencia al colonialismo europeo y una estrategia de supervivencia de los budistas asiáticos ante las misiones cristianas. En la actualidad, la noción de que el budismo es una ciencia lo ubica en un lugar estratégico dentro del mercado religioso, un lugar que reclama estar fuera de las creencias dogmáticas y la autoridad. Esto no quiere decir que en el budismo asiático u occidental no puedan encontrarse estos elementos, sino que esta religión ha logrado ser identificada y percibida de esta forma. En efecto, la presentación del budismo como una serie de ideas y prácticas que pueden ser corroboradas científicamente tiene una gran pregnancia entre los propios practicantes, quienes se sienten especialmente atraídos por la actitud no dogmática y no autoritaria a la cual se asocia el budismo. Además, este acercamiento con la ciencia constituye un elemento clave para que el budismo alcance y dialogue con una audiencia más amplia, posibilitando que esta religión sea aceptable incluso para personas que se consideran ateas o agnósticas. A su vez, el discurso del budismo científico propicia que esta religión traspase las fronteras institucionales del campo religioso ya que, como referimos previamente, algunas de sus prácticas están siendo introducidas cada vez más en el ámbito de la medicina, la psicología, la educación y el trabajo. En suma, presentar al budismo como una religión compatible con la ciencia tiene como objetivo principal legitimarlo en el contexto social más amplio en el cual se desenvuelve, cumpliendo un rol clave en el proceso de reinención del budismo en Occidente.

Referencias

BAUMANN, Martin. Global Buddhism: Developmental Periods, Regional Histories, and a New Analytical Perspective. *Journal of Global Buddhism*, n. 2, p. 1-43, 2001.

- BAUMANN, Martin. Protective Amulets and Awareness Techniques, or How to Make Sense of Buddhism in the West (234-256). En: PREBISH, Charles; BAUMANN, Martin (Eds.). *Westward Dharma: Buddhism Beyond Asia*. California: University of California Press, 2002, p. 234-256.
- CAHN, Rael; POLISH, John. Meditation States and Traits: EEG, ERP, and Neuroimaging Studies. *Psychological Bulletin*, v. 132, n. 2, p. 180–211, 2006.
- CAMPAGNE, D. M. Teoría y fisiología de la meditación. *Cuadernos de Medicina Psicosomática y Psiquiatría de Enlace*, n. 69/70, p. 15-30, 2004.
- CAPRA, Fritjof. *El tao de la física*. Malaga: Sirio, 2000.
- CARUS, Paul. *El evangelio de Buda*. Córdoba: Editorial Cantico, 2012.
- DESHIMARU, Taisen; CHAUCHARD, Paul. *Zen y cerebro*. Barcelona: Kairós, 1993.
- DESHIMARU, Taisen; IKEMI, Yujiro. *Zen y Autocontrol*. Buenos Aires: Troquel, 1993.
- GOENKA, Satya Narayan. *Resumen de las charlas del curso de diez días*. Buenos Aires: Editorial Metta, 2007.
- GOENKA, Satya Narayan. *El Noble Fluir del Dhamma*. Buenos Aires: Editorial Metta, 2012.
- GOLEMAN, Daniel. *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós, 1995.
- GYATSO, Tenzin. *El universo en un solo átomo. Cómo la unión entre la ciencia y espiritualidad puede salvar el mundo*. Buenos Aires: Debolsillo, 2007.
- GYATSO, Tenzin. *El budismo ciencia de la mente*. 2022. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=bbUZaJAaZwc&ab_channel=samsaraexit. Acceso el: 14 feb. 2022.
- HANSON, Rick; MENDIUS, Richard. *El cerebro de Buda. La neurociencia de la felicidad, el amor y la sabiduría*. Santander: Milrazones, 2012.
- HARRIS, Sam. *El fin de la fe*. Madrid: Editorial Paradigma, 2007.
- LARM, Jackie. Good Deaths: Perspectives on Dying Well and on Medical Assistance in Dying at Thrangu Monastery Canada. *Religions*, 10, 70, p. 1-13, 2019.
- LEWIS, James. The Science Canopy: Religion, Legitimacy, and the Charisma of Science. *Temenos*, v. 46, n. 1, p. 7–29, 2010.
- LOPEZ JR, Donald S. *Buddhism and Science: A Guide for the Perplexed*. Chicago: University of Chicago Press, 2008.

McMAHAN, Donald. Modernity and the early Discourse of Scientific Buddhism. *Journal of the American Academy of Religion*, v. 72, n. 4, p. 897-933, 2004.

McMAHAN, Donald. *La construcción del budismo moderno*. Barcelona: Kairós, 2018.

McMAHAN, Donald; BRAUN, Erick (Org.). *Meditation, Buddhism, and Science*. New York: Oxford University Press, 2017.

NEWBERG, Andrew; IVERSEN, Ian. The neural basis of the complex mental task of meditation: neurotransmitter and neurochemical considerations. *Medical Hypotheses*, n. 61 (2), p. 282-291, 2003.

NEWBERG, Andrew et al. Cerebral Blood Flow During Meditative Prayer: Preliminary Findings and Methodological Issues. *Perceptual and Motor Skill*, n. 97, p. 625-630, 2003.

NORBU, Namkhai. *Enseñanzas sobre yantra yoga*. Arcidosso: Ediciones Shang Shung, 2011.

NYKLICEK, Ivan; KUIJPERS, Karlijn. Effects of Mindfulness-Based Stress Reduction Intervention on Psychological Well-being and Quality of Life: Is Increased Mindfulness Indeed the Mechanism? *Ann. Behav. Med.*, n. 35, p. 331-340, 2008.

OLCOTT, Henry S. *Catecismo budista*. Buenos Aires: Editorial Teosófica en Español, 2013.

OSPINA, Maria B. et al. *Meditation Practices for Health: State of the Research Evidence*. Report/Technology Assessment No. 155, University of Alberta Evidence-based Practice Center, Alberta, Canada, Agency for Healthcare Research and Quality (AHRQ) Publication No. 07, 2007

PAGNONI, Giuseppe; CECIK, Milos; GUO, Ying. "Thinking about Not-Thinking": Neural Correlates of Conceptual Processing during Zen Meditation. *PLoS ONE*, v. 3, n. 9, p. 1-10, 2008.

PAYNE, Richard K. *Buddhism and the Sciences: Historical Background, Contemporary Developments*. *Journal of Dharma Studies*, n. 3, 219-243, 2020.

PENG, C. K. et. al. Heart rate dynamics during three forms of meditation. *International Journal of Cardiology*, n. 95, p. 19- 27, 2004.

PURSER, Ronald E. *McMindfulness. How Mindfulness became the New Capitalist Spirituality*. London: Repeater, 2019.

REVEL, Jean-François; RICARD, Matthieu. *El monje y el filósofo*. Barcelona: Urano, 1998.

RICARD, Matthieu; THUAN, Trinh Xuan. *El infinito en la palma de la mano*. Barcelona: Urano, 2001.

SALGUERO, Pierce C. Varieties of Buddhist Healing in Multiethnic Philadelphia, *Religions*, v. 10, n. 48, p. 1-21, 2019.

SHIMOMURA, Tsuyoshi et al. Functional Brain Mapping During Recitation of Buddhist Scriptures and Repetition of the Namu Amida Butsu; a Study in Experienced Japanese Monks. *Turkish Neurosurgery*, v. 18, n. 2, 134-141, 2008.

SUDSUANG, Ratee; CHENTANEZ, Vilei; VELUVAN, Kongdej. Effect of Buddhist Meditation on Serum Cortisol and Total Protein Levels, Blood Pressure, Pulse Rate, Lung Volume and Reaction Time. *Physiology & Behavior*, v. 50, p. 543-548, 1991.

TACON, Anna et al. Mindfulness Meditation, Anxiety Reduction, and Heart Disease: A Pilot Study. *Fam. Community Health*, n. 26 (1), p. 25-33, 2003.

TANG, Yi-Yuang et al. Short-term meditation training improves attention and self-regulation. *PNAS*, v. 104, n. 43, p. 152-156, 2007.

VERHOEVEN, Martin. Buddhism and Science: Probing the Boundaries of Faith and Reason. *Religion East and West*, n. 1, p. 77-97, 2001.

Editora responsável: Patricia R. Souza

Recebido: 3 ago. 2022

Aprovado: 20 jul. 2023