

# *Educación Contemplativa en la Universidad Naropa, ¿una propuesta pedagógica revolucionaria?*

Contemplative Education  
at Naropa University, a revolutionary  
pedagogical proposal?

---

YOLANDA PADILLA RANGEL<sup>1</sup>

## RESUMEN

En este artículo se analiza la propuesta pedagógica denominada *Educación Contemplativa*, a partir de sus orígenes, que tuvieron lugar en la Universidad Naropa, en la ciudad de Boulder, Colorado, Estados Unidos (fundada en 1984). Se trata de una universidad con impronta budista, gracias al impulso del lama tibetano Chögyan Trungpa Rimpoche, que busca conjuntar lo mejor de la sabiduría oriental con lo mejor de la universidad estadounidense. La educación contemplativa ha sido calificada como una revolución pedagógica, que parte de los intereses personales de los estudiantes, utiliza nuevas y creativas metodologías y lo más importante: desarrolla la espiritualidad del estudiantado.

*Palabras clave:* educación superior, espiritualidad, innovación pedagógica, universidades y budismo.

## ABSTRACT

In this paper I analyze the Educational proposal named *Contemplative Pedagogy* and its origins in Naropa University (founded in 1984), at Boulder Colorado in the United States. That University is based on

---

<sup>1</sup> Universidad Autónoma de Aguascalientes, México.

Budist principles, and founded by a Tibetan Lama named Chögyan Trungpa Rimpoche, who tried to combine oriental wisdom with the best of American universities. *Contemplative Pedagogy* has been appointed as a pedagogical revolution, that is based in personal interests of the students, using new and creative methodologies, and the most important aspect: developing their spirituality.

*Keywords:* higher Education, spirituality, pedagogical innovation, universities y budism.

La Universidad Naropa, establecida en la ciudad estadounidense de Boulder Colorado, pretende retomar lo mejor de la cultura universitaria occidental combinándola con la sabiduría oriental de corte budista. Esta universidad fue fundada en 1984 por un lama tibetano de nombre Chögyam Trungpa Rimpoché. En este artículo analizaré, en un primer momento, la vida de este lama, desde la perspectiva del encuentro de un representante de una tradición espiritual de origen oriental, como es el budismo tibetano, con la cultura occidental de los Estados Unidos en la década de 1970. Este encuentro es importante porque, después de un largo proceso de adaptación y aceptación cultural, Rimpoché supo tomar lo mejor de ambas culturas para establecer su proyecto educativo. En un segundo momento, observo las principales características del proyecto pedagógico emergente en la Universidad Naropa, que es la educación contemplativa, que claramente tiene sus orígenes y fundamentos en el budismo tibetano, aplicado ahora en educación superior. Este tipo de educación ha sido considerada por algunos como una verdadera revolución pedagógica, con un fundamento espiritual, que implica una revolución epistemológica y metodológica, que practica, entre otras cuestiones, el amor y la compasión, así como la formación de nuevas capacidades y la práctica de la introspección, buscando el entendimiento profundo del sí mismo y del mundo. Incluye varios métodos educativos que apoyan principalmente el desarrollo de la atención, el balance emocional, la empatía, la compasión y el altruismo.

Chögyam Trungpa Rimpoché (en adelante Rimpoché) nació en el Tíbet, en la provincia de Kham en febrero de 1939, viviendo durante sus primeros meses de vida en el seno de una familia tradicional de nómadas tibetanos. A los trece meses de edad se le reconoció como un tülku, que es un linaje de lamas tibetanos reencarnados. Su reconocimiento se realizó cuando algunos monjes del monasterio de Surmang Dutsi Tel lo buscaron como la reencarnación del 10º Trungpa, quien había sido un hombre austero, asceta, santo, y que había muerto un año antes. Le hicieron varias pruebas y las pasó. Lo llevaron al monasterio con el consentimiento de sus padres. Lo entronaron mediante una ceremonia a la cual asistieron más de 13 mil monjes, monjas y laicos. Le cortaron el cabello y le pusieron nombre budista (su madre se quedó cerca hasta que cumplió cinco años de edad). Se le consideró como la encarnación número 11 del Linaje Trungpa, por lo que, a corta edad, se convirtió en Abad de Surmang, que era un grupo de monasterios al este del Tíbet. Pero veamos la historia con más detalle.

Según Diana Mukpo<sup>2</sup>, entre sus dos y cinco años, Rimpoché vivió en el monasterio como un niño tranquilo. A los cinco años comenzó a estudiar, leer, escribir, cuidar su postura al comer, al sentarse, al cantar o al caminar. A los siete años tuvo sueños acerca de la tecnología occidental: aviones, taxis, también sobre ropa y zapatos occidentales. A los ocho años, fue discípulo de su gurú Jamgön Kongtrul, quien era el 10º lama, y que ahora lo estaba preparando para ser el 11º lama de su linaje (luego tuvo otro maestro, Rölpe Dorje). Cuando Rimpoché tenía nueve años, su madre se divorció y se fue a vivir cerca del Monasterio, y en alguna de sus visitas le contó que él pertenecía a la tribu Mukpo, y que su nombre de pila era Chogyam Trungpa Mukpo. A los 12 años, Rimpoché fue cambiado al Monasterio de Shechen, donde aprendió a escribir poemas sobre su experiencia inmediata. A los 15 años regresó al Monasterio Surmang Dutsi Tel, donde aprendió algo de danza.

Pero los tiempos estaban dejando de ser tranquilos, pues los chinos habían comenzado a invadir el Tíbet, que estaba en una situación muy precaria. Rimpoché regresó al Monasterio de Shechen, pero sólo

---

2 Diana J., Mukpo, *Dragon thunder. My life with Chögyam Trungpa*, Boston and London: Shambhala, 2006, pp. 1-20. [En esta fuente me baso principalmente para recuperar los primeros años de la vida de Rimpoché].

para despedirse de su gurú, quien le dijo que había tenido la visión de que verdaderamente iría a Occidente. Fue entonces que los chinos comenzaron a quemar libros y monasterios.

Para 1959, los pobladores del Tíbet (monjes y laicos) no pudieron sostener la defensa de los ataques chinos, y los monjes tuvieron que escapar, siendo un total de aproximadamente 200 monjes que, durante diez meses, cruzaron penosamente los montes Himalayas, escapando y escondiéndose de los comunistas. En 1960 cruzaron la frontera con la India, en donde Rimpoché duró cuatro años como refugiado, empapándose de la cultura de la India, ahora en un estilo de vida en el que ya no tenía tantos privilegios como lama. Era la primera vez que vivía en una sociedad secularizada, por lo que se dedicó a conocer la cultura inglesa, estudiar la pintura *thangka* y, entre otras cosas, visitar el lugar en el que Buda recibió la iluminación. Conoció a budistas ingleses, entre ellos la monja budista Freda Bedi, a quien ayudó a poner una escuela para formar monjes lamas en Dalhousie, India, escuela en la que estuvo desde 1959 hasta 1963. Por ese tiempo también asistió a un club de mujeres británicas para escuchar a T.S. Eliot, fue al cine, conoció las bebidas alcohólicas (que lo acompañaron hasta su muerte), e incluso se enamoró de una monja tibetana, con la cual tuvo un hijo a quien pusieron por nombre Ösel Rangdröl Mukpo. Como Rimpoché no podía hacer público que tenía un hijo ni hacerse cargo de él, la monja dejó los hábitos para hacerse cargo de Ösel y, con el paso del tiempo, ella se casó con otro hombre.

Mientras tanto, Rimpoché recibió una beca Spalding para estudiar en la Universidad de Oxford, por intercesión de Freda Bedi y John Driver, quien le enseñó inglés y le ayudó con sus estudios en Oxford. Pidió permiso al dalai lama, quien se lo concedió, y al parecer no sabía que Rimpoché tenía un hijo. En cuanto Rimpoché estuvo instalado, fue por su hijo para llevarlo a vivir con él a Inglaterra.



Khenpo Gangshar (izquierda) y Chögyam Trungpa (derecha).

Fuente: Wikipedia contributors. (2019, May 8). Gangshar Wangpo. In Wikipedia, The Free Encyclopedia. Retrieved 03:37, November 11, 2018, from [https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Gangshar\\_Wangpo&oldid=896194616](https://en.wikipedia.org/w/index.php?title=Gangshar_Wangpo&oldid=896194616).

Rimpoché tenía 28 años cuando se fue a vivir a Inglaterra, donde llevó estudios religiosos entre varios otros cursos, y aprendió inglés, para convertirse así en uno de los primeros maestros tibetanos que ofrecían enseñanzas budistas en ese idioma. En 1968, dando enseñanzas en la Sociedad Budista de Eccleston Square, conoció a una jovencita inglesa de nombre Diana (hoy Diana Mukpo), con la cual se casó, y quien afirmaba que en otra vida había sido una monja budista.

Ella tenía la sensación de que Rimpoché podía tocar su mente, y que era siempre amable y servicial con todos sus discípulos, quienes eran ingleses y escoceses. Sin embargo, ella narra que, como Rimpoché ingería bebidas alcohólicas, fue despedido de su trabajo en la sociedad budista.

Viajó entonces Rimpoché a Bután en 1969, donde realizó un retiro espiritual luego del cual decidió dejar sus túnicas de lama y convertirse en un maestro laico. Su decisión se vio reforzada también cuando, al regresar a Inglaterra, tuvo allí un accidente automovilístico que le dejó temporalmente paralizada la parte izquierda de su cuerpo. Aun recuperándose del accidente, continuó ofreciendo enseñanzas budistas y retiros espirituales, hablando de la degeneración espiritual y el materialismo de la época, así como de la necesidad de una genuina espiritualidad

Posteriormente, en su libro *Great Eastern Sun: the Wisdom of Shambhala*, Rimpoché dijo de esta época lo siguiente: “parece que no hay mucha sabiduría en Occidente, pero sí mucho conocimiento”.<sup>3</sup> Observó que entre sus discípulos había una fascinación con la espiritualidad oriental pero que, sin embargo, veían a los monjes budistas como seres exóticos, restándoles humanidad. Parece ser que lo más importante para Rimpoché en esta época fue que, como el Tíbet estaba ahora destruido, él sintió con más fuerza el compromiso de no dejar que la cultura y las enseñanzas budistas tibetanas desaparecieran. Recordó que Buda había sido un príncipe en la India que se había convertido en monje y ahora él mismo, en Occidente, era un monje que se convertiría en príncipe.

A Rimpoché le parecía que la mejor manera de instalar el budismo en Occidente era con una aproximación secular. Y por eso había dejado sus vestiduras de lama, argumentando que así podría comunicarse mejor con los jóvenes, de manera que sus enseñanzas les llegaran de una manera más íntima. Rimpoché renunció a la investidura religiosa que tenía en el Tíbet, para comunicarse en forma más directa con la gente, y para que no lo vieran como algo exótico. Y así, comenzó una vida sin privilegios, hasta cierto punto ordinaria, hospedándose en las casas de sus estudiantes. Aparentemente había renunciado a algunos aspectos de su herencia cultural tibetana y a sus hábitos de monje, con tal de, según decía, llegar a los corazones de sus discípulos.

---

3 Rimpoché citado en Mukpo, *Dragon thunder. My life with Chögyam Trungpa*, p. 17.

Según su biógrafo Fabrice Midal,<sup>4</sup> lo que él quería era no ser hipócrita, y fue entonces que transitó del monasterio budista a la comuna *hippie*. Así también, su enseñanza se volvió más libre, pues pasó de comentar los textos budistas a hablar sobre las problemáticas occidentales modernas como el trabajo, el sexo, el dinero y otros temas que eran cotidianos para sus discípulos. Además hablaba en tono relajado, cálido y con un buen sentido del humor, lo cual hacía sus pláticas sumamente atractivas para los oyentes occidentales que iniciaban una búsqueda espiritual en el contexto de su mundo moderno y occidental.<sup>5</sup>

Su método de enseñanza no era ni el que había aprendido en la Universidad de Oxford, ni tampoco el de los lamas tibetanos. Además el tono era cálido, tan cálido que algunos estudiantes, dice Midal, por primera vez en sus vidas, sentían que eran amados, pues Rimpoché “manifestaba un amor que, sin pedir nada a cambio, reconocía y daba la bienvenida a la persona que somos en el fondo. Era la fuerza de este amor la que le permitía romper todo lo que hacía imposible estos encuentros genuinos”.<sup>6</sup> Al mismo tiempo, comenzó a decir cómo veía la realidad espiritual de occidente:

[Para Rimpoché] Los tres Señores del materialismo eran: el Señor de la Forma, el del Habla y el de la Mente. El de la forma correspondía con nuestros esfuerzos por encontrar comodidad y seguridad. El del Habla era el uso del intelecto para controlar nuestro universo a través de conceptos, pues veíamos el mundo a través de ellos, incluso conceptos como catolicismo o budismo, todos los ismos. El Señor de la mente era el más sofisticado, pues pervertía el deseo espiritual en un deseo de ser feliz, en el intento de vivir lo que nos gustaría ser. Al contrario, la espiritualidad genuina estaba basada, decía, en una aproximación realista a uno mismo y al mundo.<sup>7</sup>

Además, a Rimpoché le parecía que otros maestros orientales que habían llegado a occidente no ofrecían en realidad una verdadera disciplina que ayudara a salir de la egocentricidad, su aproximación era

---

4 Midal, Fabrice, *Chögyam Trungpa. His life and Vision*, Boston and London: Shambhala, 2004.

5 *Ibid.*, p. 17.

6 *Id.*

7 *Ibid.*, p. 21.

incompleta, se quedaban en vestir batas blancas, ser vegetarianos o hablar suavemente.<sup>8</sup>

Al leer la vida de Chögyam Trungpa Rimpoché, una se pregunta si fue un hombre ordinario o extraordinario. En Toronto (antes de pasar a Estados Unidos) se hospedaron con un monje coreano. Rimpoché y el anfitrión bebieron toda la noche, y al día siguiente el monje los corrió de su casa diciendo: "You look like a Buddha, but you're just an ordinary man".<sup>9</sup>

Según Diana Mukpo, en Canadá (y posteriormente también en Estados Unidos) encontraron un ambiente conservador en las comunidades pequeñas de practicantes del budismo mahayana, que estaban compuestas por unos pocos inmigrantes japoneses y coreanos. Ése no era un ambiente atractivo para Rimpoché, quien observó que había maestros occidentales de zen, pero sin suficiente entrenamiento. A su vez, le pareció que había pocos maestros asiáticos capaces de comprender la cultura occidental, y que los pocos que había se intimidaban con los estudiantes occidentales.<sup>10</sup> Mientras Rimpoché encontraba dónde y con quién fundar una nueva comunidad budista, sus estudiantes le ayudaban a conseguir la visa para ingresar a Estados Unidos. Estuvieron en Canadá de enero a abril de 1970 y en mayo consiguieron la visa para entrar a Estados Unidos.

#### GURÚ DE LOS HIPPIES

Una vez en Estados Unidos, Rimpoché estableció en Vermont un centro de meditación llamado *Tail of the Tiger*, al que comenzaron a acudir personas de toda la costa Este de ese país. La mayoría eran *hippies* con verdadero interés por conocer el budismo y la práctica de la meditación. Afirma Diana Mukpo que Rimpoché se entregó a ellos con verdadera dedicación. Desde Vermont viajaron a Nueva York, donde Rimpoché conoció a varios artistas (entre ellos a Allen Ginzburg), luego a San Francisco y a Los Ángeles, California. Entre sus discípulos

---

8 *Ibid.*, p. 24.

9 Mukpo, *Dragon thunder. My life with Chögyam Trungpa*, p. 98.

10 Como excepción, señala la autora que en California había un monje, Suzuki Roshi, que era pionero en un nuevo enfoque basado en la comunicación visual. Mukpo, *Dragon thunder. My life with Chögyam Trungpa*, p. 101.



había entonces *hippies*, *Hare Krishnas*, disidentes políticos y más, casi todos miembros de lo que se conoce ahora como la *contracultura*, pero en quienes Rimpoché veía mucho potencial para el florecimiento espiritual de corte budista.<sup>11</sup>

En California, Rimpoché se hizo amigo del maestro tibetano Suzuki Roshi, quien había ya fundado el *San Francisco Zen Center*. Rimpoché consideró a Roshi como su maestro, aunque Roshi murió un poco después de haberse conocido. Diana considera que Rimpoché se vio inspirado en Suzuki Roshi para posteriormente iniciar lo que se llamó el Instituto Naropa, en 1974,<sup>12</sup> como veremos un poco más adelante.

Rimpoché estableció su residencia a Boulder, Colorado, donde compró una casa cerca de las montañas, que se convirtió en espacio de reunión de aprendices, casi todos de aspecto *hippie*. También llegaban allí estudiantes y maestros de otras tradiciones espirituales. Fue allí que Diana Mukpo afirma que vio la verdadera naturaleza de su esposo, como un líder espiritual de gran potencial.

Fue en esta época que me surgió la idea de que Rimpoché iba a crear algo magnificante. Todos, creo, comenzaron a darse cuenta de que su influencia sería enorme, a gran escala. Parecía imparable. Él era más vasto que cualquier otra persona que yo hubiese conocido. Comencé a ver a Rimpoché como un *mahasiddha*, alguien que difícilmente viviría una vida ordinaria, secular, pero cuyas acciones expresarían un sentido de sanación, despertar y compasión. Ni siquiera creo que tuviera que ver con él escogiéndolo vivir su vida de esta manera. La esencia de su ser estaba en un plano diferente a la de todos los seres humanos, incluyendo la mayoría de los otros maestros tibetanos. No había, en absoluto, fronteras para su compasión y su deseo de presentar sus enseñanzas. Su pasión y su rol en esta vida eran presentar el budismo a Occidente.<sup>13</sup>

---

11 Mukpo, *Dragon thunder. My life with Chögyam Trungpa*, pp. 110-111.

12 *Ibid.*, p. 113.

13 *Ibid.*, p. 124. Traducción libre. El texto en inglés es el siguiente: "It was around this time that it dawned on me that R was going to create something magnificent. All of us, I think, began to realize that his influence was going to be enormous, on a grand scale. It seemed unstoppable. He was so much vaster than anybody else I have ever met. I began to see R as a *mahasiddha*, someone who outwardly may live an ordinary, secular life but whose every action is an expression of ultimate sanity, or wakefulness, and compassion. I don't even think it had to do with him *choosing* to live his life this way. The essence of his being was on a different plane than most other hu-

Según Fabrice Midal, para 1970 Rimpoché ya hablaba el mismo idioma que los *hippies*, vestía como ellos, bebía alcohol y hacía todo lo que ellos hacían. Según Midal, Rimpoché no quería ser visto como un maestro distante, erguido sobre un pedestal, sino como alguien con quien se podía hablar y tener una relación cercana.<sup>14</sup> El encuentro con Rimpoché causaba un efecto importante en las personas. Una de sus estudiantes relata su primer encuentro con él:

Estaba aturdida, como si hubiese recibido un *shock* eléctrico. Él me extendió su mano, y cuando la tomé tuve el sentimiento más increíble de amabilidad que jamás hubiera sentido. En contraste, [sentí] mi propia energía como dolorosamente agresiva. Lugo lo miré a los ojos. Había una suavidad y amabilidad que brotaba de él y que yo nunca había experimentado antes y, más allá de eso, una profundidad que no podía alcanzar. No podía encontrar a la persona atrás de esos ojos. El efecto en mí fue tremendamente poderoso. Era como si ese hombre pudiera ver en lo más profundo del corazón, y aun así, aceptarme.<sup>15</sup>

Hubo transformaciones importantes entre sus discípulos, según Diana Mukpo; por ejemplo, hubo “hindúes de cabello largo que se transformaron en hombres de negocios, y muchachas *hippies* que se transformaban en profesoras universitarias [...] el primer encuentro con Rimpoché era un *shock*, que muchos no sabían explicar”.<sup>16</sup>

Si bien el primer encuentro era impactante, una vez pasado éste, ¿qué era lo que Rimpoché enseñaba? Pues bien, lo que principalmente enseñaba era la práctica de la meditación, es decir, a sentarse a meditar, aunque también introdujo la práctica de la meditación caminando, que provenía de la tradición Zen. “Por meditación, decía, entendemos algo muy básico y simple que no está atado a ninguna cultura. Estamos hablando de un acto muy básico: sentarte en la tierra, con una buena postura, y desarrollar un sentido de *our spot*, nues-

---

man beings, including most of the other Tibetan teachers. There were absolutely no boundaries to his compassion and his desire to present the teachings. His passion and his role in this lifetime were to present Buddhism in the West”.

14 Midal, *Chögyam Trungpa. His life and Vision*, p. 5.

15 *Ibid.*, p. 107.

16 Mukpo, *Dragon thunder. My life with Chögyam Trungpa*, pp. 126-127.

tro lugar en esta tierra".<sup>17</sup> Para una correcta meditación, era necesaria la relajación y la postura correcta, sobre todo porque hacía entrar en relación con el cuerpo, él enseñaba a sentarse sobre un cojín, con la espalda erguida, la cabeza alineada con la espina dorsal, el pecho abierto y los ojos abiertos. En esta postura, la respiración ayudaba, según decía, a la estabilidad, y en la cual él daba importancia a la exhalación. Dice Diana Mukpo: "la respiración era algo simple, íntimo, un punto de referencia en el cual podíamos descansar".<sup>18</sup> Una vez respirando con consciencia, se trataba de poner atención a la manera en que la mente trabajaba, y hacer consciencia de recuerdos, expectativas, esperanzas, miedos, ideas, pensamientos, emociones, etc. Según Mukpo, lo que al final se buscaba era mantener la mente sin pensamientos, trascender el ego, que era el que hacía resaltar algunas emociones, pensamientos, sueños, miedo a perder el control, y reconocer los pensamientos en su naturaleza transitoria, regresando siempre a la respiración.

Luego de la meditación, lo siguiente en su enseñanza era abrir el corazón, hasta llegar a la compasión que destruía la arrogancia, a partir de la experiencia mística que consistía en descubrir la calidez interior en el corazón.<sup>19</sup>

En la tradición del budismo tántrico que Rimpoché conocía, la transmisión de las enseñanzas tiene lugar en tres formas: a) por medio de palabras, conceptos e ideas, pero las palabras sólo indican una experiencia que debemos vivir; b) por la creación de un contexto particular, como en un teatro, en consecuencia no importa tanto lo que el maestro hace, sino la situación que crea; y c) el maestro comparte su mente con su discípulo.<sup>20</sup>

Rimpoché hacía también que sus estudiantes más avanzados se pusieran a enseñar, les sugería hablar desde el corazón y no desde el intelecto, les decía que sus estudiantes no recordarían lo que ellos di-

---

17 Midal, *Chögyam Trungpa. His life and Vision*, p. 64.

18 *Ibid.*, p. 67.

19 *Ibid.*, p. 27.

20 Midal, *Chögyam Trungpa. His life and Vision*, p. 111. Según Diana Mukpo, mediante su práctica, Rimpoché quería conectar con la energía mahamudra, que es parte del linaje Kagyü, para la experiencia del dzogchen del espacio del linaje Nyingma. Además, enfatizaba la tradición mística de los siddhas, los "perfeccionados", así como el más formal estilo de vida de los monjes. Los siddhas practican en sus vidas cotidianas con poco respeto por las convenciones sociales.

jeran, pero sí se acordarían de la presencia del maestro y del ambiente que él o ella creara. Así también afirmaba que el silencio era una manera de enseñar, de transmitir. Realizaba seminarios de tres meses, que para sus estudiantes eran todo un reto por todos los arreglos que implicaba hacer en sus vidas (tener dinero para vivir tres meses, dejar su casa o rentarla, dejar amigos, entre otros).<sup>21</sup>

Rimpoché aprovechaba también la convivencia cotidiana para transmitir sus enseñanzas. Enseñaba dando pláticas todas las tardes, pero también mientras cocinaba o llevaba a cabo otras actividades cotidianas, y aun en las fiestas que, eventualmente, terminaban en “relajo total”, según Diana.<sup>22</sup>

De acuerdo con Midal, Rimpoché no adaptó el budismo a Occidente, sino que lo reinventó a partir de su capacidad de ir a la fuente del budismo; es decir, no se adaptó a las expectativas de sus estudiantes, sino que trascendió dogmas, pero acudiendo a verdades tradicionales y a la experiencia directa de la persona. Para Rimpoché, según Midal, “el budismo no era una verdad establecida que había que respetar o seguir, sino que era reinventada cada vez”, y tampoco el budismo era para él una religión que supliera al cristianismo.<sup>23</sup>

Por otra parte, al aprender el idioma inglés y transmitir sus enseñanzas en esa lengua, hacía que tales enseñanzas fueran más accesibles y no parecieran tan exóticas. No se trataba de una simple traducción lingüística, sino de una reinterpretación a partir de su experiencia en Occidente.

Al tener muchos seguidores, uno se pregunta qué hacía a sus enseñanzas tan atractivas y, desde luego, no se trataba de un conocimiento transmitido de manera sólo intelectual. Al parecer la clave está en lo que dice uno de sus biógrafos: “Hablaban desde el corazón, siempre desde el contexto en que estaba y desde las personas que estaban allí presentes; su método no fue ni el de Oxford ni el Tibetano, su enseñanza era directa y libre, directo hacia el corazón de la experiencia de cada uno”.<sup>24</sup> Y también desde una relación que él llamó *amistosa*, con otros seres humanos. Dice Midal que Rimpoché inventó un *nuevo lenguaje* que le permitía dar simples explicaciones de enseñanzas avanzadas, hablando siempre desde su experiencia. Además, su método era dialogal, ya que

---

21 *Ibid.*, pp. 116-117.

22 Mukpo, *Dragon thunder. My life with Chögyam Trungpa*, p. 129.

23 Midal, *Chögyam Trungpa. His life and Vision*, pp. 85-87.

24 *Ibid.*, p. 105.

al responder preguntas siempre lo hacía en forma personal, hablando directamente a la persona que preguntaba y yendo más allá de la pregunta, en una forma que *abría la mente* de sus estudiantes.<sup>25</sup>

A sus pláticas formales por la tarde, en su casa en Boulder, cada vez asistía un mayor número de personas, en promedio más de cien, lo cual motivó a que, al poco tiempo, Rimpoché y sus estudiantes compraran un terreno cerca de las montañas Rocallosas, que fue llamado *Rocky Mountain Dharma Center*,<sup>26</sup> esto fue en 1973. Por entonces también Rimpoché tuvo otro hijo con su esposa Diana, publicó el libro *Cutting through Spiritual Materialism*, y después publicó otro libro editado por Judith Lief, titulado *Transcending Madness: The Experience of the Six Bardos*. Al mismo tiempo viajaba con frecuencia a California para dar cursos y seminarios.

Cabe mencionar que antes de sus pláticas y conferencias formales solía tomar alcohol. Su esposa Diana dice que quizá era para poder comunicarse con su público occidental, porque en el budismo tántrico, el alcohol bendito representa un veneno que se convierte en néctar para la inspiración o como combustible para transformar la ignorancia del ego en despertar.<sup>27</sup> Su método era integrar lo secular con lo sagrado. Sus enseñanzas, decía, se insertaban en lo que él llamaba *Crazy Wisdom*, filosofía que posteriormente dio título a uno de sus libros, así como a una película sobre la vida y obra de Rimpoché.

#### ORÍGENES DE LA UNIVERSIDAD NAROPA

Para 1973, Rimpoché, ya había fundado dos centros espirituales, uno en Vermont y otro en Boulder, pero fue entonces que comenzó a pensar en un modelo de institución que no fuera religioso, sino más bien secular y con un modelo corporativo, el cual era totalmente opuesto al modelo *hippie* en el que se había desarrollado hasta ese momento. Consideraba que un modelo de institución secular tendría más éxito en Estados Unidos. En uno corporativo, podría haber instituciones que se consideraran partes de un mismo cuerpo. Rimpoché conformó con algunos discípulos un grupo que le ayudara a dar forma a sus ideas. Bajo su guía, sus discípulos cortaron sus melenas *hippies*, co-

---

25 *Ibid.*, p. 106.

26 Después fue renombrado como *Shambhala Mountain Center*.

27 Mukpo, *Dragon thunder. My life with Chögyam Trungpa*, p. 145.

menzaron a vestirse más formalmente, e implementaron acciones de tipo empresarial como por ejemplo, comprar un hotel en Wyoming y transformarlo en una casa de retiros budista.

Allí y en los otros centros previamente establecidos, Rimpoché continuó impartiendo sus enseñanzas budistas, desmitificando las ideas erróneas que mucha gente tenía sobre la espiritualidad budista y combatiendo, dice Diana Mukpo, el individualismo y egoísmo occidentales.

El año 1974 es un año clave para la fundación de Naropa Institute. Para ese año, Rimpoché ya tenía un hijo más, y había fundado otro centro de meditación en Boulder. Sus conferencias habituales en esa ciudad tenían una audiencia de cien personas en promedio y, además, viajaba constantemente para impartir conferencias en otras ciudades importantes de Estados Unidos, como Nueva York, Chicago, Boston y Houston, entre otras. Al mismo tiempo, sus discípulos más avanzados se convertían ya en maestros. Fue por entonces que visualizó establecer una escuela más grande y formal.

Comenzó ofreciendo unos cursos de verano en 1974, para los cuales Rimpoché y sus discípulos esperaban que asistieran unas 400 o 500 personas, pero cuál sería su sorpresa que llegaron más de dos mil quinientas. ¿Por qué esos cursos tuvieron tanto éxito? Quizá en parte fue porque ese verano asistieron muchos artistas de renombre que impartieron cursos de poesía, teatro y música, junto a las ya famosas conferencias de Rimpoché.

Los cursos de verano tuvieron tanto éxito que Rimpoché y sus discípulos decidieron establecer una escuela más permanente, a la cual llamaron Instituto Naropa. Originalmente Rimpoché pensaba llamarla Nalanda, que era el nombre de una universidad famosa que había existido en la India, y que había sido el centro más grande y antiguo de enseñanza budista que hubiera existido, pero sus discípulos pensaron que era un nombre muy grande para un instituto tan pequeño, y entonces decidieron llamarla Instituto Naropa, quien fue un gran académico budista que había enseñado en Nalanda en el siglo XI, pero que había dejado la universidad para buscar a su maestro espiritual.<sup>28</sup>

Rimpoché quería que Naropa fuera el primer instituto para estudios budistas en Estados Unidos, pero también quería que otras religiones y tradiciones espirituales encontraran cabida allí, por lo que al poco tiempo inauguró el diálogo interreligioso iniciado con

---

28 *Ibid.*, p. 175.

un congreso en el que dialogaba el cristianismo con el budismo. Así también, como una idea importante del proyecto secular del instituto Naropa, Rimpoché dio cabida a las artes visuales, la música, el teatro, la escritura y la poesía en la currícula de Naropa.<sup>29</sup> Al poco tiempo, el Instituto se vio favorecido por la visita de un lama importante del linaje mismo de Rimpoché, llamado Su Santidad Karmapa, quien protagonizó varios rituales devocionales, tanto en Boulder como en otras ciudades que tenían centros budistas, a los cuales asistieron miles de personas, y quien reconoció todo el trabajo que Rimpoché había hecho en Estados Unidos, lo cual popularizó aún más los centros establecidos por Rimpoché, entre ellos el Instituto Naropa.<sup>30</sup>

Al poco tiempo, Rimpoché organizó un congreso que reunía periódicamente a las cabezas de todos los centros de meditación del budismo Vajradhatu, y en 1975 comenzó a dar seminarios para instructores de meditación.

La visión que Rimpoché tenía de la Universidad de Naropa, desde tiempo atrás, era la de una Universidad que revitalizara la conexión de las tradiciones espiritual e intelectual, ya fuera de Oriente o de Occidente. Dice Diana Mukpo que él sentía que una aproximación contemplativa a la educación, combinando estudios intelectuales rigurosos con la intuición y la investigación directa de la mente a través de la meditación y otras disciplinas, sería un gran aporte a la educación superior de Estados Unidos.<sup>31</sup>

---

29 El Instituto dio cabida a varios artistas y escritores como Allen Ginsberg, entre otros. *Ibid.*, pp. 175-176.

30 *Ibid.*, p. 183.

31 Mukpo, *Dragon thunder. My life with Chögyam Trungpa*, 173.

## CRONOLOGÍA DE LA VIDA DE CT

---

1939	Nació en el Tíbet (m. 1987).
1959	Escapó hacia India en 1959 durante la invasión china a su país.
1963	Se fue becado a la Universidad de Oxford en Inglaterra.
1967	Fundó un Centro de Meditación en Escocia llamado Samye Ling.
1969	Publicó <i>Meditación en acción</i> . Se convirtieron miles de occidentales al budismo.
1970	Se mudó a Estados Unidos.
1973	Publicó <i>Cutting through Spiritual Materialism</i> .
1984	Publicó <i>Shambhala: Sacred Path of the Warrior</i> . Funda centros de meditación, así como también la Universidad Naropa.
1987	Muere.

---

Fuente: Diana J., Mukpo, *Dragon thunder. My life with Chögyam Trungpa* (Boston and London: Shambhala, 2006).

### LA EDUCACIÓN CONTEMPLATIVA EN LA UNIVERSIDAD NAROPA

Luego de los exitosos cursos de verano ofrecidos en 1974, Rimpoché y sus discípulos fundaron el Instituto Naropa, en cuyos inicios participaron artistas, escritores y académicos famosos, entre ellos Allen Ginsberg, Anne Waldman y John Cage, quienes fundaron la Jack Kerouac School of Disembodied Poetics, en el seno de ese instituto. En 1975 se volvieron a proponer cursos de verano, y en 1976 se ofreció una Maestría en Psicología Budista y Occidental, así como programas certificados de danza, teatro y poesía. Aunque seguía siendo un Instituto, en 1978 Naropa ofreció otra Maestría en Estudios Budistas. Los cursos se daban en edificios rentados en el centro de Boulder, pero en 1983 el Instituto se mudó a otro edificio, en el cual también se ofrecía formación en las enseñanzas de Shambhala. Fue entonces cuando Naropa recibió un donativo de un millón de dólares, así como un edificio grande que comprendía otros edificios pequeños, también regalados. Tres años después, en 1986, Naropa recibió acreditación de las autoridades educativas estadounidenses, lo cual permitió a los estudiantes acceder a préstamos educativos.



En 1987, el mismo año en que murió Rimpoché, Naropa compró una nueva propiedad para ampliar sus instalaciones. Para 1994 Naropa ya tenía su propia biblioteca, que fue bautizada en honor del poeta Allen Ginsberg y, un año después, en 1995 Naropa ya podía ofrecer licenciaturas debidamente acreditadas en escritura y poesía, psicología, estudios budistas, teatro, danza y música. Así también, en 1997 comenzó a organizar un Congreso anual sobre Educación y Espiritualidad, que fue donde surgió el movimiento de Educación Contemplativa que paulatinamente se extendió a otras universidades en Estados Unidos.

En 1999 el Instituto formalmente adoptó el nombre de Universidad Naropa. En 2006 dicha universidad estableció el Center for the Advancement of Contemplative Education, financiado por la Fundación Frederick P. Lenz, con el fin de apoyar a los profesores y ofrecer un curso internacional para la investigación y colaboración en Educación Contemplativa, buscando llegar a todos los niveles educativos.<sup>32</sup>

¿Qué es la Educación Contemplativa?

Esta educación parte de la experiencia de Buda (Siddharta Gautama), quien describe cómo tuvo visiones penetrantes y comprensión plena, llegando a conocer la fuente del sufrimiento, que era la ignorancia, refiriéndose con esto a la ignorancia sobre nosotros mismos, nuestra verdadera naturaleza y la de nuestro mundo.<sup>33</sup>

Para verdaderamente transformar la educación (dice Aung San Suu Kyi) se necesita una revolución espiritual que vaya más allá de sólo buscar libertad, democracia y derechos humanos. Se necesita buscar verdades más permanentes, resistir a la influencia de los deseos (corruptores), la mala voluntad, la ignorancia y el miedo.<sup>34</sup> Arthur Zajonc habla de una revolución epistemológica y metodológica que llama “epistemología del amor” (2006), que encarna y practica el respeto, la amabilidad, la intimidad, la vulnerabilidad, la participación, la transformación, la formación de

---

32 Información tomada de la página oficial de Naropa University, en: <https://www.naropa.edu/about-naropa/history/index.php>. Consultada en Noviembre de 2017.

33 Arthur, Zajonc, “Contemplative Pedagogy: A Quiet Revolution in Higher Education”, en “Contemplative Studies in Higher Education”, ed. Linda Sanders, in *New Directions for Teaching and Learning*, No. 134, (Summer 2013), p. 8.

34 Zajonc, “Contemplative Pedagogy: A Quiet Revolution in Higher Education”, p. 9.

nuevas capacidades, y la práctica de la introspección (*insight*). Se trata de una educación intelectual crítica que busca la comprensión y el entendimiento profundo del sí mismo y del mundo.

Para Zajonc, la Educación Contemplativa consiste en “un amplio rango de métodos educativos que apoyan el desarrollo de la atención, balance emocional, conexión empática, compasión y conducta altruista de los estudiantes, al mismo tiempo que los provee de nuevas técnicas pedagógicas que apoyan su creatividad y aprendizaje del contenido de los cursos”.<sup>35</sup> Según Zajonc, las principales prácticas de la Educación Contemplativa son las siguientes:

1. Atención plena. Consiste en “la conciencia sin juicios de cada momento, que normalmente se aplica a la respiración”. Es poner la atención en la respiración y mantener esa atención sin distracción por varios minutos. Si hay distracción, entonces sin juicio uno pone la distracción a un lado, sea ésta un pensamiento o una emoción, y regresa a poner la atención en la respiración, y así una y otra vez. Contar las respiraciones puede ayudar.
2. Concentración. Aquí el objeto de atención puede ser la respiración o cualquier objeto simple y, si hay distracción, la atención se vuelve a dirigir hacia el objeto de atención, siendo esta última voluntaria y sostenida.
3. Conciencia abierta. Es como el complemento de la atención enfocada, pues consiste en un monitoreo del contenido de la experiencia a cada momento. La conciencia abierta, con frecuencia, se experimenta como un espacio de creatividad, en contraste con la concentración, que se utiliza al usar la observación o al ejecutar un razonamiento discursivo extenso.
4. Contradicciones sostenidas. En vez de buscar sostener las contradicciones es mejor mantener e intensificar la experiencia de cómo dos opuestos pueden ser verdaderos al mismo tiempo, es aceptar la dualidad como dos verdades de la misma realidad.<sup>36</sup>

Es una educación que supone que las capacidades de la atención voluntaria sostenida, el equilibrio emocional, la introspección y la compasión son capaces de desarrollar, a través de la práctica y la aten-

---

35 *Ibid.*, p. 83.

36 *Ibid.*, pp. 84-87.

ción a un objeto de investigación, capacidades para entender cómo ese objeto o área es formado.<sup>37</sup> En Educación Contemplativa, dice Zajonc, no se trata de agregar algo, sino que se busca el cambio, el crecimiento y la transformación del ser humano. Se trata de una nueva epistemología (del amor) en la cual la atención plena sería el centro. Se trata de una teoría encarnada con dimensiones cognitivas, estéticas y morales. “Todos los aspectos de la vida pueden ser cambiados a la luz de la mirada contemplativa sobre quiénes somos realmente. De verdad, todas las dimensiones buenas, creativas de la vida, fluyen desde esta fuente, sólo las traemos a la conciencia, desarrollamos lo que significa practicarlas, y honrarlas a través de nuestra atención”.<sup>38</sup> Se trata de la necesidad de una epistemología más robusta, con nuevos métodos, ética y bases de la educación superior que vayan más allá de la lógica del costo-beneficio.

Según Arthur Zajonc,<sup>39</sup> en los últimos quince años ha tenido lugar una revolución pedagógica en bachilleratos y universidades en Estados Unidos, y que comienza a crecer en otras partes del mundo. Y ésta fue precisamente la primera pregunta que le hice al profesor Richard Brown, fundador y presidente del Departamento de Educación Contemplativa de la Universidad Naropa: ¿realmente estamos ante una revolución educativa *tranquila*? Luego de sonreír ante esta pregunta, el profesor Brown dijo que sí, y que la palabra *tranquila* era interesante, porque la educación contemplativa era un “proceso gradual” que afectaba a los individuos, sobre todo a profesores y sus prácticas, aunque ya había también organizaciones que promovían la Educación Contemplativa, una educación que representa una aproximación diferente a la tradicional porque, según dice, en aquella la persona que funge como maestro está personalmente comprometida con la experiencia pedagógica, y no sólo la controla o administra, sino que se involucra en un proceso de mutuo descubrimiento con los estudiantes, ya que tanto el profesor como los estudiantes cambian cada día, y eso afecta la interrelación que se da entre ellos, así como la aproximación que ambos tienen hacia los contenidos en ese momento particular.<sup>40</sup>

---

37 *Ibid.*, pp. 88-89.

38 *Ibid.*, p. 91.

39 Arthur Zajonc es un físico que estudia la relación entre ciencia, mente, espíritu. Trabaja en el Amherst College. Fundador y presidente del Mind and Life Institute.

40 Entrevista Yolanda Padilla/Richard Brown, Nalapa Campus, Boulder, Colorado, 31 de octubre de 2017.

No sólo en esta entrevista sino en muchas otras, el profesor Brown ha hecho énfasis en la atención plena a la *presencia* del maestro, puesto que considera que el proceso de enseñanza y aprendizaje se basa en quién es el maestro como ser humano, así como en la consciencia plena de quién es, en cómo maneja las energías del grupo, en la escucha profunda, la compasión y la transformación social.<sup>41</sup>

El profesor Brown no siempre ha practicado la Educación Contemplativa sino que, siendo él un maestro formado en el enfoque tradicional, hubo un momento en que se dio cuenta de que otra aproximación era posible. “Fue un proceso gradual –dice–, cuando salí del *college* comencé a enseñar, pero me di cuenta de que en el aula había que lidiar con cuestiones emocionales, tanto de los estudiantes como del maestro”. Su formación en el enfoque tradicional no le ofrecía elementos para estos nuevos retos, y además el enfoque en general no le era satisfactorio. Fue en ese momento cuando descubrió la Universidad Naropa en los años setenta, que por entonces tenía una escuela que atendía niños de preescolar hasta tercer año, y fue cuando observó los efectos positivos de un tipo diferente de enseñanza-aprendizaje, basado en las enseñanzas de Shambala de Rimpoché. Tales trataban de llevar el budismo al estilo de vida cotidiana. “Esas enseñanzas eran muy nuevas en los años setenta, pero luego la escuela cerró en los años ochenta, y comencé a trabajar en el Departamento de Educación de Naropa, y desde entonces ha sido para mí un constante descubrimiento el traer las enseñanzas budistas a la vida cotidiana, ha sido algo maravilloso”.<sup>42</sup>

El profesor Brown afirma que es importante conducir una clase enfocando principalmente tres momentos: el inicio, el desarrollo y el final. El inicio es importante, dice, porque estás haciendo una transición, de venir de otras actividades a esta clase en particular, hay que tener un sentido de “aquí estamos” y vamos a comenzar esto, es poner atención a ese momento inicial y honrarlo. Nada de llevar prisa, consumir la clase rápidamente e irse. Señala que en la Universidad Naropa, dependiendo de los maestros y maestras, casi siempre se inician las clases con un saludo, o un toque de cuenco tibetano, o ha-

---

41 Véase: Naropa University's MA in Contemplative Education Program. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=rklLk53xQnc>.

42 Entrevista YPR/ Richard Brown, Nalapa Campus, Boulder, Colorado, 31 de octubre de 2017.

ciendo unos minutos respiración consciente, de manera que todo el mundo logre estar plenamente presente y consciente de lo que se va hacer en ese momento.

Para el desarrollo de las clases hay muchas técnicas, pero en todas ellas se intenta practicar la atención plena, observar qué está pasando en la clase, tomar un momento para reflexionar sobre ella, o eventualmente tomar un momento de descanso. “Lo importante es que la clase sea algo personal, que involucre a todo el ser de cada persona, no es algo solo intelectual; más aún, involucra un sentido de comunidad”.<sup>43</sup> Aquí también observa la importancia de crear una atmósfera colaborativa, para que el aprendizaje sea significativo, tanto en lo individual como grupal. “En lo individual puedes tener una buena idea, pero ésta se produjo en la atmósfera colaborativa del grupo. Además, se trata de poder ver la interconexión que existe entre hechos y personas. Al final, aprendo lo que es significativo y la comprensión se da cuando aprendemos algo que tiene que ver con la pasión personal”.<sup>44</sup>

¿Y cuáles pueden ser consideradas como buenas prácticas de la Educación Contemplativa? Ya otros autores han escrito que éstas son, por ejemplo, la atención plena, la concentración, la escucha profunda, la empatía, la colaboración, la perspectiva en primera persona, la consciencia abierta, la aceptación de contradicciones, el balance emocional y la presencia. “Ésas son buenas”, me dice, pero en su experiencia, es la *presencia* la que parece ser la más importante de todas. “La concentración, estar presente en un evento o actividad, y enfocar la mente para desarrollar la atención plena es fundamental. Y también la percepción de los sentidos, ver, hablar, escuchar”. El profesor Brown me pone el ejemplo del escuchar: por ejemplo cuando llora un bebé, dice, la mamá escucha, y sabe si el llanto es de hambre o no; antes de tener una respuesta, la mamá escuchó el sonido del llanto. “Es escuchar sin juzgar, sin categorizar, solo escuchar, el bebé no dice *aliméntame*, sino que lo sabes por el sonido del llanto, que es diferente a otros; primero escuchas el sonido, es el primer paso, luego que lo escuchas, reaccionas, y sabes lo que tu respuesta significa, y asumes que tu respuesta es correcta, pues no fue sólo una idea previa sobre lo

---

43 Entrevista YPR/ Richard Brown, Nalapa Campus, Boulder, Colorado, 31 de octubre de 2017.

44 *Id.*

que el bebé necesitaba, sino que *escuchaste* el sonido del llanto”.<sup>45</sup> Según me explicó el profesor Brown, lo mismo puede hacerse con una clase de Historia: primero describes el hecho, sin juzgarlo, después respondes a él, pero sabes que es tu respuesta al hecho, la reconoces como tal, como una respuesta, y tomas conciencia de tu respuesta y de la de los demás.

Entonces surge la pregunta de si la Educación Contemplativa puede ser aplicada a cualquier área de conocimiento. Y sí. Según la explicación del profesor Brown, todo depende de cómo enseñar la materia, pues en cualquiera de ellas el maestro puede estar presente, la *presencia* y estar *consciente* de lo que pasa. El profesor Brown mencionó las palabras “*holding yourself back, not being engaged*”, y es ese tipo de atención plena que te dice si vas muy rápido o muy lento, por ejemplo. “No importa lo que enseñes, puedes tener tu propia práctica contemplativa y espiritual en cualquier cosa que hagas; lo que importa es cómo tú llevas la clase, en cualquier materia, puede ser Biología o Historia, y de repente puedes decir, ¿qué preguntas tienen?, eso produce una pausa, es poner atención en lo que estás haciendo”.<sup>46</sup> Ése es un primer nivel de presencia, pero hay otros niveles más allá de eso, pues la enseñanza contemplativa involucra a la persona completa, no sólo en su dimensión intelectual, es atender también lo que pasa en el nivel emocional. Por ejemplo, en una clase de Historia, tanto maestros como estudiantes pueden estar horrorizados por un episodio, y entonces hay que tomar un momento para integrar esos sentimientos, trabajar con la emoción, no solo decir “qué horribles cosas pasaron”, sino conectar con el sufrimiento de la gente y los propios sentimientos. Algunas veces, dice el profesor Brown, “el estudiante hace una conexión emocional con el contenido visto en clases, no se trata solo de analizarlo intelectualmente, entra en juego el cuerpo, las emociones”.<sup>47</sup>

La Educación Contemplativa tiene que ver con la creatividad, la intuición, la comprensión, pero para el profesor Brown esas facultades son naturales, por lo que la Educación Contemplativa lo único que realiza es hacerlas emerger. “Aprender es una experiencia natural, individual y comunitaria, la confianza, las relaciones interpersonales, pueden crear algo nuevo, pero todo tiene que ver con la creatividad natural de las personas”.

---

45 *Id.*

46 *Id.*

47 *Id.*

La amabilidad, por ejemplo, es algo importante en el aula, pero para el profesor Brown es algo también natural. Si alguien no es amable con los demás puede hacer que alguien se sienta excluido, y la Educación Contemplativa busca que todos se sientan incluidos. Aunque la amabilidad no excluye que en ocasiones se tenga que ser directo y poner un alto a situaciones que pudieran estar dañando a alguien en el grupo. La amabilidad parte de que todos estamos conectados, y lo que hace alguien afecta a todos. Esto, según el profesor Brown, es un hecho científico, es por eso que las ciencias están aportando a la Educación Contemplativa. La amabilidad es algo natural, pero también puede ser un valor, pero “no tienes que ser una persona religiosa para tener ese valor, ni para practicar la Educación Contemplativa, aunque sí puedes tener algún tipo de disciplina espiritual”.

A manera de resumen le pido al profesor Brown que defina qué es para él la Educación Contemplativa. Luego de una larga pausa, pero larga de verdad, me dice: “Amar lo desconocido”.

## EPÍLOGO

La Universidad Naropa tiene actualmente el *Center for the Advancement of Contemplative Education*, que sirve como un espacio para el estudio y desarrollo de la Educación Contemplativa, a nivel nacional e internacional, pues organiza congresos y cursos, y apoya las iniciativas de investigación y desarrollo de profesores. También está organizando una biblioteca con especialidad en Educación Contemplativa. Además, sostiene el Programa *Compassion Initiative*, que recupera a la compasión como una de las grandes virtudes humanas, y como la base para la conducta altruista. Parte de que la investigación científica moderna sugiere que la compasión puede ser enseñada, tanto para beneficio de la persona como de la colectividad, recuperando la práctica de la compasión desde el budismo, pero también desde otras tradiciones de sabiduría, así como desde la neurociencia y la ciencia social, considerando también la cualidad emocional de las varias formas de compasión.

El programa *Compassion Initiative* desarrolla temas como consciencia plena, autocompasión, amabilidad, empatía, compasión resiliente, prácticas de compasión encarnada, etc. También explora el tema de

la compasión desde la Psicología, los Estudios Budistas y las Artes. Asimismo, el *Center for the Advancement of Contemplative Education* analiza prácticas pedagógicas a través de los lentes del poder, el privilegio y la opresión. Estas prácticas se cruzan con la preocupación del Centro por la relación de la educación con la justicia social, así como con temas de inclusión y diversidad, buscando la transformación social. Desde el Trabajo Social, se está enfocando la escucha profunda hacia los que sufren, considerando la escucha como algo que necesita –otra vez– presencia y espacio. Se busca una escucha que implica una actitud no apresurada, suspender el juicio y evitar suposiciones e ideas fijas.

Por último, cabe mencionar que miles de profesores en Estados Unidos ya están practicando la Educación Contemplativa, y que estos forman parte de la Asociación para la Mente Contemplativa en Educación Superior (ACMHE, por sus siglas en inglés), fundada como una asociación profesional desde 2009, y que a su vez hace parte del *Center for Contemplative Mind in Society* (CCMS). Cabe mencionar que desde 1997 el programa académico del CCMS trabaja con profesores y administradores de universidades para desarrollar el campo de la Educación Contemplativa, lo cual indica parte de su impacto.

#### FUENTES CONSULTADAS

##### Referencias

- Midal, Fabrice, *Chögyam Trungpa. His life and vision*. Boston and London: Shambhala, 2004.
- Mukpo, Diana J. *Dragon thunder. My life with Chögyam Trungpa*. Boston and London: Shambhala, 2006.
- Zajonc, Arthur. "Contemplative Pedagogy: A Quiet Revolution in Higher Education". En "Contemplative Studies in Higher Education", en *New Directions for Teaching and Learning*, ed. Linda Sanders, No. 134, Summer 2013, Jossey Bass, San Francisco, USA.

##### Entrevista

Yolanda Padilla Rangel al Profesor Richard Brown, Nalapa Campus, Boulder, Colorado, 31 de octubre de 2017.



## Sitios digitales

History of Naropa, Naropa University, Consultado en noviembre de 2017. Disponible en: <https://www.naropa.edu/about-naropa/history/index.php>.

Naropa University's MA in Contemplative Education Program. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=rklLk53xQnc>.

## ACERCA DE LA AUTORA

Yolanda Padilla Rangel ([yolanda\\_padilla@hotmail.com](mailto:yolanda_padilla@hotmail.com)) es licenciada en Investigación Educativa (UAA 1985). Maestra en Estudios Regionales (Instituto Mora 1989), doctora en Ciencias Sociales (Colegio de Michoacán 1998), Estancia posdoctoral (Universidad Texas, Austin 2000); doctora en Humanidades (Universidad Pompeu Fabra, Barcelona 2005-2006). Autora de más de una docena de libros, varios artículos y capítulos de libro sobre educación, religión, mujeres y niños en el siglo XX mexicano. Premio al Desarrollo de las Humanidades 2006, y Premio Universitario al Mérito en Investigación en 2006. Trabaja en la UAA. Miembro del SNI (ORCID: 0000-0002-2019-3773). 