

Dzongsar Jamyang Khyentse

TÚ TAMBIÉN
PUEDES SER
BUDISTA

editorial **K**airós

Shambhala Publications, Inc.
Horticultural Hall
300 Massachusetts Avenue
Boston, Massachusetts 02115
www.shambhala.com

© 2007 by Dzongsar Jamyang Khyentse

© de la edición en castellano:
2008 by Editorial Kairós, S.A.

Editorial Kairós S.A.
Numancia 117-121, 08029 Barcelona, España
www.editorialkairos.com

Nirvana Libros S.A. de C.V.
3ª Cerrada de Minas 501-8, CP 01280 México, D.F.
www.nirvanalibros.com.mx

© de la traducción del inglés: David González Raga
Revisión: Amelia Padilla

Primera edición: Enero 2008
Segunda edición: Marzo 2009

I.S.B.N.: 878-84-7245-657-0
Depósito legal: B-13.295/2009

Fotocomposición: Beluga y Mleka, s.c.p. Córcega 267. 08008 Barcelona
Tipografía: Times, cuerpo 11, interlineado 12,8
Impresión y encuadernación: Romanyà-Valls. Verdaguer, 1. 08786 Capellades

Este libro ha sido impreso con papel certificado FSC, proviene de fuentes respetuosas con la sociedad y el medio ambiente y cuenta con los requisitos necesarios para ser considerado un “libro amigo de los bosques”.

Todos los derechos reservados. No está permitida la reproducción total ni parcial de este libro, ni la recopilación en un sistema informático, ni la transmisión por medios electrónicos, mecánicos, por fotocopias, por registro o por otros métodos, salvo de breves extractos a efectos de reseña, sin la autorización previa y por escrito del editor o el propietario del *copyright*.

*«Para el hijo de Suddhodana, príncipe de la India,
sin el cual seguiría ignorando que soy un peregrino.»*

SUMARIO

Introducción	9
1. Creación e impermanencia	17
2. Emoción y sufrimiento	48
3. Todo es vacuidad	75
4. El <i>nirvana</i> está más allá de los conceptos	108
Conclusión	137
Postdata sobre la traducción	159
Agradecimientos	163

INTRODUCCIÓN

En cierto vuelo transatlántico me tocó el asiento central de la fila central del avión junto a un hombre muy simpático que, viendo mi cabeza rapada y mi túnica granate, no tardó en deducir acertadamente que era budista. Dando por sentado que no comería carne se ofreció muy amablemente, cuando llegó la hora de comer, a pedirme un menú vegetariano. Y, como el vuelo era muy largo, empezamos, para pasar el rato, a hablar de budismo.

La gente suele asociar el budismo y a los budistas con la paz, la meditación y la no violencia. De hecho, muchos parecen pensar que, para ser budista, basta con vestir una túnica granate o azafrán y esbozar una sonrisa. Siendo, como soy, un budista entusiasta, esa reputación me enorgullece, sobre todo en su faceta no violenta, algo bastante excepcional, dadas las guerras y la violencia, especialmente la violencia religiosa, que salpican nuestra época. A lo largo de toda la historia de la humanidad, la religión ha desencadenado episodios de una crueldad extraordinaria. No es infrecuente ver, en las noticias, los estragos causados por el extremismo religioso, aunque creo que, en ese sentido, el budismo jamás ha apelado, para expandirse, al uso de métodos violentos. No obstante, como persona formada en el budismo, no deja de molestarme que el budismo únicamente se asocie al vegetarianismo, la no violencia, la paz y la meditación porque creo que cuando el príncipe Siddharta renunció a las comodidades

y los lujos de la vida palaciega para dedicarse a la búsqueda de la iluminación, debía ir tras algo más que la pasividad y la vida en el bosque.

Aunque la esencia del budismo sea muy sencilla resulta, no obstante, difícil de explicar. De hecho, su extensión, complejidad y profundidad son casi inconcebibles. Pero, por más que no sea religioso ni teísta, es difícil presentarlo de un modo que no parezca teórico y religioso. Por otra parte, los ropajes culturales de los que ha ido revistiéndose a lo largo de su expansión por todo el mundo han dificultado aún más, si cabe, su comprensión. Tengamos en cuenta que la misma fascinación que acompaña a los ornamentos, las deidades, el incienso, las campanas y los sombreros multicolores puede también distraer nuestra atención de las cuestiones fundamentales.

La frustración que me provoca el hecho de que las enseñanzas de Siddharta no resulten lo suficientemente atractivas se combina, en ocasiones, con mi propia ambición y me lleva a pensar en la posibilidad de reformar el budismo, haciéndolo más sencillo, más exacto y más directo. Pero pensar (como a veces hago) en la posibilidad de simplificar el budismo y de reducirlo a prácticas concretas, como meditar tres veces al día, usar ciertos ropajes y sustentar determinadas creencias para que el mundo acabe convirtiéndose al budismo, me parece demasiado complicado y erróneo. En tales ocasiones creo que si consiguiera algo semejante, las prácticas darían un resultado inmediato y tangible y habría muchos más budistas. Pero cuando me recupero de semejantes fantasías (cosa que rara vez ocurre), no me queda más remedio que reconocer que un mundo lleno de personas que se llamasen budistas no necesariamente sería un mundo mejor.

Hay quienes creen erróneamente que el Buda es el “Dios” del budismo, y también los hay que, aun en países reconocidamente budistas como Corea, Japón y Bután, tienen una

visión teísta del Buda y del budismo. Por este motivo, en este libro empleo sin distinción los nombres Siddharta y el Buda, para que el lector no olvide que Siddharta no fue más que un hombre que acabó convirtiéndose en el Buda.

Es muy comprensible que haya quienes creen que los budistas son los seguidores de ese hombre llamado el Buda. Pero no debemos olvidar que el mismo Buda insistió en la necesidad de no venerar a la persona, sino la sabiduría de quien imparte la enseñanza. También hay quienes creen que la reencarnación y el *karma* son las creencias esenciales del budismo. Pero tal visión, como muchas otras, está completamente equivocada. El budismo tibetano, por ejemplo, es llamado, en ocasiones, “lamaísmo” y también hay quienes no creen que el Zen sea una forma de budismo. Por último, hay personas más informadas, aunque igualmente equivocadas, que emplean términos tales como *vacuidad* y *nirvana* sin entender en realidad su significado.

En una conversación casual, como la que mantuve con mi compañero de viaje, el no budista puede preguntar «¿Qué le hace a uno budista?», una pregunta muy difícil porque si la persona está realmente interesada, la respuesta no se adapta con facilidad a las conversaciones de sobremesa y las generalizaciones, además suele provocar todo tipo de malentendidos. Supongamos, por ejemplo, que uno brinda la auténtica respuesta, es decir, la respuesta que aclara el fundamento mismo de esta tradición más que bimilenaria.

En realidad, uno es budista si acepta las cuatro verdades siguientes:

Todas las cosas compuestas son impermanentes.

Todas las emociones son dolorosas.

Todas las cosas carecen de existencia inherente.

El *nirvana* está más allá de los conceptos.

Estas cuatro afirmaciones, esbozadas por el mismo Buda, son conocidas como “los cuatro sellos”. Tradicionalmente hablando, el término “sello” se refiere a la marca que confirma la autenticidad de algo. En aras de la simplicidad, nos referiremos a estas afirmaciones como “sellos” y “verdades” que el lector, por cierto, no debe confundir con las Cuatro Nobles Verdades del budismo, que se refieren a aspectos diferentes del sufrimiento. Pero, por más que se diga que “los cuatro sellos” explican el budismo, no parece que la gente quiera saber mucho al respecto. Sin más explicaciones: no suelen despertar gran interés y, en la mayor parte de los casos, sólo sirven para desalentar a nuestro interlocutor. No es de extrañar que en tal situación, el tema de conversación derive rápidamente hacia otros derroteros, y ahí finalice todo.

Según se dice, no deberíamos interpretar metafóricamente ni místicamente el mensaje encerrado en “los cuatro sellos”, sino que deberíamos tomárnoslo literalmente y muy en serio. Pero “los cuatro sellos” no son preceptos ni mandamientos. Basta con reflexionar un poco para advertir que no hay, en ellos, mención alguna a la buena o a la mala conducta, razón por la cual no deberíamos tomarlos como una moral o un ritual. Se trata, muy al contrario, de verdades seculares basadas en la sabiduría, la preocupación fundamental del budismo. En este sentido, los principios morales y la ética son completamente secundarios, hasta el punto de que el hecho de fumar o la estupidez no le impiden a nadie convertirse en budista... aunque ello tampoco implique que se nos conceda licencia para comportarnos de manera malvada o inmoral.

Hablando en un sentido amplio, la sabiduría se deriva de una mente que posee lo que los budistas denominan una “visión correcta”, aunque obviamente la visión correcta no se halla circunscrita al ámbito budista. La visión es, en última instancia, la que determina nuestra motivación y nuestra acción.

Ella es, en el camino del budismo, la mejor de las guías. Y si, además de “los cuatro sellos”, podemos adoptar algunas conductas sanas, seremos mejores budistas. ¿Pero cuáles son las razones que explican que uno no sea budista?

Uno no es budista si no puede aceptar que todas las cosas compuestas o creadas son transitorias y cree, por el contrario, en la existencia de alguna substancia o concepto esencial que sea permanente.

Uno no es budista si no puede aceptar que todas las emociones son dolorosas y cree, por el contrario, que algunas emociones son placenteras.

Uno no es budista si no puede aceptar que todos los fenómenos son ilusorios y vacíos y cree, por el contrario, que ciertas cosas poseen una existencia inherente.

Si, por último, uno cree que la iluminación existe dentro de las esferas del tiempo, el espacio y el poder, tampoco es budista.

¿Qué nos convierte entonces en budistas? Usted puede haber nacido o no en un país o en una familia budista; llevar túnica o no llevarla, afeitarse la cabeza o no afeitársela, comer carne y adorar a Eminem o a Paris Hilton, sin que nada de ello le impida ser budista. Lo único que se necesita para ser budista es aceptar que todo fenómeno es transitorio, que todas las emociones son dolorosas, que todas las cosas carecen de existencia inherente y que la iluminación está más allá de todo concepto.

Tampoco es preciso, para ser budista, tener continuamente conciencia de estas cuatro verdades, pero deben estar en su

mente. Uno no va por ahí recordando de continuo su nombre, pero cuando le llaman, responde sin dilación alguna. Así pues, cualquier persona que admita estos cuatro sellos, por más que lo haga independientemente de las enseñanzas del Buda e incluso en el caso de no haber escuchado siquiera el nombre del Buda Shakyamuni, puede considerar que se halla en su mismo camino.

Al poco de explicar todo esto a mi compañero de avión escuché unos suaves ronquidos procedentes de su asiento y me di cuenta de que estaba profundamente dormido. No pareció, pues, que nuestra charla hubiera atenuado su aburrimiento.

Me gusta generalizar y, en este libro, el lector encontrará muchas generalizaciones. Pero me justifico a mí mismo pensando que aparte de las generalizaciones, los seres humanos no tenemos muchas formas de comunicarnos lo que, obviamente, ya es una generalización.

Este libro no pretende convencer a nadie para que siga al Buda Shakyamuni, se convierta en budista o practique el *dharma*. Por ello no menciono deliberadamente ninguna técnica de meditación, ni hablo tampoco de prácticas ni *mantras*. Mi principal objetivo, por el contrario, se limita a subrayar aquellos aspectos del budismo que lo diferencian de otros enfoques. ¿Qué fue lo que dijo este príncipe indio que despertó el respeto y la admiración de científicos modernos tan escépticos como Albert Einstein? ¿Cuál es el mensaje que moviliza a tantos miles de peregrinos a peregrinar posttrándose desde el Tíbet hasta Bodhgaya? ¿Qué es lo que diferencia al budismo de las demás religiones? Como creo que las respuestas a todas estas preguntas giran en torno a “los cuatro sellos”, he tratado de presentar estos difíciles conceptos con el lenguaje más sencillo posible.

Siddharta quería llegar a la raíz del problema, razón por la

cual el budismo no está ligado a ninguna cultura. Sus beneficios, por otra parte, tampoco se hallan circunscritos a una sociedad, ni se interesan por el gobierno ni por la política. Siddharta no estaba interesado en los tratados académicos ni en las teorías científicamente demostrables. Le importaba muy poco si el mundo es plano o esférico. Su interés era de un orden estrictamente práctico. Lo único que quería era llegar a la raíz del sufrimiento. Espero que el lector entienda que su enseñanza no es una gran filosofía intelectual que deba ser leída y olvidada luego en un estante, sino una visión lógica y práctica que se halla al alcance de cualquier ser humano. Por ello he tratado de utilizar ejemplos procedentes de todos los aspectos de la vida y de todos los rincones del mundo —desde el enamoramiento hasta la aparición de la civilización tal y como la conocemos—. Y aunque estos ejemplos sean diferentes a los empleados por el Buda, su mensaje sigue siendo hoy tan pertinente como siempre.

Siddharta nos alertó en contra de la aceptación indiscriminada de sus palabras. Por ello invito al lector a analizar detenidamente lo que lea en las siguientes páginas.

1. CREACIÓN E IMPERMANENCIA

El Buda no fue un ser celestial sino un simple ser humano; aunque tampoco fue tan simple, porque era un príncipe. Se llamaba Siddharta Gautama y disfrutaba de una vida privilegiada en un hermoso palacio en Kapilavastu, donde vivía con sus padres, su amada esposa y su hijo, que le adoraban, y rodeado de amigos fieles, frondosos jardines llenos de pavos reales y una hueste de cortesanos. Su padre, Suddhodana, se aseguró de satisfacer todas sus necesidades y deseos porque, cuando Siddharta era un bebé, un astrólogo había vaticinado que el príncipe acabaría convirtiéndose en un ermitaño, pero él estaba empeñado en que le sucediera en el trono. La vida de palacio era suntuosa, segura y tranquila. Siddharta jamás se enfadó con su familia y, exceptuando alguna que otra tensión ocasional con uno de sus primos, mantenía relaciones muy cordiales con todo el mundo.

Cuando Siddharta creció, quiso conocer el mundo. Dobleándose a las súplicas de su hijo, Suddhodana acabó permitiéndole aventurarse más allá de los muros de palacio, pero se encargó de dar instrucciones muy precisas a su cochero Channa, para que sólo viese cosas hermosas y positivas. Siddharta disfrutó mucho de ese primer paseo y de las montañas, los ríos y las riquezas naturales de su tierra. Pero, en el camino de vuelta a casa, toparon con un campesino que, postrado a un lado del camino, gemía a causa del dolor provocado por una terrible enfermedad. Siddharta, que durante

toda su vida había estado rodeado de personas sanas, se sintió conmovido por los lamentos y la visión de un cuerpo destruido por la enfermedad. La vulnerabilidad del cuerpo humano le impresionó tanto que regresó a palacio con el corazón encogido.

Al cabo de un tiempo, todo pareció volver a la normalidad, pero el príncipe no tardó en querer dar otro paseo y Shuddhodana se vio nuevamente obligado a aceptar a regañadientes. En esa ocasión, Siddharta vio a una anciana desdentada cojeando e inmediatamente le pidió a Channa que se detuviera.

—¿Por qué camina así? —preguntó entonces a su cochero.

—Porque es una anciana, mi señor —replicó Channa.

—¿Qué es una “anciana”? —preguntó entonces Siddharta.

—Los distintos elementos que componen su cuerpo se han usado tanto que han acabado desgastándose —replicó entonces Channa.

Conmovido por esa nueva visión, Siddharta le pidió que regresaran de inmediato a palacio.

Ya no hubo entonces modo de acallar la curiosidad del príncipe. «¿Qué otras cosas le habrían ocultado?» —se preguntaba—, de modo que no tardó en emprender un tercer paseo. Nuevamente disfrutó de la belleza del paisaje, de las montañas y de los ríos, pero cuando regresaban a casa, tropezaron con un cortejo fúnebre y, como Siddharta jamás había visto tal cosa, Channa se vio obligado a explicarle que el cuerpo inmóvil que desfilaba frente a él estaba muerto.

—¿Y todo el mundo debe morir? —preguntó Siddharta.

—Así es, mi señor. Todos deben morir —contestó Channa.

—¿También morirán mi padre y mi hijo?

—Sí. Todo el mundo. No hay nadie, independientemente de que sea rico o pobre, que pueda escapar de la muerte. Ése es el destino que aguarda a quienes nacen en esta tierra.

Quizás pensemos, al escuchar por primera vez la historia del despertar de su realización, que Siddharta era una persona muy ingenua. Parece extraño que un príncipe, que había sido educado para gobernar un reino, hiciese preguntas tan simples. Pero lo cierto es que los ingenuos somos *nosotros*. A pesar de que, en la época de la informática, nos hallemos rodeados de todo tipo de imágenes de descomposición y muerte (como decapitaciones, corridas de toros, asesinatos sangrientos, etcétera), todas esas imágenes, lejos de recordarnos nuestro destino, son utilizadas como mera diversión o para obtener algún provecho. La muerte ha acabado convirtiéndose en un producto de consumo y la mayoría de nosotros evitamos contemplarla. Por eso no nos damos cuenta de que nuestro cuerpo y el medio que nos rodea están compuestos de elementos inestables que, a la menor alteración, acaban desmoronándose. Por supuesto que sabemos que un buen día tenemos que morir, pero a menos que nos hayan diagnosticado una enfermedad terminal, creemos estar fuera de peligro. Y en las contadas ocasiones en que pensamos en la muerte, sólo nos preguntamos: «¿Cuánto heredaré?» o «¿Dónde esparcirán mis cenizas?». No está tan claro, pues, quién es realmente el ingenuo.

Después de su tercer viaje, Siddharta se sintió muy abatido ante la imposibilidad de proteger a sus padres, a su querida esposa, Yashodhara, y a su hijo, Rahula, de la inevitabilidad de la muerte. Por más que contara con los medios para salvaguardarles de la pobreza y el hambre, no podía protegerles, no obstante, de la vejez y de la muerte. Tan consumido estaba por esos pensamientos que trató incluso de hablar con su padre de la mortalidad, pero sólo consiguió que el rey se preocupase todavía más al verle tan afectado por algo que, para él, no era más que un simple problema teórico. Entonces empezó tam-

bién a preguntarse si en lugar de sucederle en el trono, no acabaría cumpliéndose la profecía del adivino y el príncipe elegiría el camino del ascetismo. No era infrecuente que en esa época los hindúes privilegiados y ricos tomaran el camino ascético. Por ello, Suddhodana, recordando la profecía, se aprestó a disuadirle.

Pero el abatimiento y la obsesión que aquejaban a Siddhartha no eran fruto de una melancolía pasajera. Con el fin de impedir que el príncipe se sumiera más profundamente en la depresión, Suddhodana dio órdenes precisas para que sus sirvientes le siguiesen a todas partes e impidieran una nueva salida de palacio. Entretanto, y como buen padre preocupado por su hijo, Suddhodana hizo todo lo que estuvo en su mano para ocultar al joven príncipe cualquier exposición adicional a la enfermedad y la muerte.

SONAJEROS Y OTRAS DISTRACCIONES

Todos somos, de una u otra forma, como Suddhodana. Vivimos protegiéndonos a nosotros mismos y a los demás de la verdad y acabamos insensibilizándonos a cualquier manifestación evidente del deterioro. Por ello insistimos en “pensar en positivo” y en “no darle demasiadas vueltas a esas cosas”. Festejamos nuestros cumpleaños apagando las velas de un soplido, sin darnos cuenta de que ése también es un recordatorio de que nos queda un año menos de vida. Celebramos la llegada del Año Nuevo lanzando petardos y cava y no advertimos que el año viejo nunca volverá y que el nuevo es incierto y puede ocurrir cualquier cosa.

Y cuando “cualquier cosa” nos resulta desagradable, nos distraemos deliberadamente, como la madre distrae a su hijo con juguetes y sonajeros. Por eso, cuando estamos deprimi-

dos vamos de compras o nos metemos en un cine. Alentamos todo tipo de fantasías y aspiramos a conseguir esto o aquello –una casa en la playa, un trofeo, una jubilación anticipada, un coche hermoso, una buena familia, unos buenos amigos, la fama o entrar en el *Libro Guinness de los records*–. Luego queremos una pareja con la que hacer un crucero o dedicarnos a la cría de caniches. Las revistas y la televisión nos presentan y refuerzan estos modelos de felicidad y de éxito, inventando nuevas ilusiones en las que quedarnos atrapados. Estas imágenes del éxito son los sonajeros que empleamos los adultos para distraernos. Bien poco de lo que hacemos en el curso de un día –ni nuestros pensamientos ni nuestras acciones– evidencia la menor conciencia de la fragilidad de la vida. Nos pasamos la vida yendo al cine para ver una mala película, volviendo deprisa a casa para ver algún programa de telebasura... o los anuncios, mientras el tiempo que nos queda de vida se nos escurre entre los dedos.

Bastó con que Siddharta atisbase la vejez y la muerte para despertar en él el anhelo de alcanzar la verdad. Después de su tercer viaje trató varias veces de abandonar el palacio sin conseguirlo. Pero cierta noche, tras los festejos y celebraciones habituales, un misterioso hechizo sumió a todo el mundo, desde el rey Shuddhodana hasta el más bajo de los sirvientes, en un sueño muy profundo que los budistas consideran como un mérito colectivo de todos los seres humanos, porque fue el estímulo que facilitó el surgimiento de un gran ser.

Sin necesidad de guardar las apariencias, los miembros de la corte yacían desmadejados por doquier, con la boca abierta, roncando a pierna suelta y los enojados dedos metidos en los platos. Parecían flores marchitas que hubiesen perdido súbitamente toda su belleza. Siddharta no se apresuró, como solía, a ordenar todo aquello y la visión no hizo más que fortalecer su

determinación, porque la pérdida de la belleza no era sino una evidencia más de la impermanencia. Entonces fue cuando, tras echar un último vistazo a Yashodhara y a Rahula, abandonó furtivamente el palacio en mitad de la noche.

Todos somos, a nuestro modo, como Siddharta. Quizás no seamos príncipes, ni poseamos pavos reales, pero tenemos profesiones, casas, gatos y muchas responsabilidades. Todos tenemos nuestro propio palacio –por más que se trate de un lujoso ático en París, de un adosado en los suburbios o de un simple cuartucho en los barrios bajos– y nuestros Yashodharas y Rahulas. Y con el paso del tiempo, las cosas no hacen sino complicarse, porque los electrodomésticos se estropean, los vecinos se quejan y el día menos pensado aparecen goteras. Nuestros seres queridos mueren, o tal vez sólo lo parezcan cuando, al despertar, yacen tan inanes como los cortesanos del palacio de Siddharta, con el aliento apestando a tabaco o a la salsa de ajo de la cena de la noche anterior. Pero por más que nos molesten y nos regañen, permanecemos voluntariamente atados sin tratar de escapar y, en el caso de que digamos «¡Se acabó!» y decidamos poner fin a esa relación, no tardamos en iniciar otra nueva. Éste es un ciclo del que nunca nos cansamos porque suponemos que, en algún lugar, está esperándonos la pareja o el Shangri-La perfectos. Cuando nos enfrentamos a los problemas cotidianos, creemos que todo puede arreglarse y que para volver a sentirnos bien, basta con cepillarnos los dientes.

Quizás pensemos también que la vida acabará enseñándonos a alcanzar la madurez perfecta. Esperamos convertirnos en ancianos tan sabios como Yoda sin darnos cuenta, no obstante, de que la madurez no es sino otro aspecto de la decadencia. Nos hallamos inconscientemente atrapados en la expectativa de que llegará un día en que ya no tengamos nada

más que arreglar y que entonces podremos finalmente ser “felices para siempre”. Creemos a pies juntillas en la noción de “propósito”, como si todo lo que hemos vivido hasta ahora no hubiera sido más que un mero ensayo. Por ello no vivimos en el presente y creemos que el futuro siempre será mejor.

Hay mucha gente cuya vida se limita a una interminable rutina de control, reajuste y actualización, como si estuviesen aguardando siempre el momento en que realmente empezarán a vivir de verdad. Son muchas, en este sentido, las personas que si se lo preguntasen, admitirían estar trabajando para retirarse a una cabaña de troncos de Kennebunkport o a un bungaló de Costa Rica; y también hay quienes sueñan con pasar los últimos años de su vida en un entorno idílico, meditando serenamente en una casa de té o contemplando una cascada o un estanque *koi*.

Asimismo suponemos que, después de muertos, el mundo seguirá su camino. El Sol brillará, los planetas continuarán desplazándose por el firmamento, como suponemos que lo han hecho desde el comienzo de los tiempos, y nuestros hijos heredarán la Tierra. Pero todo ello no hace sino poner de relieve nuestra ignorancia de los cambios a que se hallan sometidos este mundo y la totalidad de los fenómenos. Los hijos no siempre sobreviven a sus padres y, en caso de que lo hagan, no siempre satisfacen sus expectativas. ¿Quién le asegura que su adorado hijo pequeño no acabará convirtiéndose en un cocainómano que le llene la casa de amantes? Y tampoco sería la primera vez, por otra parte, que las familias más convencionales y las más *hippies* incuban, respectivamente, hijos homosexuales y neoconservadores. A pesar de todo ello, sin embargo, seguimos aferrados al arquetipo de la familia y soñamos con tener hijos a los que transmitir nuestra sangre, nuestros ojos, nuestros apellidos y nuestras tradiciones.

LA BÚSQUEDA DE LA VERDAD PUEDE PARECER NEGATIVA

Es importante advertir que el príncipe no abandonó sus responsabilidades domésticas, porque no pretendía irse a vivir a una comunidad agrícola, ni tampoco iba en pos de ningún ideal romántico. Su renuncia, muy al contrario, estuvo motivada por la determinación de un esposo que sacrifica su comodidad en aras de las necesidades de su familia, aun cuando ellos no lo vieran así. Sólo podemos imaginarnos la tristeza y la desilusión que, a la mañana siguiente, embargaron a Shuddhodana. Fue la misma desilusión que experimentan los padres de hoy en día al enterarse de que sus hijos adolescentes se han marchado a Katmandú o a Ibiza en busca de alguna utopía idealista como, en los años sesenta, lo hicieron los llamados hijos de las flores (muchos de los cuales eran hijos de hogares prósperos y acomodados). Pero en lugar de vestirse con pantalones acampanados, de llenarse el cuerpo de tatuajes y *piercings* y de teñirse el pelo de púrpura, Siddharta se rebeló abandonando los adornos principescos. Fue así como acabó renunciando a todo aquello que le identificaba como un aristócrata educado, se vistió con un pedazo de tela y se convirtió en un mendigo errante.

Acostumbrada a juzgar a las personas por lo que tienen en lugar de por lo que son, nuestra sociedad esperaría que Siddharta permaneciese en palacio, asumiese el nombre de su familia y disfrutase de su regalada vida. No en vano el modelo de éxito de nuestro mundo no es Gandhi, sino Bill Gates. En ciertas sociedades orientales y occidentales, los padres presionan a sus hijos para que saquen buenas notas forzándoles, en ocasiones, más allá de lo debido. Los niños necesitan buenas notas a fin de ser aceptados en las mejores universidades y títulos de la Ivy League [grupo selecto de ocho universidades privadas de

Nueva Inglaterra famosas por su prestigio académico y social] y obtener un buen trabajo en un banco. Y todo ello para que la familia pueda perpetuar su dinastía.

Supongamos que su hijo abandona repentinamente su reconocida y lucrativa carrera tras ser consciente de la vejez y la muerte. Ya no parece pasarlo tan bien como antes trabajando catorce horas diarias, adulando a su jefe, luchando con sus competidores, contaminando el medio ambiente, contribuyendo al trabajo de los menores y viviendo angustiado de continuo para disfrutar de unas pocas semanas de vacaciones al año. ¿Qué haría si su hijo le dijera que quiere vender todos sus bienes, donarlos a un orfanato y convertirse en monje? ¿Le daría su bendición e iría corriendo a contarle a sus amigos que su hijo ha recuperado el sentido, o, por el contrario, le acusaría de ser un insensato y le mandaría al psiquiatra?

No fue el rechazo de la vejez y la muerte lo que llevó a Siddharta a dar la espalda a la vida palaciega y adentrarse en lo desconocido. Lo que le llevó a tomar esa decisión tan drástica fue la imposibilidad de entender que ése fuese el destino que aguarda a todos los seres humanos. ¿Qué sentido tienen los pavos reales, las joyas, los doseles, el incienso, la música, la bandeja de oro en que apoyaba sus sandalias, las vasijas importadas y hasta su relación con Yashodhara, Rahula, su familia y su país, si todo lo que nace acaba corrompiéndose y muriendo? ¿Cuál es el propósito de todo ello? ¿De qué sirve derramar tanta sangre y tantas lágrimas por algo que finalmente acaba esfumándose y debe ser abandonado? ¿Cómo poder, en tal caso, seguir disfrutando alegremente de la dicha artificial de la vida de palacio?

¿Dónde podía ir Siddharta? No había lugar alguno, ni dentro ni fuera de palacio, que pudiera protegerle de la muerte; y toda su riqueza real no le servía, en ese sentido, absolutamente para nada. ¿Debía buscar acaso la inmortalidad?

Sabemos que ésa es una búsqueda inútil. Nos entretenemos con los mitos fantásticos de los dioses griegos inmortales, con los relatos de la búsqueda del Santo Grial y del elixir de la inmortalidad, con las peripecias de la expedición de conquistadores, dirigida por Ponce de León, en una busca infructuosa de la fuente de la eterna juventud y sofocamos nuestras risas al escuchar la historia del legendario emperador chino Qin Shi Huang, quien envió una delegación de niños y niñas vírgenes a tierras remotas buscando la poción que supuestamente confería la vida eterna. Quizás pensemos que ésa fue la búsqueda que emprendió Siddharta. Es cierto que abandonó el palacio con cierta ingenuidad –porque no podía conseguir que su esposa y su hijo vivieran para siempre–, pero su búsqueda, sin embargo, no fue, en modo alguno, inútil.

LO QUE EL BUDA DESCUBRIÓ

Sin herramienta científica alguna, el príncipe Siddharta se sentó sobre un cojín de paja *kusha* bajo un *ficus religiosa* a investigar la naturaleza humana y, después de un periodo largo de contemplación, llegó a la conclusión de que toda forma, incluida nuestra carne, nuestros huesos, nuestras emociones y nuestras percepciones, es un agregado y que lo mismo sucede con todos los fenómenos, compuestos, todos ellos, por distintos elementos. Así es como los clavos y la madera se convierten en una mesa; el agua y las hojas, en té, y el miedo, la devoción y un salvador, en Dios. Pero el producto final compuesto no posee una existencia independiente de las partes que lo componen. Creer, por tanto, que las cosas poseen una existencia independiente es una ilusión. Todo lo compuesto está sujeto a mutación y, al unirse, modifica su carácter y se convierte en un “compuesto”.

Pero esto, según el Buda, no sólo se aplica a la experiencia humana, sino también a la materia, al mundo y hasta al universo entero. Todo, absolutamente todo, es interdependiente y está sujeto a cambio. No existe, en la creación, absolutamente nada que exista de manera independiente, permanente y pura, ni el libro que el lector sostiene en sus manos, ni los átomos, ni los dioses. Todo lo que existe, aun cuando sea meramente imaginario (como, por ejemplo, un hombre con cuatro brazos), depende de la existencia de alguna otra cosa. Entonces fue cuando Siddharta se dio cuenta de que la provisionalidad no supone, como habitualmente creemos, la muerte, sino el cambio. Todo cambia con respecto a otra cosa, y aun el más leve de los cambios está sujeto a las leyes de la impermanencia.

Todas esas comprensiones llevaron finalmente a Siddharta a descubrir un camino para salir del sufrimiento provocado por la mortalidad. Aceptando la inevitabilidad del cambio y admitiendo que la muerte forma parte de ese ciclo, se dio también cuenta de la imposibilidad de invertir el camino que conduce hasta la muerte y el desengaño. Porque, cuando no hay ilusión, tampoco hay desilusión. Y es que cuando uno sabe que todo es transitorio, no se aferra a nada y, si no se aferra a nada, deja de pensar en términos de tener o carecer y, en consecuencia, vive plenamente.

El despertar de Siddharta de la ilusión de la permanencia es el que explica el nombre, el Buda, con el que le conocemos, que literalmente significa “el despierto”. Dos mil quinientos años después, sus descubrimientos y enseñanzas siguen siendo un auténtico tesoro que ha inspirado a millones de personas, instruidos y analfabetos, ricos y pobres, desde el rey Ashoka hasta Allan Ginsberg, desde Kublai Khan hasta Gandhi y desde Su Santidad el Dalai Lama hasta los Beastie Boys. Pero si Siddharta viviera hoy en día, creo que

estaría un poco más decepcionado, porque el ser humano sigue ignorando sus descubrimientos. Pero no, por cierto, porque la moderna tecnología los haya refutado, sino porque todavía no hay nadie que haya alcanzado la inmortalidad. Un día u otro, todos debemos morir y así lo hacen a diario unos doscientos cincuenta mil seres humanos. Las personas que más queremos mueren y seguirán muriendo, pero todavía nos horrorizamos y entristecemos cuando fallece un ser querido y aún seguimos buscando el elixir de la larga vida o la fuente de la eterna juventud. Las visitas a la tienda de dietética, las botellas de DMAE [dimetiletanolamina] y de retinol, las clases de *yoga*, el *ginseng* coreano, la cirugía plástica, las inyecciones de colágeno y las cremas hidratantes ponen claramente de relieve que, en lo más profundo de nosotros, seguimos alentando el mismo deseo de inmortalidad con que soñaba el emperador Qin.

El príncipe Siddharta ni necesitaba ni quería descubrir el elixir de la inmortalidad. Al darse cuenta de que todas las cosas son compuestas, de que la deconstrucción es infinita y de que no hay nada que posea existencia autónoma, permanente y pura, alcanzó la liberación. Cualquier cosa compuesta (es decir, absolutamente todo) es tan impermanente como el cubito de hielo que colocamos en un vaso de agua. Cuando Siddharta contemplaba a una persona la veía, por más que fuese la más sabia del mundo, como alguien simultáneamente vivo y desintegrado. Y aunque el lector ponga en duda que se trate de una manera muy divertida de vivir, le aseguro que puede ser algo muy interesante y satisfactorio. Esa forma de vivir nos sustrae de la necesidad de vernos arrastrados por una montaña rusa desde el extremo de la expectativa al de la desilusión. Entonces es cuando todo lo que nos rodea empieza a disolverse y nuestra percepción de los fenómenos se transforma y, en cierto modo, se aclara. Desde esta perspecti-

va, la provisionalidad es evidente, y de la comprensión del modo en que las personas se quedan atrapadas, brota naturalmente la compasión.

POR AHORA

El acto de unión de las partes está íntimamente ligado al tiempo, porque todo tiene un comienzo, un desarrollo y un final. Este libro no existió antes y, por más que ahora pareciera existir, también acabará desapareciendo. De manera parecida, el yo –y también, obviamente, el *usted*– de ayer es distinto al yo de hoy. El mal humor acaba convirtiéndose en buen humor, siempre hay algo nuevo que aprender, aparecen nuevos recuerdos y el golpe que nos dimos ayer en la rodilla no tardará en dejar de dolernos. Nuestra existencia aparentemente continua está formada de una serie de comienzos y de finales ligados al tiempo. Aun el mismo acto creativo requiere tiempo, un tiempo anterior a la existencia, un tiempo de advenimiento a la existencia y un tiempo de conclusión.

Quienes creen en la existencia de un Dios todopoderoso no suelen cuestionar su idea del tiempo, porque se supone que Dios es independiente del tiempo. Para creer en un creador omnipotente y todopoderoso es necesario tener en cuenta el elemento temporal. Si el mundo siempre hubiera existido, no habría necesidad alguna de creación. Precisamente por ello, antes de la creación, debe no haber existido durante un período de tiempo, lo que requiere de una secuencia temporal. Puesto que el creador –llamémosle Dios– acata necesariamente las leyes de tiempo, también debe hallarse sujeto al cambio, aunque el único cambio que haya experimentado haya sido el de crear este mundo. Y eso está muy bien. Un Dios omnipresente y permanente no puede cambiar, de modo

que es más interesante tener un Dios impermanente que pueda responder a nuestras oraciones y cambiar el clima. Pero en la medida en que las acciones divinas están compuestas de una serie de comienzos y finales, es transitorio o, dicho con otras palabras, está sujeto a la incertidumbre y resulta, por tanto, poco fiable.

Sin papel no hay libro; sin agua no hay hielo, y sin comienzo no hay final. La existencia de cada uno de esos factores depende de la existencia del otro. Por esta razón, el budismo afirma la inexistencia de algo independiente. Y es esta interdependencia la que explica que el cambio de un determinado componente —como la pata de una mesa, por ejemplo— repercute en la totalidad y ponga seriamente en cuestión su estabilidad. No es posible, por más que lo creamos, controlar los cambios, debido a la existencia de innumerables influencias de las que no somos conscientes. Y esa interdependencia supone también la desintegración de todas las cosas en su estado corriente u original. Cada cambio entraña algún elemento de muerte; y el día de hoy evidencia la muerte del ayer.

Aunque la mayoría de la gente acepta que todo lo que nace está necesariamente abocado a la muerte, nuestras definiciones de “todo” y de “muerte” pueden diferir. Para Siddharta, el *nacimiento* incluye todo lo creado —no sólo las flores, los hongos y los seres humanos, sino todo lo que ha nacido y que, de algún modo, es compuesto—. Y la *muerte*, por su parte, se refiere a cualquier tipo de desintegración o descomposición. Para llevar a cabo su investigación, Siddharta no contó con subvención ni asistente algunos, sino tan sólo con el polvo caliente de la India y la presencia ocasional de algún que otro búfalo, pero aun así, descubrió la verdad de la impermanencia. Su hallazgo no fue tan espectacular como el descubrimiento de una estrella, el establecimiento de una moral, la

creación de un movimiento social o religioso, ni la formulación de una profecía. La impermanencia es un hecho muy sencillo. Y es muy improbable que, un buen día, cualquier cosa compuesta acabe tornándose permanente, aunque todavía lo sería más que, en tal caso, pudiésemos demostrarlo. Actualmente, sin embargo, seguimos incurriendo en los errores de considerar al Buda como un dios, o de creer que nuestra tecnología es más avanzada que su sabiduría.

PERO SEGUIMOS IGNORÁNDOLO

Dos mil quinientos treinta y ocho años después de que Siddhartha dejara tras de sí las puertas de palacio –precisamente en la época en la que muchos millones de personas celebran un nuevo comienzo, en la que muchos recuerdan a Dios y en la que otros aprovechan las rebajas–, todos nos vimos conmovidos por los efectos de un terrible *tsunami*. Y mientras la televisión mostraba las noticias, muchos esperaban la irrupción salvadora de Spiderman o la aparición de Orson Welles anunciando que sólo se trataba de una obra de teatro.

No tengo la menor duda de que al ver los cadáveres diseminados por las playas, el corazón del príncipe Siddhartha se hubiese roto. Pero creo que todavía se hubiera sorprendido más al advertir nuestra sorpresa, una prueba innegable de nuestra obstinación en negar la transitoriedad. Aunque nuestro planeta esté compuesto de magma volátil y las grandes masas de tierra –como Australia, Taiwán y América– se asemejen al rocío a punto de caer sobre la hierba, no por ello disminuye el ritmo acelerado con el que nos aprestamos a construir rascacielos y túneles. Y nuestra insaciable deforestación para producir más palillos desechables y más correo basura no hace sino alentar la acción de la impermanencia.

No deberíamos sorprendernos tanto al contemplar los signos del final de cualquier fenómeno, pero parece que somos muy difíciles de convencer.

Pero incluso después de un recordatorio tan espantoso como el provocado por el *tsunami*, no tardamos en olvidarnos de la muerte y la devastación. Lujosos complejos vacacionales acaban levantándose en el mismo lugar en el que las familias se vieron obligadas a identificar los cadáveres de sus seres queridos, mientras seguimos enfrascados en la creación de realidades con las que esperamos alcanzar la felicidad duradera. Querer “ser felices para siempre” no es más que una versión disfrazada del deseo de permanencia; y la creación de conceptos como “amor eterno”, “felicidad duradera” y “salvación” no hacen sino generar más evidencia de la impermanencia. A fin de cuentas, nuestras intenciones y los resultados obtenidos parecen contradecirse. Tratamos de crearnos a nosotros mismos y a nuestro mundo, pero no nos damos cuenta de que el deterioro empieza en el mismo instante en que concluye la creación. Y por más que alentemos la esperanza de perdurar, todo lo que hacemos acaba finalmente desvaneciéndose.

El Buda insistió en la necesidad de recordar el concepto de impermanencia, sin soslayarlo inadvertidamente. Sólo podemos cobrar conciencia de la impermanencia dándonos cuenta de la naturaleza compuesta de los fenómenos. El reconocimiento de la interdependencia nos permite advertir la provisionalidad, y cuando nos damos cuenta de la provisionalidad, es bastante menos probable que acabemos esclavizados por creencias, presupuestos, sistemas de valores o por la simple fe ciega (tanto religiosa como secular). Esa conciencia es la que nos salva de quedarnos atrapados en todo tipo de dramas personales, políticos e interpersonales. Entonces vemos que las cosas nunca están completamente

bajo nuestro control y que nunca lo estarán, de modo que no debemos esperar que se acomoden a nuestras expectativas y temores. Y cuando las cosas van mal, dependen de tantas causas y condiciones que no hay nadie a quien culpar. En este sentido, nuestra conciencia puede dirigirse desde las regiones más remotas hasta los niveles subatómicos, pero tampoco en los átomos podemos confiar.

LA INESTABILIDAD

El planeta Tierra en el que el lector está ahora sentado leyendo este libro acabará un día tan inerte como Marte, si no se ve antes destrozado por un meteorito o por un supervolcán que eclipse la luz del Sol, extinguiendo todo rastro de vida sobre la faz del planeta. Disfrutamos de las estrellas que contemplamos románticamente en el firmamento nocturno, aunque muchas de ellas murieron hace ya un millón de años. En la superficie de esta frágil Tierra, los continentes siguen todavía desplazándose. Hace trescientos millones de años, por ejemplo, el continente que hoy en día conocemos como América formaba parte de un supercontinente que los geólogos denominan actualmente Pangea.

Pero no hay que esperar trescientos millones de años para advertir los cambios porque, aun dentro del corto período de nuestra vida, hemos asistido al espectáculo de ver cómo el glorioso concepto de imperio se evaporaba al igual que una gota de agua sobre arena caliente. No hace mucho tiempo que la emperatriz de la India, por ejemplo, vivía en una Inglaterra cuya bandera ondeaba en todo el mundo. Hoy en día, sin embargo, el Sol *se pone* en la Union Jack. Las nacionalidades y las etnias con las que tanto nos identificamos están cambiando de continuo. Guerreros como los maoríes y los navajo,

que gobernaron sus territorios durante centenares de años, viven ahora marginados en abigarradas reservas, mientras los inmigrantes llegados de Europa en los últimos doscientos cincuenta años han acabado convirtiéndose en la mayoría dominante. Los chinos *han*, por su parte, solían referirse a los manchúes como “ellos”, pero China ha acabado convirtiéndose en una república que engloba a muchos grupos étnicos, y los manchúes han pasado a formar parte del “nosotros”. Pero esta continua transformación no nos ha impedido sacrificar miles de vidas para erigir fronteras, naciones y sociedades poderosas. Es mucha la sangre que, a lo largo de los siglos, se ha derramado en nombre de sistemas políticos que penden de una serie interminable de factores inestables, como la economía, las cosechas, las ambiciones personales, el estado cardiovascular del líder, el deseo, el amor y el azar. Los líderes legendarios también son inestables, y los hay que caen de su pedestal por fumar sin tragarse el humo, mientras que otros alcanzan el poder mediante alguna que otra forma de pucherazo electoral.

La complejidad de la impermanencia y la inestabilidad de los fenómenos compuestos son mayores en el ámbito de las relaciones internacionales, donde las definiciones de “aliado” y de “enemigo” se hallan sometidas a un cambio continuo. Hubo un tiempo en que los Estados Unidos luchaba contra un enemigo llamado “comunismo”. En esa época, el Che Guevara, un gran héroe social, fue tildado de terrorista por pertenecer a determinado partido y adornar su boina con una estrella roja, aunque quizás no fuese el comunista perfecto que imaginamos. Décadas después, la Casa Blanca buscó el apoyo de China, el mayor país comunista, reconociéndole el estatus de “nación favorecida” y haciendo la vista gorda ante cosas que poco tiempo atrás hubiesen bastado para desenterrar el hacha de guerra.

Quizás sea la naturaleza volátil de las amistades y las enemistades la que explique la razón por la que Siddharta se negaba a que Channa le acompañase en su búsqueda de la verdad. Incluso su confidente y amigo más cercano estaba sujeto al cambio. No es infrecuente que en nuestras relaciones personales experimentemos este cambio de alianzas y el amigo con el que compartimos nuestros secretos más profundos acabe convirtiéndose en el peor enemigo que aproveche la intimidad que antaño compartíamos para atacarnos. Todos recordamos la ruptura de la alianza que, no hace mucho, unía al presidente Bush, Osama Bin Laden y Saddam Hussein y que ha acabado convirtiéndose en el paradigma mismo de la enemistad, empleando el conocimiento de sus respectivas flaquezas para emprender una auténtica cruzada que ha sacrificado ya muchos miles de vidas en aras de la supuesta defensa de sus versiones contrapuestas de la “moral”.

Estamos tan orgullosos de nuestros principios que, en ocasiones, no tenemos el menor empacho en tratar de imponerlos sobre los demás. Pero no deberíamos olvidar que la definición misma de “moral” ha ido modificándose a lo largo de la historia en función del *Zeitgeist* de la época. El barómetro que en los Estados Unidos diferencia lo políticamente correcto de lo políticamente incorrecto es tan voluble a menudo resulta muy abrumador. Independientemente de que nos refiramos a las distintas etnias y grupos culturales, las reglas están cambiando de continuo y siempre hay alguien que acaba ofendiéndose. Un buen día invitamos a un amigo a cenar y, puesto que es un vegetariano estricto, le preparamos con todo esmero un menú adecuado, pero cuando volvemos a invitarle, se ha convertido en un fanático devorador de proteínas. Y no es de extrañar que, en este mismo sentido, quien defiende la abstinencia sexual antes del matrimonio se convierta súbitamente, después de haber probado el sexo, en un defensor a ultranza de la promiscuidad.

No es infrecuente advertir, en las imágenes del antiguo arte oriental, la presencia de mujeres con los pechos desnudos, algo muy habitual, hasta hace poco, en algunas sociedades asiáticas. Pero la acción conjunta de los fenómenos de la televisión y de los valores occidentales ha acabado estableciendo una nueva moral. Súbitamente está mal visto ir sin sujetador y se considera vulgar que la mujer no se cubra el pecho hasta el punto, en ocasiones, de ser incluso arrestada por ello. Países anteriormente mucho más abiertos se preocupan ahora por adoptar ésta y otras medidas mojigatas, promulgando leyes que obligan a cubrirse el pecho hasta en la tórrida estación de los monzones. El pecho sigue siendo el mismo, pero la moral ha cambiado y lo ha convertido en algo pecaminoso, hasta el punto de que, no hace mucho, la U.S. Communications Federal Comisión multó a Janet Jackson con quinientos cincuenta mil dólares por haber cometido el pecado de mostrar uno de sus pechos durante tres segundos.

CAUSAS Y CONDICIONES:
CUANDO EL HUEVO ESTÁ COCIDO
YA NO HAY VUELTA ATRÁS POSIBLE

Cuando Siddharta habló de «todas las cosas compuestas», no sólo se refería a fenómenos evidentes y perceptibles como el ADN, un perro, la torre Eiffel, los huevos y el esperma, sino absolutamente a todo. Asimismo la mente, el tiempo, la memoria y hasta Dios son fenómenos compuestos; y todo fenómeno compuesto depende, a su vez, de muchos niveles diferentes. De manera parecida, cuando enseñaba la impermanencia, también iba más allá de la noción convencional de “final”, que considera que la muerte sólo ocurre una vez. Desde el momento del nacimiento, es decir, desde el mismo

momento de la creación, estamos muriendo de continuo. Cada cambio es una forma de muerte, y cada nacimiento supone también la muerte de otra cosa. Veamos, a fin de ilustrar este caso, lo que sucede con un huevo de gallina. Para cocer un huevo son necesarias ciertas causas y condiciones básicas, como un huevo, un recipiente lleno de agua y una fuente de calor. Necesitamos, además, otras causas y condiciones no tan esenciales, como una cocina, electricidad, un reloj y una mano que coloque el huevo en la cazuela. Otra condición muy importante es la ausencia de interrupciones, como que se fundan los plomos o que aparezca súbitamente una cabra que vuelque el recipiente. Cada una de esas condiciones –como la gallina, por ejemplo– depende también de otro conjunto de causas y condiciones. En este sentido, por ejemplo, es necesaria otra gallina que ponga un huevo para que pueda nacer, un lugar seguro en el que incubarlo y alimento que contribuya a su crecimiento. Ese alimento, a su vez, debe haber crecido en algún lugar y haber llegado hasta la gallina. Así podríamos ir descomponiendo los requisitos indispensables hasta llegar al nivel subatómico, a través de un número cada vez mayor de formas, funciones y niveles diferentes.

Cuando se congregan todas las innumerables causas y condiciones sin obstáculo ni interrupción alguna el resultado es inevitable. Hay quienes creen erróneamente que ése es el resultado del destino o de la suerte, pero nosotros lo vemos, al menos al comienzo, como el simple efecto de ciertas condiciones. A partir de cierto punto, sin embargo, el huevo acabará cocido por más que recemos en sentido contrario.

Y lo que acabamos de decir con respecto al huevo resulta también aplicable a *todos* los fenómenos, mero producto de una miríada de componentes que, en su mayor parte, se encuentran más allá de nuestro control y desafían, por ello mismo, nues-

tras expectativas. El candidato más imprevisto puede ganar las elecciones y llevar el país a la prosperidad o nuestro candidato preferido puede arrastrarlo a la bancarrota económica y social y sumirnos en la más absoluta de las miserias. No es infrecuente que la pasividad de los políticos más liberales y de izquierdas acabe promoviendo el fascismo y los *skinheads* o protegiendo celosamente los derechos de quienes no muestran el menor respeto por los de los demás. Y lo mismo podríamos decir con respecto a todas las formas, sentimientos, percepciones, tradiciones, amor, confianza, desconfianza y escepticismo —e incluso de la relación entre el maestro espiritual y sus discípulos y entre el ser humano y sus dioses.

Todos esos fenómenos son impermanentes. Consideremos, por ejemplo, el caso del escepticismo. Recuerdo a un canadiense que era la encarnación misma del escepticismo. Disfrutaba asistiendo a las enseñanzas budistas sólo para tener la ocasión de discutir con los maestros. Como estaba muy versado en filosofía budista, sus argumentos eran muy poderosos y no perdía ocasión para citar la enseñanza budista según la cual no debemos dar por sentadas las palabras del Buda, sino analizarlas muy cuidadosamente. Pocos años después, sin embargo, ha acabado convirtiéndose en un devoto de un famoso canalizador psíquico. El antiguo escéptico se sienta ahora frente a su *gurú* con las lágrimas resbalándole por las mejillas adorando a una entidad completamente irracional. Y es que por más que la fe y la devoción parezcan inquebrantables, son tan provisionales como el escepticismo y el resto de los fenómenos compuestos.

Independientemente de que usted esté orgulloso de pertenecer a una religión o de no pertenecer a ninguna, la fe desempeña un papel importante en su existencia. Tengamos en cuenta que para “no creer”, también es necesaria una fe total, una fe ciega en su lógica o en su razón basada, por cierto, en senti-

mientos muy tornadizos. No debemos, por tanto, sorprendernos de que lo que tan convincente nos parece, no tarde en dejar de serlo. Después de todo, la naturaleza irracional de la fe es uno de los fenómenos más compuestos e interdependientes. La fe puede despertarse por mirar de un determinado modo en el momento adecuado y desde el lugar adecuado. La fe puede depender de una mera compatibilidad superficial. Supongamos que usted es un misógino y se encuentra con una persona que predica el odio contra las mujeres, en cuyo caso le parecerá una persona muy interesante, con la que coincide y en la que cree, una devoción que puede verse fomentada por algo tan absurdo como el gusto por las anchoas. O quizás una persona o institución tenga la capacidad de disminuir su miedo a lo desconocido. Otros factores, como la familia, el país o la sociedad en la que hemos nacido, forman parte del conjunto de elementos que acaban determinando lo que conocemos como fe.

Ciudadanos de muchos países budistas del mundo, como Bután, Corea, Japón y Tailandia, creen firmemente en la doctrina budista. Por otra parte, muchos jóvenes de esos países están desencantados del budismo porque hay demasiadas distracciones o carecen de suficiente información para que se asiente el fenómeno de la fe, con lo que acaban siguiendo otras fes o su propia razón.

LA IMPERMANENCIA OPERA A NUESTRO FAVOR

Son muchos los beneficios que conlleva la comprensión de los fenómenos compuestos, como que el hecho de cocer un huevo depende de un gran número de factores. Aprender a ver los elementos que componen las cosas y las situaciones

nos ayuda a cultivar el perdón, la comprensión y la valentía y mantiene abierta nuestra mente. Hay quienes, por ejemplo, siguen considerando a Mark Chapman como el único culpable del asesinato de John Lennon. Si nuestro culto a la fama no fuese tan grande, quizás Mark Chapman ni siquiera hubiera imaginado la posibilidad de asesinar a John Lennon. Veinte años después, Chapman admitió que cuando disparó a John Lennon, no lo consideraba como un verdadero ser humano. Su inestabilidad mental se debía a la confluencia de multitud de factores (como la química cerebral, la educación, el sistema de salud mental de los Estados Unidos, etcétera). Cuando vemos el modo en que funciona una mente enferma y atormentada y reconocemos las condiciones con las que opera, podemos entender y perdonar mejor a los Marks Chapmans del mundo. Y quizás también, como sucede con el caso del huevo duro, el asesinato hubiera sido inevitable por más que rezásemos para que no ocurriera.

Pero esta comprensión tal vez no elimine por completo el miedo a la conducta imprevisible de Mark Chapman. Tengamos en cuenta que el miedo y la ansiedad, derivados del deseo de estar seguros –y asentados en el miedo a lo desconocido y a la impermanencia–, son los estados psicológicos dominantes de la mente humana.

La valentía sólo aparece cuando asumimos la incertidumbre y nos damos cuenta de que los elementos interconectados no son estáticos ni permanentes. En un sentido muy real debemos prepararnos para lo peor, mientras nos permitimos lo mejor, en cuyo caso uno se torna digno y majestuoso. El reconocimiento de que el futuro puede depararnos cualquier cosa profundiza nuestra conciencia y aumenta nuestra capacidad de previsión, sin caer por ello en la paranoia.

Según Siddharta, en ausencia de impermanencia no habría posibilidad de cambio ni de avance. Ésta fue también la con-

clusión a la que llegó Dumbo, el elefante volador que, de pequeño, se sentía marginado y deprimido debido a sus enormes orejas y tenía miedo de que le echaran del circo. Luego descubrió que su singular “deformación” le permitía volar y acabó convirtiéndose en alguien muy popular. Si hubiera comenzado reconociendo la impermanencia –auténtica clave para la superación del miedo a permanecer atado a un hábito, una pauta o una situación–, no hubiera sufrido tanto.

Las relaciones interpersonales constituyen el ejemplo más claro de la naturaleza volátil de los fenómenos compuestos y de la impermanencia. Hay parejas que creen en la posibilidad de controlar su relación “hasta que la muerte los separe” leyendo ciertos libros o visitando a un terapeuta de pareja. Pero saber que los hombres son de Marte y las mujeres de Venus sólo nos proporciona la clave de unas cuantas causas y condiciones evidentes de la falta de armonía. Y, si bien esas pequeñas comprensiones pueden contribuir a establecer una paz provisional, en modo alguno corrigen los principales factores ocultos que conforman el fenómeno complejo de la relación. Si pudiésemos ver lo que no se ve, quizás podríamos disfrutar de la relación perfecta –o quizá entonces ni siquiera la iniciásemos.

La aplicación de la impermanencia de la que hablaba Siddharta al ámbito de las relaciones interpersonales conduce al placer perfectamente descrito en las conmovedoras palabras de Julieta a Romeo cuando dice: «¡Qué dulce tristeza es la despedida!...». Tengamos en cuenta que el momento de la separación puede llegar a ser el más profundo de una relación. Todas las relaciones, en última instancia, están abocadas a concluir, aunque sólo sea a causa de la muerte. Y si lo comprendemos, se pone claramente de manifiesto nuestra valoración de las causas y condiciones de cada relación. Esto es algo que se intensifica cuando uno de los miembros de la

pareja padece una enfermedad terminal. Entonces desaparece toda ilusión ligada al “siempre”, lo que resulta especialmente liberador; nuestro respeto y nuestro afecto se convierten en incondicionales y nuestra alegría se torna mucho más presente. Es mucho más sencillo y satisfactorio, cuando sabemos que los días de la pareja están contados, entregar todo nuestro amor y ofrecer todo nuestro apoyo.

Con demasiada frecuencia, sin embargo, olvidamos que nuestros días *también* están contados. Aun cuando sepamos intelectualmente que todo lo que nace debe morir y que todo lo compuesto acaba finalmente disgregándose, tendemos a soslayar la provisionalidad de las cosas y nuestros estados emocionales acaban asentándose en la permanencia. Éste es un hábito que puede alentar todo tipo de estados negativos, desde la paranoia hasta la soledad y la culpa, en cuyo caso nos sentimos insultados, amenazados, maltratados y descuidados —como si se tratase de una injusticia de la que fuésemos las únicas víctimas.

LA BELLEZA ESTÁ EN EL OJO DEL ESPECTADOR

Cuando Siddharta abandonó Kapilavastu, no lo hizo solo. Poco antes del amanecer, mientras su familia y sus sirvientes se hallaban sumidos en un profundo letargo, se dirigió al establo, donde dormía Channa, su amigo y cochero. Al verle, Channa se quedó sin habla y, cumpliendo sus órdenes, ensilló a Kathanka, el caballo favorito del príncipe. Luego atravesaron las puertas de la ciudad sin ser vistos, y cuando se hallaban a una distancia prudencial, Siddharta desmontó y procedió a despojarse de los brazaletes, las sandalias y todas sus galas principescas, dándoselas a Channa y ordenándole

que regresara con Kathanka a la ciudad. En vano rogó Channa que le permitiera acompañarle, porque la decisión del príncipe era firme: Channa debía volver y seguir sirviendo a la familia real.

Siddharta también le pidió que transmitiera a su familia el mensaje de que no se preocupasen por él, porque acababa de emprender un viaje muy importante. Dándose cuenta de que sólo le quedaba desprenderse de un último signo de su linaje real, Siddharta procedió a cortarse su hermosa cabellera y, entregándosela a Channa, se alejó a solas. Entonces fue cuando realmente emprendió el camino hacia la impermanencia. Le parecía estúpido depositar tanta expectativa en la belleza y la vanidad, pero no por ello criticó la apariencia física, sino tan sólo la creencia en su permanencia

A menudo se dice que «la belleza está en el ojo del espectador», una afirmación mucho más profunda de lo que, a primera vista, parece. El concepto de belleza es muy voluble ya que las causas y condiciones que determinan los avatares de la moda cambian de continuo, como hacen también quienes la siguen. A mediados del siglo XX, sin ir más lejos, los pies de las jóvenes chinas se ataban para que no creciesen más de diez centímetros, una auténtica tortura cuyo resultado se consideraba hermoso, y había quienes llegaban incluso a experimentar placer al ver el color de las cintas con las que habitualmente se ataban los pies. Hoy en día, sin embargo, las mujeres chinas se someten a otras formas de tortura, alargando sus tibias para parecerse a las modelos que vemos en la revista *Vogue*. Por el mismo motivo, las muchachas indias se mueren de hambre para suavizar su voluptuosa figura –tan llena y atractiva en las pinturas de Ajanta– y asemejarse así a las líneas angulares propias de las modelos parisinas. Las estrellas del cine mudo occidental eran conocidas por tener los labios más pequeños que los ojos, pero la moda actual

consiste en tener los labios tan gruesos como embutidos. Quizá la próxima celebridad tenga labios de lagarto y ojos de loro... y las mujeres de labios carnosos deban pagar entonces fortunas para reducir el tamaño de sus labios.

LA IMPERMANENCIA ES UNA BUENA NOTICIA

Siddharta el Buda no era pesimista ni agorero, sino muy realista, pero nosotros nos hemos especializado en fugarnos de las situaciones. Y cuando el Buda se dio cuenta de que todas las cosas compuestas son impermanentes, no lo consideró como una mala noticia, sino un simple dato científico que, dependiendo de nuestra perspectiva y de nuestra comprensión, puede facilitarnos el acceso a la inspiración, la esperanza, la gloria y el éxito. En la medida, por ejemplo, en que nos damos cuenta de que el calentamiento global y la pobreza son el mero producto de las condiciones impuestas por el capitalismo, podemos invertir sus efectos. Éste es un claro caso de la naturaleza impermanente de los fenómenos compuestos. No es preciso, por tanto, para invertir esos rasgos negativos, apelar a poderes sobrenaturales (como la voluntad de Dios), sino que basta con la simple comprensión de la naturaleza de los fenómenos compuestos. Cuando comprendemos los fenómenos, podemos operar sobre ellos y modificar así las causas y las condiciones que los determinan. Quizás nos sorprenderíamos al enterarnos de la demora del calentamiento global provocada por un paso tan pequeño como decir “no” a las bolsas de plástico.

El reconocimiento de la inestabilidad de causas y condiciones nos permite advertir nuestro poder a la hora de superar los obstáculos y hacer posible lo imposible, algo que resulta

aplicable a cualquier dominio de la vida. Si, por ejemplo, queremos tener un Ferrari, podemos crear, establecer condiciones para conseguirlo; y si queremos vivir más, podemos decidir dejar de fumar y hacer más ejercicio. Sólo así podremos desarrollar expectativas razonables. No olvidemos que la desesperanza –como también su opuesta, la esperanza ciega– es el mero fruto de la creencia en la permanencia.

Pero no sólo es posible transformar el mundo físico, sino también el mundo emocional, convirtiendo la agitación en sosiego, renunciando a la ambición y reemplazando la falta de respeto hacia uno mismo por la confianza y la amabilidad. Si nos acostumbrásemos a ponernos en la piel de los demás, estableceríamos relaciones amables dentro de nuestro hogar, con nuestros vecinos y con otros países. Son muchos los ejemplos del modo en que podemos influir sobre los fenómenos compuestos.

Siddharta también descubrió que los aspectos más terribles del infierno y la condena son impermanentes, porque ellos son asimismo fenómenos compuestos. No existe tal cosa como un infierno permanente ubicado en algún mundo subterráneo en el que los condenados se vean torturados por toda la eternidad. El infierno se asemeja mucho más a una pesadilla, a un sueño en el que nos vemos pisoteados por un elefante debido a una serie de condiciones –la primera de las cuales es que estamos dormidos, y quizás también se deba a algún episodio biográfico en el que hayamos tenido una experiencia negativa con elefantes–. Independientemente de su duración, pues, mientras nos hallamos sumidos en la pesadilla, estamos en el infierno, hasta que las causas y condiciones impuestas por un despertador, o por el simple hecho de haber acabado de dormir, nos llevan a despertar. En este sentido, el sueño es un infierno temporal y nuestra idea de infierno “real” no es más que un sueño.

Pero también es una experiencia infernal odiar a alguien y agredirle. Son muchos los infiernos terrenales generados por el odio, la manipulación política y la revancha, como sucede, por ejemplo, cuando las obligaciones militares de un niño —más pequeño, delgado y ligero que el AK-47 que porta consigo— le impiden jugar o celebrar su cumpleaños. Eso, precisamente, es el infierno. Como dijo el Buda, sólo el amor y la compasión pueden permitirnos salir del infierno generado por la rabia y el odio.

El concepto de impermanencia no es un presagio del Armagedón ni del Apocalipsis, como tampoco es un castigo por nuestros pecados. No hay, en él, nada intrínsecamente negativo ni positivo, sino que forma tan sólo parte del proceso de composición de las cosas. Por lo general sólo nos damos cuenta de la mitad del ciclo de la impermanencia. Aceptamos el nacimiento pero no la muerte; aceptamos la ganancia pero no la pérdida, y aceptamos que los problemas concluyan, pero no que aparezcan. La verdadera liberación se deriva de reconocer todo el ciclo sin identificarnos exclusivamente con las cosas que nos gustan. Si recordamos el cambio y la impermanencia de causas y condiciones, tanto positivas como negativas, podremos usarlas en nuestro propio beneficio. No olvidemos que la riqueza, la salud, la paz y la fama son tan impermanentes como sus opuestos. Recordemos también que el Buda mostraba la misma preferencia por el cielo que por el infierno y no se inclinaba por las experiencias celestiales sobre las infernales, porque ambas son, desde su perspectiva, igualmente impermanentes.

Tal vez haya quien se pregunte por qué Siddharta dijo que “todas las cosas compuestas” son impermanentes. ¿Por qué no decir simplemente que “todas las cosas” son impermanentes? ¿No sería acaso igualmente correcto decir que todas

las cosas son impermanentes, sin necesidad de usar el calificativo “compuestas”? Pero hay que decir que con esa afirmación aprovechaba cualquier ocasión para recordarnos que todas las cosas son compuestas, un concepto que, pese a ser muy sencillo, tiene tantos niveles que si queremos comprenderlo en profundidad, debemos recordarlo de continuo.

No hay nada en el mundo, ni en el plano físico ni en el imaginario, incluida nuestra mente, que perdure para siempre. Las cosas pueden durar durante esta existencia o incluso durante la próxima generación, pero acaban desvaneciéndose mucho antes de lo que suponemos. En cualquiera de los casos, el cambio es inevitable y no hay modo alguno de evitarlo. Convendrá, pues, recordar todo esto cuando nos sintamos desbordados porque, en tal caso, nos daremos cuenta de que, más pronto o más tarde, desaparecerán las causas que provocan esa situación, y con ellas se desvanecerá también nuestra desesperación. Todo está sujeto al cambio. ¿Quién nos asegura que Australia no acabará convirtiéndose en una parte de China u Holanda en una provincia turca? Tampoco es inconcebible que usted acabe provocando la muerte de otro ser humano, o postrado en una silla de ruedas, o, del mismo modo, que se convierta en un millonario, en un salvador de la humanidad, en una persona galardonada con el premio Nobel, o en un ser iluminado.

2. EMOCIÓN Y SUFRIMIENTO

Durante muchos años de contemplación y esfuerzo, Siddhartha mantuvo la firme resolución de descubrir la causa del sufrimiento para aliviar su propio sufrimiento y el de la humanidad. Con esa determinación se encaminó hacia el reino de Magadha, ubicado en el corazón de la India, a fin de seguir meditando. En el camino, sin embargo, tropezó con un vendedor de hierba llamado Sotthiya, que le ofreció un manojo de hierba *kusha* (que, en la antigua India, se consideraba limpiadora). Ése fue, para él, un signo auspicioso y, en lugar de proseguir su viaje, tomó la determinación de establecerse y meditar allí mismo, colocando la hierba *kusha* como alfombrilla sobre una piedra plana bajo un *ficus religiosa*. Entonces fue cuando se dijo: «Por más que este cuerpo se pudra y desintegre hasta convertirse en polvo, no cejaré hasta encontrar la respuesta».

La determinación con que Siddhartha se sentó en contemplación bajo el árbol no pasó desapercibida. Mara, el rey de los demonios, escuchó la promesa del príncipe y, dándose cuenta de su resolución, que podía acabar destruyendo su reino, envió a cinco de sus más hermosas hijas para distraerle y seducirle. Las muchachas (llamadas *apsaras* o ninfas) confiaban plenamente en su capacidad de seducción a medida que se acercaban a Siddhartha, veían cómo su belleza se marchitaba y desvanecía, al tiempo que su cuerpo envejecía, se llenaba de verrugas y un hedor fétido emanaba de su piel.

Las *apsaras*, rechazadas, regresaron entonces con Mara; éste, furioso por el atrevimiento con que el príncipe las había despreciado, lanzó contra él las armas de todo su séquito.

Pero por más que el ejército de Mara le atacó con toda su fuerza, las flechas, lanzas, piedras y bolas de fuego que lanzaron contra Siddharta acababan transformándose, para su consternación, al acercarse al blanco, en una lluvia de flores. Tras muchas horas de infructuosa lucha, Mara y su ejército se rindieron exhaustos. Luego Mara se acercó a Siddharta y, desplegando toda su diplomacia, trató de disuadirle para que renunciara a su búsqueda. Pero Siddharta le respondió que después de tanto esfuerzo, no podía abandonar. Mara le dijo entonces: «¡Muéstrame tus logros!». «No es preciso demostrarlos –replicó Siddharta, tocando el suelo–. ¡Pongo de ello a la Tierra por testigo!» Y en el mismo momento en que Siddharta tocó el suelo, la Tierra se estremeció y Mara se desvaneció sin dejar rastro. Así fue como Siddharta alcanzó la liberación y se convirtió en un buda. Había descubierto el camino para poner fin, no sólo a su sufrimiento personal, sino al sufrimiento de toda la humanidad. El lugar en el que sucedió la batalla final contra Mara se denomina hoy Bodhgaya, y el árbol bajo el que se sentó es conocido como “el árbol *bodhi*”.

Ésta es la historia que las madres budistas han contado a sus hijos durante incontables generaciones.

LA DEFINICIÓN DE LA FELICIDAD PERSONAL

No parece muy adecuado preguntarle a un budista «¿Cuál es el objetivo de la vida?», porque la pregunta remite a un supuesto objetivo último existente fuera de aquí, quizás en la

profundidad de una caverna o en la cima de una montaña. La pregunta sugiere la posibilidad de descubrir el secreto estudiando con santos, leyendo libros o apelando a ciertas prácticas esotéricas. Cualquier pregunta basada en la creencia de que en algún remoto eón hubo alguien o un dios que esbozó un propósito, es una pregunta teísta, pero los budistas no creen en la existencia de ningún creador todopoderoso, ni consideran que la vida tenga un propósito que deba ser definido ni establecido.

Sería mucho más apropiado preguntar, en este sentido, «¿Qué es la vida?». Desde nuestra comprensión de la impermanencia, es evidente que «la vida consiste en un despliegue extraordinario de fenómenos compuestos. Por ello es impermanente». La vida es un continuo proceso de cambio, un conjunto de experiencias transitorias. Y por más que existan decenas de miles de organismos, todos ellos comparten el mismo deseo de no sufrir. Desde los presidentes y los multimillonarios hasta las hormigas, las abejas, los camarones y las mariposas, todos quieren ser felices.

Obviamente, la definición de “sufrimiento” y de “felicidad” difiere mucho según el organismo que consideremos, y lo mismo podríamos decir que sucede en el reino relativamente limitado del ser humano. Así, la definición de “sufrimiento” para algunos se convierte, para otros, en la definición de “felicidad”. Hay quien considera que la felicidad se limita simplemente a sobrevivir, mientras que para otro significa tener setecientos pares de zapatos, y para un tercero consiste en tener los brazos tatuados como David Beckham. Hay veces incluso en que el precio de la felicidad consiste en matar a otro ser vivo, como hacen quienes se alimentan de sopa de aleta de tiburón, de patas de pollo o de pene de tigre. Hay quienes prefieren el tierno cosquilleo de una pluma, mientras que otros gustan de las fustas y las cadenas. Recor-

demos también que el rey Eduardo VIII rechazó el trono del poderoso imperio británico para poder casarse con una divorciada americana.

Pero las definiciones de “felicidad” y “sufrimiento” también son diferentes, para un mismo individuo, según el momento que consideremos. No es de extrañar, por ejemplo, que el flirteo deje repentinamente paso al deseo de una relación más estable, y en ese momento la esperanza se convierte en miedo. Cuando uno es un niño jugando en la orilla del mar, la felicidad consiste en erigir castillos de arena; cuando es adolescente, en ver a las chicas en bikini y el torso desnudo de los surfers; en la mitad de la vida, consiste en tener un título y conseguir dinero, y cuando se es anciano, quizás consista en coleccionar saleros de cerámica. Son muchas las personas para las que “el propósito de la vida” consiste en llevar a la práctica esas infinitas y variables definiciones de la felicidad.

Muchos de nosotros aprendemos las definiciones de “sufrimiento” y “felicidad” de la sociedad en que vivimos, porque el orden social establece los criterios con los que determinar nuestro grado de satisfacción. Pero ésa no es más que una cuestión de valores compartidos. Dos seres humanos de lugares opuestos del planeta pueden experimentar los mismos sentimientos —como placer, repugnancia o miedo— partiendo de criterios culturales diferentes. Las patas de gallo son, para los chinos, una exquisitez, mientras que a los franceses les gusta hipertrofiar el hígado de los gansos para untar con él sus tostadas. Imaginemos cómo sería el mundo si el capitalismo nunca hubiera existido y todas las naciones e individuos vivieran la filosofía comunista pragmática de Mao Tse-tung. Es muy probable que, en tal caso, fueran felices sin tener la necesidad de acudir a un centro comercial, sin pasear en coches elegantes, sin Starbucks, sin vivir sumidos

en la competencia, sin diferencias abismales entre ricos y pobres y donde todo el mundo tuviera derecho a un servicio sanitario —y las bicicletas fuesen más valiosas que los todoterrenos—. De una u otra manera, la sociedad nos enseña lo que debemos querer. Hasta no hace mucho, las grabadoras de vídeo eran, en el remoto reino himalayano de Bután, el símbolo del bienestar económico, algo que en los últimos años se ha visto reemplazado por el Landcruiser de Toyota.

El hábito de creer que los criterios del grupo en el que nos hallamos sumidos son los nuestros se establece a una edad muy temprana. Al entrar en la escuela, el niño ve que los demás llevan los lápices en un determinado estuche y, para no ser diferentes desarrolla la “necesidad” de tener uno. Entonces se lo pide a su madre y su felicidad depende de que ella se lo compre o no. Éste es un proceso que prosigue hasta la edad adulta. Los vecinos tienen un televisor de plasma o un nuevo Nissan y nosotros también queremos otro —sólo que más grande y más nuevo—. La competencia y el deseo de poseer lo que tienen los demás se manifiestan también a nivel cultural. No es infrecuente, en este sentido, que valoremos más las costumbres y tradiciones de otras culturas que las nuestras. Recientemente, un profesor de Taiwán decidió llevar el pelo largo como había sido tradicional en China, pero por más que pareciera tan elegante como un antiguo guerrero chino, el director de la escuela en la que trabajaba le amenazó con despedirle si no se adaptaba a las “buenas costumbres” (refiriéndose con ello al corte de pelo occidental que está de moda en el siglo XXI). Hoy en día lleva el pelo rapado y parece como si acabase de recibir una descarga eléctrica.

Resulta muy sorprendente el modo en que los chinos se avergüenzan de sus propias raíces, un complejo de superioridad y de inferioridad muy habitual, por otra parte, en toda

Asia. Y es que, si bien los orientales están muy orgullosos de su cultura, no dejan, sin embargo, de encontrarla atrasada y molesta. Por esta razón están muy predispuestos a reemplazar su cultura por la occidental en casi todas las esferas de la vida –desde la ropa hasta la música, la moral y hasta los sistemas políticos–.

A nivel personal y cultural no tenemos problema alguno en adoptar métodos ajenos para evitar el sufrimiento y alcanzar la felicidad. Pero no es de extrañar que acabemos dándonos cuenta de que todos esos intentos suelen provocar lo contrario de lo que deseábamos. Y este fracaso en el intento de adaptación genera nuevas miserias porque, no sólo seguimos sufriendo, sino que, incapaces de adaptarnos, acabamos alienándonos de nuestra propia cultura.

Algunas de las definiciones culturales de la “felicidad” son relativamente válidas. En un sentido general, tener algo de dinero en el banco, una casa cómoda, suficiente comida, un buen calzado y otras comodidades básicas nos hace felices. Pero, una vez más, debemos insistir en que los *saddhus* de la India y los peregrinos errantes del Tíbet son felices porque no necesitan llavero –ya que, al no tener nada, no temen que les roben sus pertenencias–.

DEFINICIONES INSTITUCIONALIZADAS DE LA “FELICIDAD”

Mucho antes de que llegara bajo el famoso enclave de Bodhgaya, Siddharta permaneció sentado seis años bajo otro árbol, alimentándose de unos pocos granos de arroz y unas pocas gotas de agua al día, sin lavarse ni cortarse las uñas y acabó convirtiéndose en un ejemplo para sus colegas, otros buscadores espirituales como él con los que solía prac-

ticar. Había conseguido tal grado de control que jamás se vio sobresaltado por los gritos y las cosquillas que le hacían con briznas de hierba en las orejas los niños que pastoreaban las vacas en las inmediaciones. Pero, tras muchos años de austeridades, un buen día se dijo: «Esto no está bien. Éste es un camino tan extremo y engañoso como las cortesanas, los jardines llenos de pavos reales y las cucharas engastadas con joyas». Entonces decidió abandonar el ascetismo y bañarse en el cercano río Nairanjana (actualmente conocido como Phalgu) y, para consternación de sus compañeros de búsqueda, aceptó el cuenco de leche fresca que le ofrecía una joven llamada Sujata. Fue entonces, según dice la tradición, cuando sus amigos, considerándole un mal ejemplo y un impedimento para su práctica, se alejaron de él.

Es comprensible que los ascetas abandonaran a Siddharta por romper sus votos. A fin de cuentas, la humanidad siempre ha tratado de encontrar la felicidad, no sólo material, sino también espiritualmente. No en vano, la mayor parte de la historia universal gira en torno a la religión, y las personas se reúnen en torno a sus caminos y a sus códigos de conducta —amando al prójimo, practicando la generosidad, la regla de oro, la meditación, el ayuno y realizando tales o cuales sacrificios—. Pero esos principios llegan a ser tan extremos que acaban convirtiéndose en un dogma que disminuye la autoestima y aumenta la sensación de culpabilidad. No es de extrañar que los devotos miren por encima del hombro a los practicantes de otras religiones y se muestren intolerantes, sin mostrar empacho alguno en emplear sus creencias para justificar el genocidio cultural y hasta físico. Son muchos y muy difundidos, lamentablemente, los ejemplos de esta modalidad destructiva de devoción.

Para escapar del sufrimiento y alcanzar la felicidad, los seres humanos no sólo confían en la religión organizada,

sino también en la sabiduría convencional, y hasta en los eslóganes políticos. En cierta ocasión, Theodore Roosevelt dijo: «Si tuviera que elegir entre la rectitud y la paz, elegiría la rectitud». ¿Pero a qué rectitud estaba refiriéndose? ¿Qué interpretación es la que supuestamente debemos seguir? El extremismo consiste simplemente en elegir una forma de rectitud a excepción de todas las demás.

La sabiduría de Confucio, que insiste en la necesidad, por ejemplo, de respetar y obedecer a los mayores y de no revelar los defectos y las miserias de nuestra familia y de nuestra nación, suele resultar muy beneficiosa. Se trata de una sabiduría muy pragmática y, en ocasiones, muy útil para moverse en el mundo aunque, en ciertas ocasiones, tenga consecuencias sumamente negativas, como la censura y la represión de las visiones contrapuestas. Por ejemplo, la obsesión por “guardar las apariencias” y obedecer a los ancianos ha alentado, durante siglos, la mentira y el engaño a nuestros vecinos y a otras naciones.

No resulta sorprendente, por tanto, que la hipocresía haya arraigado tan profundamente en países asiáticos como China y Singapur. Los líderes de muchos países condenan el feudalismo y la monarquía y presumen de adoptar la democracia y el comunismo, pero esos mismos líderes, cuyas fechorías son guardadas celosamente en secreto por súbditos que les reverencian, se aferran a su poltrona hasta su último aliento o hasta que lo ocupa el heredero que hayan cuidadosamente designado. Son muy pocas las cosas que, en este sentido, han cambiado desde el antiguo sistema feudal. La ley y la justicia se ocupan del mantenimiento de la paz y del establecimiento de una sociedad armoniosa, pero en muchos casos el sistema de justicia criminal parece funcionar en beneficio de los ricos y los malvados, mientras los pobres y los inocentes se ven sometidos a leyes injustas.

Los seres humanos nos aprestamos a evitar el sufrimiento y buscar la felicidad más que a cualquier otra ocupación o profesión recurriendo, para ello, a todos los medios que se hallen a nuestro alcance. Precisamente, por eso tenemos ascensores, ordenadores portátiles, baterías recargables, lavaplatos eléctricos, tostadoras que se apagan cuando el pan ya se ha tostado, sofisticados aparatos para recoger los excrementos caninos, cortapelos de nariz a pilas, inodoros con asientos calientes, Novocaína, teléfonos móviles, Viagra, moquetas, etcétera. Pero todos estos artefactos, obviamente, también nos proporcionan muchos dolores de cabeza.

Las naciones buscan asimismo la felicidad y la cesación del sufrimiento a gran escala, luchando por el territorio, el petróleo, el espacio, los mercados financieros y el poder, emprendiendo guerras preventivas para impedir el sufrimiento anticipado. Y a nivel individual hacemos lo mismo tomando medicamentos preventivos, vitaminas, vacunas, realizándonos análisis de sangre y escáneres TEP que escrutan todo nuestro cuerpo. Vamos en pos de signos que evidencien la aparición del sufrimiento, y cuando los descubrimos, tratamos de aplicar el remedio más adecuado. Cada año aparecen nuevas técnicas, tratamientos y libros de autoayuda que tratan de proporcionar soluciones duraderas al sufrimiento y, en el mejor de los casos, de eliminar el problema de raíz.

Siddharta también trató de eliminar la raíz del sufrimiento, pero sus soluciones no aspiraban a emprender una revolución política, emigrar a otro planeta, o establecer un nuevo sistema económico. Tampoco pensó en establecer una religión, o en desarrollar códigos de conducta que nos trajesen la paz y la armonía. Siddharta exploró el sufrimiento con una mente abierta y, gracias a su infatigable contemplación, descubrió que en lo más profundo, lo que nos hace sufrir son nuestras

emociones. De hecho, las emociones *son* el sufrimiento. De una u otra forma y directa o indirectamente, todas las emociones se derivan del egoísmo, en el sentido de que implican la identificación con el yo. Además, también descubrió que por más reales que parezcan, no forman parte inherente de nuestro ser. Las emociones no son algo innato, una suerte de maldición que un dios o alguien nos haya lanzado. Las emociones se originan cuando aparecen ciertas causas y condiciones concretas, como cuando uno cree que alguien está criticándole, ignorándole o arrebatándole lo que le pertenece. Entonces es cuando las emociones correspondientes hacen acto de presencia. En el mismo momento en que aceptamos esas emociones, en el mismo momento en que nos las creemos, perdemos la conciencia y la cordura y “nos quedamos atrapados en ellas”. Así es como Siddharta encontró su solución –la conciencia–. Por ello, si realmente queremos eliminar el sufrimiento, deberemos desarrollar la conciencia, darnos cuenta de nuestras emociones y aprender a no quedarnos atrapados en ellas.

Si examinamos, como lo hizo Siddharta, las emociones y tratamos de identificar su origen, no tardaremos en descubrir que se derivan de un malentendido y que, por ello mismo, son básicamente erróneas. Todas las emociones son una forma de prejuicio y en su núcleo siempre hay un elemento de juicio.

Una antorcha girando a cierta velocidad, por ejemplo, se nos antoja como un círculo de fuego, un espectáculo que los niños y algún que otro adulto encuentran muy divertido porque, al no diferenciar la mano del fuego de la antorcha, se ven arrastrados por la ilusión óptica del anillo y acaban totalmente convencidos de la realidad de lo que ven. Somos muchos también los adultos que alentamos ilusiones semejantes sobre la apariencia corporal. Así, por ejemplo, cuando

pensamos en el cuerpo, no lo consideramos como un agregado de moléculas, genes, venas y sangre, sino como una totalidad y concluimos la existencia de un organismo real llamado “cuerpo”; y totalmente convencidos de ello, queremos tener un vientre liso, unas manos artísticas, ser muy altos, poseer rasgos hermosos o una silueta curvilínea y nos obsesionamos con ello, invirtiendo tiempo y dinero en ir al gimnasio, en cremas hidratantes, téis adelgazantes, la dieta de South Beach, el *yoga*, la comida dietética y el aceite de lavanda.

Del mismo modo que los niños se quedan absortos, emocionados o incluso aterrados por el anillo de fuego, los adultos nos emocionamos con nuestra apariencia y bienestar corporal. Los adultos sabemos que el anillo de fuego es una ilusión, de modo que no nos inquietamos por ello. Empleando la razón, advertimos que el anillo es una ilusión creada por el movimiento circular de la mano que sostiene una antorcha llameante. Por eso, el hermano mayor puede mostrarse arrogante o sobreprotector con su hermano pequeño. Nosotros, en tanto adultos maduros, podemos ver el anillo y entender la fascinación del niño, especialmente si es de noche y el espectáculo va acompañado de bailarines, música, etcétera, en cuyo caso, a pesar de ser conscientes de su cualidad esencialmente ilusoria, puede incluso llegar a fascinarnos, una comprensión en la que, según Siddharta, se asienta la semilla de la compasión.

EL INMENSO ABANICO DE LAS EMOCIONES

Cuando su meditación se profundizó, Siddharta se dio cuenta de la cualidad esencialmente ilusoria de todos los fenóme-

nos, una comprensión que le permitió echar una mirada retrospectiva a su anterior vida en palacio, a su familia, a sus amigos y a las fiestas y pavos reales del jardín. Entonces vio que la familia es como una casa de huéspedes o un hotel en el que recalán viajeros muy diversos, un grupo provisional que acaba dispersándose –si no antes, en el momento de la muerte–. Mientras permanecen juntos, sin embargo, el grupo puede desarrollar una relación de gran confianza, responsabilidad, amor y criterios compartidos de éxito y fracaso de la que pueden derivarse multitud de dramas.

Siddharta observó la facilidad con la que las personas se ven arrastradas por las ideas de familiaridad, compañerismo y los fascinantes fenómenos que acompañan a la vida palaciega. Pero aunque los demás no viesen las cosas como él, o como los adultos que advierten la cualidad evanescente del anillo de fuego como algo compuesto, ilusorio y despojado de existencia inherente, en lugar de tornarse arrogante o condescendiente, advirtió que ese ciclo no es bueno ni malo y que no hay, en él, defecto ni culpa alguna, asumiendo entonces una actitud muy compasiva.

Siddharta podía ver, más allá de la superficialidad de la vida palaciega, su cuerpo físico como algo carente de esencia. Desde su punto de vista, no hay diferencia alguna entre la naturaleza del anillo de fuego y la del cuerpo. Mientras uno siga creyendo en la existencia de este tipo de cosas –ya sea de manera provisional o “por toda la eternidad”–, tal creencia estará asentada en un malentendido generado por la inconsciencia. Y en esa inconsciencia se asienta, precisamente, lo que los budistas denominan ignorancia, de la que emergen, justamente, todas las emociones. Como veremos, el proceso que conduce desde la falta de conciencia hasta la emergencia de las emociones, puede ser explicado empleando las Cuatro Verdades.

Son muchas las emociones que existen en el reino mundano. A cada instante aparecen incontables emociones basadas en nuestros juicios erróneos, en nuestros prejuicios y en nuestra ignorancia. Estamos familiarizados con el amor, el odio, la culpabilidad, la inocencia, la devoción, el pesimismo, los celos, el orgullo, el miedo, la vergüenza, la tristeza y la alegría, pero hay muchas más. Algunas culturas poseen términos para designar emociones inexistentes en otras culturas. En algunas regiones de Asia, por ejemplo, no hay palabra alguna a la hora de referirse al amor romántico, mientras que el castellano cuenta con muchas palabras diferentes con las que designar a los distintos tipos de amor. Según los budistas, hay muchas emociones que todavía deben ser nombradas e incluso otras que trascienden nuestra capacidad de definición lógica. Hay emociones que parecen racionales, pero la mayoría son irracionales. Algunas emociones aparentemente tranquilas se asientan en la agresividad y las hay que son casi imperceptibles. Y aunque pensemos que alguien es impasible o desprendido, eso también es, en sí mismo, una emoción.

Las emociones pueden ser muy infantiles. Una persona, por ejemplo, puede enfadarse porque otra no está enfadada y cree que debería estarlo, o porque su pareja es demasiado posesiva y, al día siguiente, porque no es lo suficientemente posesiva. Algunas emociones resultan simplemente divertidas para el observador ocasional, como cuando el príncipe Charles, en un momento de su noviazgo clandestino, dijo a su novia Camila Parker Bowles que no le importaría reencarnarse como su tampón, mientras que otras ponen de manifiesto una arrogancia evidente, como cuando la Casa Blanca pretende imponer al mundo su idea de libertad. La imposición de nuestra visión personal a los demás a través de la fuerza, el chantaje, el engaño o la manipulación sutil también forma parte de nuestra actividad emocional. El intento de

convertir a los demás para librarles así de la condena y del infierno no se limita a los cristianos y a los musulmanes, porque los existencialistas también se muestran muy vehementes en su empeño de convertir en paganos a las personas religiosas. Hay emociones que son realmente ridículas, un caso perfectamente ilustrado por los patriotas de una India creada por los opresores británicos. Y no fueron pocos los patriotas de los Estados Unidos que se emocionaron cuando el presidente Bush declaró, desde el puente del portaaviones *USS Abraham Lincoln*, la victoria sobre Iraq, cuando lo cierto era que la guerra no había hecho nada más que empezar. La desesperación por el respeto también es una emoción. Sólo hace falta ver, en este sentido, la carrera en la que actualmente se hallan enzarzadas Malasia, Taiwán y China para construir el edificio más alto del mundo, como si se tratase de una competición de virilidad. Las emociones también pueden ser enfermizas y abocar a la pedofilia y la bestialidad. No hace mucho que apareció en Internet un anuncio solicitando hombres jóvenes que quisieran ser asesinados y devorados que no sólo recibió, por cierto, numerosas respuestas, sino que acabó en un macabro episodio de sangre y canibalismo en el que perdió la vida uno de los postulantes.

LLEGANDO A LA RAÍZ: EL YO (INEXISTENTE)

Todas las emociones y sus consecuencias se derivan de un malentendido originado en la identificación con el yo, fuente única de toda ignorancia.

Habitualmente damos por sentado que cada uno de nosotros es un yo y que existe una entidad llamada “yo”. Pero el yo, sin embargo, no es más que un malentendido, una noción

fabricada a la que acabamos considerando como una entidad sólida. Estamos condicionados para considerar esa noción como algo coherente y real. Pensamos: «yo soy esta forma» levantando la mano. Pensamos: «Yo tengo forma y éste es mi cuerpo». Pensamos: «Forma es yo. Yo soy alto». Señalamos a nuestro pecho diciendo: «Yo moro en esta forma». Y lo mismo hacemos con los sentimientos, las percepciones y las acciones... «Tengo sentimientos», «Yo soy mis percepciones». Pero Siddharta se dio cuenta de la inexistencia, tanto dentro como fuera del cuerpo, de entidad independiente alguna a la que podamos calificar como yo. El yo es, en este sentido, tan irreal como la ilusión óptica del anillo de fuego. El yo es una falacia, fundamentalmente erróneo y básicamente inexistente. Pero como sucede con el anillo de fuego, también nos vemos arrastrados por la idea de que somos un yo. Cuando observamos nuestro cuerpo, nuestros sentimientos, nuestras percepciones, nuestras acciones y nuestra conciencia, advertimos que todos ellos son elementos diferentes de lo que habitualmente denominamos “yo”. Examinados con mayor detenimiento, sin embargo, descubrimos que el “yo” no mora en ninguno de esos lugares. Identificarse con la falacia del yo es un acto de ignorancia que no hace sino perpetuar la ignorancia y generar más desilusión y sufrimiento. Todo lo que hacemos en nuestra vida depende del modo en que percibimos nuestro yo. Y si esa percepción se asienta –como inevitablemente ocurre– en un malentendido, se trata de un malentendido que impregna todo lo que hacemos, vemos y experimentamos. Pero no se trata de un simple error de interpretación de la luz y del movimiento, sino de que toda nuestra existencia se asienta sobre una premisa equivocada.

En el mismo momento en que Siddharta descubrió la inexistencia del yo, se dio inmediatamente cuenta también de la inexistencia inherente del mal. Todas esas ilusiones están

basadas en la ignorancia. Lo que el Buda descubrió, dicho más concretamente, fue la ignorancia que supone crear la etiqueta del “yo” y asignarle un conjunto de fenómenos compuestos, atribuyéndole una importancia última y esforzándonos en protegerlo. Esta ignorancia, en su opinión, es la causa directa de todo dolor y de todo sufrimiento.

La ignorancia no sólo consiste en desconocer los hechos, tener un conocimiento incompleto o centrarnos en los hechos equivocados. Todas esas formas de ignorancia conducen al malentendido y la interpretación equivocada, la sobreestimación o la subestimación. Supongamos que usted está buscando a un amigo y lo ve a la distancia, pero cuando se acerca, descubre que no era más que un espantapájaros y se desilusiona por ello. En tal caso, lo que le ha engañado no es su amigo ni el espantapájaros, sino su propia ignorancia. Todas las acciones derivadas de esa ignorancia son el mero fruto de la especulación. Cuando nuestra acción se deriva de la falta de comprensión o de la comprensión incompleta, no hay asiento alguno para la confianza, en cuyo caso se genera una inseguridad básica que da lugar a todas las emociones, nombradas y sin nombrar, conocidas o desconocidas.

La única razón para confiar en que llegaremos al último peldaño de la escalera, o que nuestro avión despegará y aterrizará en nuestro destino, se asienta en la ignorancia. Pero esa dicha es efímera, porque se deriva de una subestimación continua de los obstáculos y de la correspondiente sobreestimación de las probabilidades que operan a nuestro favor. Obviamente, las causas y las condiciones aparecen simultáneamente y las cosas ocurren como habíamos anticipado, pero damos por sentado el éxito y lo consideramos como una prueba de que nuestras creencias están bien asentadas y de que las cosas no podrían haber ocurrido de otro modo. Pero todas esas creencias no hacen sino alentar los malentendidos.

Por eso, cada vez que esbozamos una suposición —que comprendemos, por ejemplo, a nuestra esposa— exponemos nuestra herida abierta, pero las suposiciones y expectativas que confían en alguien o en algo nos tornan vulnerables porque en el momento más insospechado, puede hacer acto de presencia una de las incontables contradicciones posibles y echar sal sobre nuestras creencias, generando así dolor y sufrimiento.

EL HÁBITO: EL ALIADO DEL YO

Uno de los principales hallazgos de la historia humana fue el descubrimiento de Siddharta de que el yo no existe de manera independiente, de que es una mera etiqueta y de que aferrarse a él es una evidencia clara de nuestra ignorancia. Pero por más infundada que sea, no resulta nada sencillo desarticular la etiqueta del yo, el más recalcitrante de todos los conceptos.

La historia de la victoria sobre Mara simboliza el descubrimiento de Siddharta de la falacia del yo. Tradicionalmente considerado como el señor del mal y del deseo, Mara no es más que la identificación de Siddharta con el yo. Es comprensible que Mara se represente como un guerrero atractivo y poderoso que jamás se había visto derrotado. Al igual que Mara, el yo es poderoso, insaciable, egocéntrico, tramposo, inteligente, vano y deseoso de atención. Es muy fácil soslayar que, como la ilusión del anillo de fuego, el yo es un fenómeno compuesto, que no existe de manera independiente y que, en consecuencia, está sujeto a cambio.

Los hábitos nos debilitan y, aun los más sencillos, resultan muy difíciles de erradicar. Por más consciente que sea uno de los efectos nocivos del tabaco para la salud, no basta, para dejar de fumar, con ese convencimiento, especialmente

cuando uno disfruta del ritual, de la forma elongada del cigarrillo, de la lentitud con la que arde y de la fragancia del humo entrelazándose en los dedos. Pero el hábito del yo es mucho más que una mera adicción; desde tiempos inmemoriales somos adictos al yo. Así es como nos identificamos a nosotros mismos. Es lo que más amamos y también, en ocasiones, lo que más aborrecemos. Su existencia es asimismo lo que más difícil nos resulta de valorar. Casi todo lo que hacemos, pensamos o tenemos, incluido nuestro camino espiritual, cumple con la única función de confirmar su existencia. El yo es el que tiene miedo al fracaso y anhela el éxito, el que huye del infierno y desea el cielo. El yo aborrece el sufrimiento y ama las causas del sufrimiento y no tiene empacho en emprender estúpidamente la guerra en nombre de la paz. Desea la iluminación, pero detesta el camino que conduce hasta ella. Quiere trabajar como un socialista, pero anhela vivir como un capitalista; y cuando se siente solo, desea la amistad. Su posesividad sobre las personas a las que ama se manifiesta con una vehemencia que puede desembocar en la agresión. Sus supuestos enemigos —como los caminos espirituales diseñados de cara a conquistar el yo— son esgrimidos y empleados para reforzar el yo. Su habilidad para el engaño roza la perfección. Como el gusano de seda, teje en torno a sí un capullo protector, pero a diferencia de él, se queda atrapado en su interior.

LA LUCHA CONTRA EL YO

En la batalla de Bodhgaya, Mara empleó contra Siddharta una amplia gama de armas. Tenía flechas que poseían poderes concretos como, por ejemplo, la flecha que provoca el deseo, la flecha que provoca el embotamiento, la flecha que provoca

el orgullo, la flecha que provoca el conflicto, la flecha que provoca la arrogancia, la flecha que provoca la obsesión y la flecha que adormece la conciencia. Los *sutras* budistas afirman que en cada uno de nosotros, Mara permanece invicto lanzándonos continuamente sus flechas venenosas. Cuando una de esas flechas nos alcanza, nos sentimos entumecidos y el veneno no tarda en dispersarse por todo nuestro ser, destruyéndonos lentamente. La pérdida de conciencia y la identificación con el yo también son fruto del veneno entorpecedor de Mara. De manera lenta pero segura, el efecto de las emociones destructivas acaba impregnando todo nuestro ser.

La flecha del deseo nos envenena con la solemnidad, la decadencia y la inmoralidad y nos despoja del sentido común, la sobriedad y la cordura. Ella es la que nos empuja a hacer lo que sea necesario con tal de obtener lo que queremos. Quien, por ejemplo, se halla atrapado en la pasión, puede encontrar atractivo a un hipopótamo, por más que en casa le espere una hermosa mujer. Como las polillas acuden a la llama y el pez a los anzuelos, son muchas las personas que se ven atrapadas así por el deseo de comida, fama, alabanza, dinero, belleza y respeto.

La pasión también puede manifestarse como deseo de poder. Aferrados a esa pasión, los líderes se muestran indiferentes a la destrucción del planeta generada por su ansia de poder. A no ser por la avaricia de ciertas personas, las carreteras estarían llenas de coches movidos por energía solar y nadie se moriría de hambre. Y es que, por más que esos avances sean tecnológica y físicamente posibles, todavía no son emocionalmente posibles. Entretanto, seguimos quejándonos de las injusticias y culpando de ellas a personas como George W. Bush. Heridos por la flecha de la avaricia, no nos damos cuenta del modo en que nuestros propios deseos—como electrodomésticos baratos y lujosos todoterrenos—

alientan las guerras que están devastando el planeta. Resulta curioso lo vacíos que están los carriles VAO [carriles para vehículos de alta ocupación] de Los Ángeles durante las horas punta, mientras que el resto de los carriles están atestados de vehículos en los que hay un solo ocupante. Aun quienes acuden a las manifestaciones gritando consignas del tipo «No más sangre a cambio de petróleo» confían en la gasolina para importar sus kiwis.

Son muchos los conflictos generados por las flechas de Mara. A lo largo de la historia, las figuras religiosas, ejemplos de integridad y decoro que supuestamente están por encima del deseo, han resultado estar igualmente sedientas de poder. No es de extrañar, pues, que manipulen a sus seguidores con la amenaza del infierno y la promesa del cielo. Tampoco es infrecuente ver a políticos que manipulan las elecciones y no muestran vergüenza alguna en emprender campañas para bombardear países inocentes con cohetes Tomahawk si con ello consiguen movilizar a su favor a la opinión pública. ¿A quién le importa ganar la guerra si uno gana las elecciones? Otros políticos no tienen problema alguno en exhibir actitudes hipócritas si, así, satisfacen su deseo de poder, sin que parezca importarles los problemas que todo ello puede generar.

Son muchos los problemas provocados por el yo henchido de sí, como la intolerancia, el racismo, la fragilidad, el miedo al rechazo, el miedo a ser dañado y la insensibilidad, por nombrar sólo unos pocos. No olvidemos que el orgullo masculino ha sido la causa que ha sofocado las contribuciones positivas de la mitad femenina del género humano. Durante el cortejo, el orgullo aparece cada vez que uno considera si el otro es lo suficientemente bueno y si merece la pena. Las familias orgullosas gastan fortunas en una ceremonia de boda destinada a un matrimonio que ignoran cuánto

durará, mientras hay quienes, a poca distancia y ese mismo día, mueren de hambre. Un turista alardea ostentosamente de la propina de diez dólares que da al portero que empuja una puerta giratoria y que, al minuto siguiente, regatea sin pudor el precio de una camiseta de cinco dólares a un vendedor que se esfuerza en mantener a su bebé y a su familia.

El orgullo y la piedad están estrechamente unidos. Creer que nuestra vida es más dura y amarga que la de los demás es una manifestación evidente del apego al yo. En tal caso, la autocompasión ocupa todo el espacio necesario en el que poder sentir compasión por los demás. Son muchas las personas que, en este mundo imperfecto, han sufrido y siguen sufriendo. Hay quienes parecen seguir considerando que el suyo es un sufrimiento “especial”. Aunque no disponemos de datos concretos al respecto, parece seguro que el número de nativos americanos masacrados durante la colonización europea de América del Norte es equiparable al de cualquier otro genocidio conocido. Pero, a pesar de ello, sin embargo, todavía no existe ninguna expresión —como antisemitismo u Holocausto, por ejemplo— para referirse a esa extraordinaria carnicería.

Salvo algún que otro museo, demanda judicial solicitando alguna compensación y muchos documentales y películas de largo metraje, los asesinatos masivos perpetrados por Stalin y Mao Tse-tung tampoco tienen ninguna etiqueta reconocible. Los musulmanes que gritan porque se consideran perseguidos se olvidan de la destrucción provocada por sus antepasados mogoles, que conquistaron gran parte de Asia y cuyos estragos todavía son patentes en las ruinas de los monumentos y templos erigidos por amor a un dios diferente al suyo.

Asimismo existe el orgullo de pertenecer a cierta escuela o religión. Los cristianos, los judíos y los musulmanes creen en el mismo Dios y, en cierto sentido, son hermanos. Pero el orgullo de cada una de esas religiones y su convencimiento

de ser las únicas “correctas” han provocado, en nombre de Dios, más muertes que las dos guerras mundiales.

El racismo es un derivado de la flecha envenenada del orgullo. Muchos asiáticos y africanos acusan de racistas a los occidentales blancos olvidando que en Oriente el racismo es toda una institución. En Occidente hay, al menos, leyes contra el racismo y está públicamente condenado, pero una chica de Singapur aún no puede presentar a su familia a su marido belga; las etnias chinas e indias de Malasia todavía no pueden acceder al estatus de Bhumiputra, ni siquiera después de muchas generaciones, y son muchos los coreanos de segunda generación que aún no pueden nacionalizarse japoneses. Y si bien los blancos adoptan niños de color, es muy poco probable que una familia oriental acaudalada adopte a un niño blanco, porque son muchos los orientales que consideran abominable la mezcla cultural y racial. Uno se preguntaría cómo se sentirían los asiáticos si las tornas cambiasen y los blancos tuvieran que emigrar por millones a China, Corea, Japón, Malasia, Arabia Saudita y la India. ¿Qué ocurriría si se establecieran en sus comunidades, si ocuparan sus puestos de trabajos, si importasen a sus mujeres y, negándose a hablar el idioma de la nación anfitriona, siguieran hablando su propio idioma durante generaciones apoyando el extremismo religioso en su país de origen?

La envidia, una de las emociones del perdedor y una clara manifestación irracional que genera historias fantásticas para distraernos, es otra de las flechas de Mara. La envidia puede aparecer súbitamente en el momento más inesperado, como, por ejemplo, mientras estamos escuchando una sinfonía. Aunque uno no albergue la menor intención de convertirse en concertista de violonchelo y sin haberlo tocado siquiera, puede sentir celos de una inocente concertista a la que ni conoce. Basta con que una persona evidencie un

determinado talento para que la envidia acabe envenenando nuestra mente.

Son muchos los pueblos que envidian a los Estados Unidos. Muchos fanáticos religiosos y políticos que ridiculizan y critican a los Estados Unidos tildándoles de “satánicos” e “imperialistas” no sentiría vergüenza alguna en postrarse de rodillas si, con ello, consiguieran una carta verde para entrar en ese país, en el caso de que no la tengan ya. Es la envidia –a menudo alentada por los medios de comunicación de masas– la que lleva a la sociedad a esforzarse por derrocar a las personas que alcanzan el éxito, ya sea financiero, físico o intelectual. Hay periodistas que se empeñan en defender a los oprimidos, olvidándose de que muchos de ellos son meros fanáticos. Esos periodistas se niegan a hablar de maldad y lo pocos que lo hacen corren el riesgo de ser estigmatizados públicamente como radicales.

El deseo egoísta de Mara de tener más discípulos le lleva a predicar la libertad, pero cuando encuentra a alguien que realmente la ejercita, no siempre le gusta. Queremos ser libres, pero nos desagrada que los demás también lo sean. No debe sorprendernos que la persona que realmente ejerce su libertad deje de ser invitado a las fiestas. A fin de cuentas, la libertad y la democracia no son más que otra de las herramientas de control utilizadas por Mara.

¿QUÉ PODEMOS DECIR CON RESPECTO AL AMOR?

Quizás el lector piense que no todas las emociones son dolorosas. ¿Qué podemos decir, en este sentido, sobre el amor, la alegría, la inspiración creativa, la devoción, el éxtasis, la paz, la unión, la plenitud y la liberación? Creemos que la emoción

resulta imprescindible para la poesía, el canto y el arte. Nuestra definición de “sufrimiento” es limitada y voluble, mientras que la de Siddharta es mucho más amplia y también mucho más clara y concreta.

Hay sufrimientos, como los derivados de la agresividad, los celos y el dolor de cabeza, que poseen una cualidad manifiestamente negativa, mientras que otros son mucho más sutiles. Para Siddharta, cualquier cosa que posea una cualidad incierta e impredecible es causa de sufrimiento. El amor, por ejemplo, puede ser agradable y satisfactorio, pero no emana independientemente de la nada. El amor depende de alguien o de algo y, por ello mismo, es imprevisible y nos ata, puesto que uno acaba dependiendo del objeto de amor. A menudo somos tan inconscientes de las incontables condiciones ocultas que generan esas situaciones que resulta tan inútil culpar a nuestros padres por nuestra desafortunada infancia como culparnos a nosotros mismos por los problemas de relación de nuestros padres.

Los tibetanos utilizan los términos *rangwang* y *shenwang* para referirse a la “felicidad” y la “infelicidad”. Se trata de palabras muy difíciles de traducir, porque *rang* significa “yo”, *wang* significa “poder”, “derecho” o “privilegio” y *shen* quiere decir “otro”. Hablando en un sentido amplio, mientras el control está en nuestras manos, somos felices, y cuando está en manos de los demás, somos infelices. Por ello, la definición de “felicidad” consiste en tener el control, la libertad y el derecho y ningún obstáculo ni correa que nos ate, lo que supone la libertad de elegir o de no elegir, de hacer o de no hacer.

Aunque haya ciertas cosas que podamos llevar a cabo con el fin de inclinar las condiciones a nuestro favor, como tomar vitaminas para fortalecernos o beber una taza de café para despejarnos, todavía no podemos impedir la aparición de

otro *tsunami*. No hay modo alguno de impedir que una paloma choque con el parabrisas de nuestro coche, ni controlar a los demás conductores con los que compartimos la autopista. Gran parte de nuestra vida gira en torno al intento tratar de que los demás estén bien, para poder así sentirnos cómodos, porque no es grato vivir con alguien que está continuamente enfadado. Pero lo cierto es que resulta imposible conseguir que otra persona esté continuamente alegre. Podemos intentarlo e incluso, en ocasiones, conseguirlo, pero en última instancia, eso es algo que se halla completamente fuera de nuestro alcance. No basta con decir «te quiero» al comienzo de la relación, sino que uno debe seguir haciendo lo necesario —como enviar flores o prestar atención— hasta el final. Un solo fallo y todos nuestros esfuerzos se van al traste. Y hay veces en las que, a pesar de prestar atención, el objeto de nuestra atención puede interpretar las cosas equivocadamente, no saber cómo aceptarlas o simplemente no mostrarse receptivo. Un joven imagina cómo se desarrollará una cena a la luz de las velas con la chica de sus sueños, cómo le hará la corte y cómo ella acabará enamorándose, pero olvida que eso no es más que una imagen, una mera conjetura. Independientemente de que sea educado o no, un huésped nunca deja de ser más que un huésped. Y como no podemos estar siempre preparados, basta con que ocurra sólo un uno por ciento de las veces para que los obstáculos o nuestros adversarios se interpongan en nuestro camino, como un lapsus verbal, una ventosidad a destiempo o una mirada sospechosa al aparato de rayos X del aeropuerto.

Quizás pensemos que en realidad nosotros no estamos sufriendo, o que, si lo hacemos, no es tan terrible. Después de todo, no nos hallamos en el arroyo, ni nos masacran en Ruanda. Hay quienes piensan: «Estoy bien, respiro, desayuno, todo funciona como lo esperaba y no sufro». ¿Pero qué

quieren decir con eso? ¿Están acaso bien el cien por cien de las veces? ¿Se han detenido a asegurarse de que las cosas mejoren? ¿Han descartado todas sus inseguridades? Si tal actitud se deriva de la satisfacción y la valoración genuina por lo que ya tienen, ese tipo de valoración es la que recomendó Siddharta. Pero eso es algo que rara vez testimoniamos, nos quejamos de que la vida es algo más y ese descontento siempre desemboca en el sufrimiento.

La solución propuesta por Siddharta consistió en el desarrollo de la conciencia de las emociones. Si usted se da cuenta, aunque sólo sea de manera limitada, de las emociones en el mismo momento en que aparecen, su actividad se reduce y son como niños que van acompañados de una señora de compañía. Y es que, cuando hay alguien observando, el poder de Mara se debilita. Fue la conciencia de que eran meras ilusiones la que permitió a Siddharta salir indemne de las flechas venenosas de Mara. También nosotros, del mismo modo, podemos convertir, mediante la atención, las emociones más poderosas en algo tan inofensivo como pétalos de flor. Cuando las *apsaras* se acercaron a Siddharta, pudo verlas claramente como fenómenos compuestos, como un anillo de fuego, y en consecuencia perdieron todo su atractivo y no se vio perturbado por ellas. De manera parecida, cuando nos damos cuenta de que los objetos de nuestro deseo son, de hecho, fenómenos compuestos, podemos también romper el hechizo de la tentación.

Cuando uno empieza a advertir el daño provocado por las emociones, su conciencia se desarrolla. Cuando uno es consciente —de que está, por ejemplo, al borde de un acantilado— se da cuenta del peligro. En tal caso puede decidir seguir adelante y hacer lo que está haciendo. A fin de cuentas, caminar conscientemente por el borde de un acantilado no es tan terrible como, a primera vista, parece; de hecho, es algo muy

emocionante. La auténtica fuente del miedo es la falta de conocimiento. La conciencia no nos impide vivir sino que, por el contrario, nos permite vivir más plenamente. Quien se toma una taza de té comprendiendo la amargura y la dulzura de las cosas provisionales está realmente disfrutando de la taza de té.

3. TODO ES VACUIDAD

Poco después de la iluminación de Siddharta, sus palabras, conocidas hoy en día como *dharma*, empezaron a diseminarse por todos los caminos de la India, trascendiendo el sistema de castas e interesando tanto a ricos como a pobres. Hasta el rey Ashoka, un emperador y un guerrero implacable y tiránico del siglo -III que no había tenido empacho alguno en asesinar a sus parientes para consolidar su poder, acabó reconociendo la verdad del *dharma* y convirtiéndose en un pacifista que actualmente es venerado como uno de los mayores benefactores históricos del budismo.

Gracias al patrocinio de personas como Ashoka, el *dharma* acabó trascendiendo las fronteras de la India y propagándose en todas direcciones. Durante el primer milenio antes de Cristo nació, en la aldea tibetana de Kya Ngatsa, ubicada a unos diez mil kilómetros de Bodhgaya, otro ser humano extraordinario. Después de una infancia terrible y de haber aprendido la magia negra, este atribulado joven asesinó, en un acto de venganza, a decenas de miembros de su familia y a sus vecinos. Luego huyó de su hogar y acabó conociendo a un granjero llamado Marpa, un gran maestro del *dharma* y traductor que enseñaba la naturaleza de la existencia y el camino legado por Siddharta. El joven experimentó entonces una gran transformación y llegó a ser conocido como Milarepa, uno de los santos más respetado del actual Tíbet, cuyos relatos y canciones siguen inspirando a centenares de miles

de personas y cuyo legado se ha transmitido ininterrumpidamente desde entonces de maestro a discípulo y de generación en generación.

Milarepa enseñó a sus discípulos que las palabras de Siddharta no son como otras filosofías que leemos para estimularnos o por mero placer y dejamos luego olvidadas en una estantería. El *dharma*, por el contrario, es perfectamente aplicable a nuestra vida cotidiana. Entre la primera generación de discípulos de Milarepa se hallaba un brillante erudito llamado Rechungpa quien, desoyendo las indicaciones del maestro de que la práctica era más importante que el estudio de los textos, se empeñó en viajar a la India para aprender en una de las instituciones filosóficas budistas más respetadas de la época. De hecho, Rechungpa estudió diligentemente con muchos grandes eruditos y santos indios, y cuando, al cabo de muchos años, regresó a el Tíbet, su viejo maestro Milarepa fue a darle la bienvenida a una planicie pelada. Después de intercambiar saludos y de hablar durante un tiempo de los estudios realizados, se desató una violenta granizada. Como no había lugar alguno bajo el que guarecerse, Milarepa, viendo en el suelo un cuerno de yak, se aprestó a refugiarse en su interior –sin que, para ello, el cuerno se hubiese hecho más grande ni Milarepa se empequeñeciese–. Desde su seco refugio, Milarepa entonó entonces una canción que le decía a Rechungpa que, dentro de ese cuerno, todavía había espacio suficiente... para que, en él, pudiera refugiarse quien hubiese realizado la naturaleza de la Vacuidad.

El lector puede considerar esa historia como un simple cuento de hadas o, en el caso de ser crédulo, como un ejemplo del dominio de la magia del *yogui* tibetano. Pero, como veremos, no es una ni una cosa ni la otra.

LA COMPRENSIÓN DE LA VACUIDAD

Al vencer a Mara y a su ejército, Siddharta realizó la vacuidad inherente de todo cuanto existe y comprendió que todo lo que vemos, escuchamos, sentimos, imaginamos y sabemos no es más que vacuidad a la que atribuimos o etiquetamos una cierta “veracidad”. La actividad de etiquetado que nos lleva a percibir el mundo como verdadero es la consecuencia de un hábito individual o colectivo en el que todos incurrimos. La fuerza del hábito es tan intensa y nuestra idea de la vacuidad tan poco atractiva que son muy pocos los que anhelan una realización como la de Siddharta. Por eso vagamos por la vida como viajeros perdidos en el desierto atisbando frondosos oasis en la lejanía. El oasis no es más que el reflejo del calor en la arena, pero la sed y la desesperación del viajero le llevan a verla como agua hasta que, apelando a las últimas fuerzas que le quedan, llega hasta ahí y acaba descubriendo que era tan sólo un simple espejismo.

Por más que nos consideremos personas cabales, sanas y educadas y no creamos estar tan desesperados, todos nosotros nos comportamos, al ver y sentir que todo existe, como ese explorador perdido. Buscamos la compañía, la seguridad, el reconocimiento y el éxito o, simplemente, la paz y la quietud. Podemos incluso llegar a comprender nuestros deseos, pero como sucede con el mencionado viajero, acabamos decepcionándonos cuando dependemos de alguna substanciación externa. Y es que las cosas no sólo parecen, son impermanentes y se hallan completamente fuera de nuestro alcance.

Si las analizamos como hizo el Buda, acabamos descubriendo que etiquetas tales como “forma”, “tiempo”, “dirección” y “tamaño” se desvanecen fácilmente. Siddharta se dio también cuenta de que el yo no es más que un espejismo y que tiene una existencia relativa, una comprensión que le

permitió poner fin al ciclo de expectativas, desengaños y consiguiente sufrimiento. En el momento de su liberación, se dijo: «He descubierto el camino medio, el camino profundo, pacífico y claro que es como un néctar que satisface todos los deseos, pero cuando trato de expresarlo y de enseñarlo, no hay nadie capaz de escucharlo ni de comprenderlo. Por ello, permaneceré en este estado en el bosque». Pero, según dice la tradición, cuando Indra y Brahma escucharon los planes de Siddharta, le rogaron que no se quedase en el bosque, sino que se dedicase a enseñar por el bien de todos los seres humanos. «Aunque nadie comprenda todas tus enseñanzas –le dijeron– bastará con que unos pocos entiendan parte de ella.»

Respetando sus deseos, Siddharta se encaminó entonces hacia Varanasi, que en aquel tiempo, era una gran ciudad en la que intelectuales y pensadores se congregaban en torno al Ganges. Cuando Siddharta llegó a Sarnath, una localidad cercana a Varanasi, se dirigió hacia sus antiguos compañeros, los mismos que tiempo atrás le habían abandonado cuando rompió sus votos y bebió el cuenco de leche que le ofreció Sujata y que, al verle aproximarse, se aprestaron a burlarse de él. Por ello no le dieron la bienvenida, sino que se postraron diciendo: «¡Aquí llega el farsante!». Pero un ser como él, que había comprendido la vacuidad, estaba más allá de las nociones de alabanza, crítica, veneración, desprecio, bien y mal; no son más que meras interpretaciones y no hay, por tanto, necesidad alguna de reaccionar como si fuesen algo sólido. Cuando sus antiguos compañeros vieron que Siddharta seguía caminando majestuosamente, sin mostrar evidencia alguna de vanidad, vacilación ni orgullo, los cinco meditadores no tuvieron más alternativa que ponerse en pie y acabaron convirtiéndose en sus primeros discípulos.

LAS LIMITACIONES DE LA LÓGICA

Siddharta estaba en lo cierto al pensar que la enseñanza no iba a ser una tarea sencilla. En un mundo movido por la codicia, el orgullo y el materialismo, la enseñanza de principios tan básicos como el amor, la compasión y el altruismo es muy difícil y más todavía lo es la enseñanza de la verdad última de la vacuidad. Estamos identificados con nuestros pensamientos a corto plazo y sólo parecen interesarnos las cuestiones estrictamente prácticas. Para que algo merezca nuestra atención y nuestra energía debe ser tangible y útil, mientras que la vacuidad de la que habla el Buda se nos antoja algo completamente improductivo. Ante tales cuestiones solemos pensar: «¿Cuál es el beneficio de contemplar la impermanencia y la vacuidad del mundo fenoménico?, ¿cuál puede ser la utilidad de la vacuidad?».

Nuestra limitada razón nos proporciona una imagen de lo que tiene sentido y de lo que es inútil – y la vacuidad se encuentra más allá de todos esos límites–. Es como si la idea de “vacuidad” no cupiera en nuestra cabeza, porque la mente humana opera basándose en un sistema lógico inadecuado, aunque también podamos apelar a otros muchos sistemas lógicos. Nos movemos como si miles de años de historia hubieran precedido a este instante, y si alguien nos dijera que toda la evolución de la humanidad ha sucedido en el tiempo que tardamos en tomarnos un sorbo de café, seríamos incapaces de entenderlo. De manera similar, cuando leemos en las enseñanzas que un día en el infierno equivale a quinientos años, creemos que estas figuras religiosas están tratando simplemente de asustarnos y someternos. Basta, sin embargo, para darnos cuenta de ello, con recordar que una semana de vacaciones con nuestros seres queridos pasa tan rápida-

mente como un chasquido de los dedos, mientras que, por otra parte, una noche en la prisión con un asesino parece no acabar nunca. Contemplada desde esta perspectiva, nuestra idea del tiempo no es tan estable como parece.

Algunos de nosotros podemos tolerar un *atisbo* de lo desconocido en nuestro sistema de pensamiento, abriendo un espacio para cuestiones tales como la clarividencia, la intuición, el mundo de los espíritus, el alma gemela, etcétera, pero la inmensa mayoría sólo confía en la lógica del tipo blanco o negro científicamente demostrada. Unos pocos pueden tener el coraje o la habilidad de ir más allá de las convicciones y, en la medida en que su visión no sea *demasiado* escandalosa, podrían ser capaces de convertirse en artistas como Salvador Dalí. Hay unos pocos *yoguis* que van deliberadamente *un paso* más allá de lo convencionalmente aceptado y son venerados como “locos divinos”. Pero cuando uno trasciende realmente las fronteras aceptadas y se sumerge de lleno en la vacuidad, los demás no tardan en considerarle como alguien anormal, irracional o loco.

Pero Siddharta no era nada irracional. El sólo subrayaba las limitaciones del pensamiento convencional y racional. Nosotros no podemos ni tampoco queremos comprender lo que se encuentra más allá de los límites a los que estamos acostumbrados. Es mucho más operativo trabajar con el concepto lineal de “ayer, hoy y mañana” que decir que “el tiempo es relativo”. Nosotros no estamos programados para pensar: «Puedo meterme dentro de ese cuerno de yak sin cambiar mi forma ni mi tamaño», ni podemos romper nuestros conceptos de “pequeño” y “grande”. Por eso nos circunscribimos de continuo a las visiones estrechas y seguras que se han transmitido de generación en generación. Pero cuando las examinamos con más detenimiento, todas esas visiones se revelan insostenibles. Así, por ejemplo, el con-

cepto de tiempo lineal en el que tanto confiamos no explica el hecho de que el tiempo no tenga comienzo ni final.

Con esta razón que, en el mejor de los casos, es imprecisa, medimos o etiquetamos las cosas como “realmente existentes”. En este sentido, la función, la continuidad y el consenso desempeñan un papel fundamental. Creemos que si algo cumple con determinada función –la mano, por ejemplo, parece servir para sostener este libro–, debe existir en un sentido válido, permanente y último. La simple imagen de la mano no funciona del mismo modo, razón por la cual sabemos que, en realidad, no es una mano. De manera parecida, si algo parece tener continuidad –si ayer, por ejemplo, vimos una montaña y hoy todavía seguimos viéndola –, concluimos que es “real” y que también la veremos mañana y pasado mañana. Cuando, por otra parte, los demás confirman que ven lo mismo que vemos nosotros, estamos más seguros de la existencia de todas esas cosas.

Obviamente, nosotros no nos movemos racionalizando, confirmando, ni etiquetando conscientemente la verdadera existencia de las cosas –éste es un libro que existe y que se ve sujetado por unas manos también existentes– sino que operamos de manera subconsciente confiando en la existencia del libro, lo que afecta al modo en que pensamos y sentimos en todos y cada uno de los instantes que configuran nuestra vida cotidiana. Sólo en contadas ocasiones, cuando contemplamos el espejo o reconocemos un espejismo, nos damos cuenta de que algunas cosas son meras apariencias. No hay carne ni sangre en el espejo, como tampoco hay agua en el espejismo. Nosotros “sabemos” que las imágenes del espejo no son reales y que están despojadas de toda existencia inherente. Y este tipo de comprensión puede ir mucho más allá, pero sólo en la medida en que lo permita nuestra mente racional.

Frente a la idea de que un hombre quepa dentro de un cuerno de yak sin cambiar de tamaño, disponemos de unas pocas alternativas. Podemos ser “racionales” y refutarla aduciendo simplemente su imposibilidad. Podemos apelar a la creencia mítica en la brujería o en la devoción ciega y decir: «Sí. Milarepa era un gran *yogui*, que no sólo podía hacer esto, sino muchas otras cosas». En cualquiera de los casos, sin embargo, nuestra visión está distorsionada, porque la negación es una forma de subestimación, mientras que la fe ciega, por su parte, es una forma de sobreestimación.

EL RÍO DE AYER. ACEPTAR LA PARCIALIDAD DE LA LÓGICA

La infatigable contemplación de Siddharta le permitió advertir claramente los errores de las modalidades convencionales de valoración, racionalización y etiquetado. Es evidente que, hasta cierto punto, nuestro mundo parece funcionar basándose en estas convenciones. Cuando los seres humanos afirmamos que algo realmente existe, queremos decir que no se trata de algo imaginario, sino real, probable, inmutable y no condicionado. Obviamente, también decimos que algunas cosas cambian. Un capullo florece y acaba convirtiéndose en una flor, y, mientras lo hace, seguimos pensando que se trata de una flor realmente existente. Este crecimiento y desarrollo forma parte de nuestra idea de la naturaleza de la flor, hasta el punto de que nos sorprendería que fuese permanente. En ese sentido, nuestra expectativa del cambio es inmutable.

A pesar de que el agua que fluye por el río siempre es nueva y siempre está cambiando, nosotros seguimos considerándolo el mismo río, y si lo visitáramos un año más tarde, también concluiríamos que se trata del mismo río. ¿Pero

realmente es el mismo? Bastaría con aislar un aspecto o una característica para que esa igualdad se desvaneciese. El agua es diferente, el lugar que ocupa la Tierra también es distinto debido a los movimientos de rotación y traslación en torno al Sol y a la galaxia y las hojas caídas se ven reemplazadas por otras nuevas; todo lo cual nos transmite la apariencia de que se trata del mismo río que vimos la última vez. Pero la “apariencia” es un fundamento inestable sobre el que asentar la “verdad”. Basta con un simple análisis para descubrir que nuestra realidad convencional se asienta en el fundamento de meras creencias y generalizaciones. Aunque Siddharta utilizó palabras semejantes a las que emplea la gente corriente al definir la “verdad” —es decir, no imaginada, definida, inmutable e incondicional—, su uso es mucho más preciso y no se asienta en generalizaciones. Desde su perspectiva, “inmutable” significa que no experimenta cambio, *sin excepción alguna*, incluso después del análisis más concienzudo.

Nuestra definición ordinaria de la “verdad” es el resultado de un análisis parcial. Y si el análisis nos proporciona una respuesta cómoda, es decir, si nos confirma lo que creemos, ya no vamos más allá. ¿Es esto realmente un bocadillo? Y puesto que sabe como un bocadillo, nos lo comemos. Ahí concluye todo nuestro análisis. Cuando un muchacho busca pareja, si una determinada chica le parece hermosa, abandona su análisis y se acerca a ella. Pero el análisis de Siddharta va mucho más allá, hasta que el bocadillo y la chica se revelan como meros átomos, y luego hasta los átomos acaban desvaneciéndose. Así fue como, al no encontrar nada sólido, se liberó de la desilusión.

Siddharta descubrió que el único modo de confirmar la verdadera existencia de algo consiste en demostrar que existe de manera independiente y libre de interpretación, fabricación o cambio. Para Siddharta, todos los mecanismos apa-

rentemente funcionales de nuestra supervivencia cotidiana –tanto físicos como emocionales y conceptuales– caen fuera de esa definición; están compuestos de partes inestables e impermanentes y, en consecuencia, siempre están cambiando. Nosotros podemos entender esta afirmación en el mundo convencional. Podemos, por ejemplo, decir que nuestro reflejo en el espejo no existe realmente porque depende de que estemos de pie frente a él. Si realmente fuese independiente, habría en él un reflejo, aunque no tuviéramos rostro. De manera parecida, no hay nada que exista con independencia de muchas otras causas y condiciones.

Cuando contemplamos un anillo de fuego no tenemos problema alguno en entender las condiciones de su creación. Y aceptamos que, en la medida en que se presentan todas las condiciones de las que depende, es realmente un anillo de fuego, al menos, por ahora. Pero ¿por qué no pensamos lo mismo acerca del libro que sostenemos entre las manos o acerca de la cama sobre la que estamos acostados? Parece un libro, los demás lo ven como un libro y funciona como un libro pero, cuando lo analizamos con más detenimiento, resulta evidente que también podemos decir que es así “por ahora”. Todo lo que percibimos a lo largo de nuestra vida es meramente provisional. Las cosas parecen existir durante este instante y no tenemos el coraje ni la voluntad de verlo de ese modo. Y puesto que no tenemos la inteligencia para ver las cosas como partes, nos las apañamos para verlas como una totalidad. Si despojamos a un pavo real de todas sus plumas, ya no nos sorprenderá, pero no parece que estemos dispuestos a ver el mundo de este modo. Es como si estuviéramos acurrucados en la cama, levemente conscientes de estar soñando y no quisiéramos despertar, o como si viésemos un hermoso arco iris y temiésemos acercarnos por miedo a que se desvanezca. La “renuncia” de la que hablan los budistas

consiste en tener la valentía de despertar y analizar lo que realmente ocurre. Contrariamente a lo que suele suponerse, la renuncia budista no tiene nada que ver con austeridad y la autoflagelación. Siddharta tuvo la valentía de ver que toda nuestra existencia no son más que etiquetas atribuidas a fenómenos inexistentes, y de ese modo despertar.

BUDA NO ERA MASOQUISTA

Quienes poseen una idea muy vaga de las enseñanzas del Buda, opinan que los budistas niegan la felicidad y sólo piensan en el sufrimiento. Esas personas creen que los budistas, que son puros y mesurados, rechazan la belleza y el disfrute físico como tentaciones. Pero, en realidad, la enseñanza del Buda no tiene prejuicio alguna, contra la belleza y el disfrute –siempre y cuando no acabemos creyendo en la verdadera existencia de todas esas cosas–.

Siddharta tenía un discípulo lego, un guerrero muy astuto llamado Manjushri. Entre los discípulos de éste había un monje muy diligente y respetado que solía practicar la llamada “meditación sobre la fealdad”, un método muy útil para aquellos que están desorientados y atrapados en la pasión y que consiste en visualizar a los seres humanos compuestos por venas, cartílagos, intestinos, etcétera. Un buen día, Manjushri decidió probar al monje empleando, para ello, sus poderes sobrenaturales, asumió la forma de una hermosa ninfa y se presentó ante él dispuesto a seducirlo. Durante un tiempo, el buen monje se mantuvo impassible y sin mover un solo músculo, pero Manjushri era muy seductor y el monje no tardó en caer bajo su hechizo. El monje decepcionado porque, durante sus muchos años de meditación, había permanecido impávido ante algunas de las mujeres más hermo-

sas del país, emprendió la huida, pero la ninfa Manjushri corrió tras él y le hizo caer al suelo. Viéndola aproximarse, el monje cerró los ojos y pensó: «Esta hermosa mujer está a punto de abrazarme». Pero al ver que no ocurría nada, abrió finalmente los ojos y, en lugar de la ninfa, vio a Manjushri riendo. «Crear en la hermosura no es más que un concepto –dijo–. Aferrarte a ese concepto te ata y te encarcela. Pero lo mismo sucede cuando crees en la fealdad.»

Cada año gastamos enormes sumas de dinero embelleciéndonos a nosotros y a nuestro entorno. Pero ¿qué es la belleza? Por más que se insista en que la belleza está en el ojo del espectador, son millones las personas que ven cada año en televisión la elección de Miss Universo para enterarse de quién es, en opinión de los jueces, la mujer más hermosa del mundo, hasta que unas diez personas dan la definición última de la belleza. Obviamente, siempre hay quienes disienten, puesto que ese certamen soslaya a las hermosas aborígenes de Papúa Nueva Guinea y a las elegantes mujeres africanas que adornan con collares sus elongados cuellos.

Si Siddharta contemplase esos concursos, su visión al respecto sería completamente diferente. Desde su perspectiva, sin embargo, la coronada jamás podría ser la belleza última, porque depende del espectador, y, para él, la verdadera belleza es independiente de causas y condiciones. Desde su punto de vista, si realmente fuese hermosa, no necesitaría de un jurado que lo determinase, porque todo el mundo coincidiría automáticamente en ello. Si de verdad se tratase de la mujer más hermosa del mundo, no habría momento alguno en el que fuese “menos hermosa” y debería serlo de continuo, tanto cuando bosteza como cuando ronca, cuando escupe, cuando está sentada en el inodoro y cuando envejece.

En lugar de ver a una concursante más o menos hermosa que las demás, Siddharta las vería a todas despojadas tanto

de fealdad como de hermosura. La belleza, para él, estaría en las miríadas de perspectivas desde las que puede contemplarse a cualquiera de las concursantes. De los miles de millones de perspectivas posibles, algunas deben verla con envidia, como amante, como hija, como hermana, como madre, como amiga o como rival. Desde la perspectiva de un cocodrilo, sería simple alimento, y desde la de un parásito, un mero huésped. Para Siddharta, este imponente conjunto es asombrosamente hermoso, mientras que si alguien es real y verdaderamente hermoso, debería permanecer en ese estado por siempre jamás, en cuyo caso no serían necesarios los trajes de noche, las barras de labios ni los bañadores. Lo único que el concurso nos muestra es un espectáculo provisional, tan hermoso y fugaz como el mentado anillo de fuego.

LA VERDAD RELATIVA: EXISTE “ALGO”

Según la filosofía budista, lo que percibimos no existe antes de que nuestra mente lo perciba y, por tanto, depende de la mente y, al no existir de manera independiente, en realidad, no existe. Pero eso no supone que, *de algún modo*, no exista. A fin de cuentas, los budistas consideran al mundo percibido como una verdad “relativa” —una verdad medida y etiquetada por nuestra mente ordinaria—. Sólo podríamos calificarla como verdad “última” si no fuese un mero producto fabricado por nuestra imaginación y completamente ajeno a cualquier interpretación.

Aunque Siddharta realizase la vacuidad, ésta no es el fruto de una revelación, ni una teoría desarrollada para ayudar a las personas a ser felices. Independientemente de que Siddharta la enseñase o no, la vacuidad siempre ha sido la vacuidad aunque, paradójicamente, no podamos decir que siempre

ha sido porque, al carecer de forma, está más allá del tiempo. Tampoco podemos considerar la vacuidad como la negación de la existencia –porque, para negar algo, debemos admitir la existencia de algo que pueda ser negado–. La vacuidad no pone fin a nuestra experiencia cotidiana. Siddharta jamás dijo que en lugar de lo que percibimos, exista algo espectacular, mejor, más puro o más divino. Él no era, en modo alguno, un anarquista que refutase la apariencia o la funcionalidad de la existencia mundana. Él no estaba negando la apariencia del arco iris ni la existencia de la taza de té. Pero el hecho de que podamos disfrutar de nuestra experiencia tampoco presupone su existencia. Lo único que Siddharta afirmaba es la necesidad de examinar nuestra experiencia y considerar la posibilidad de que no sea más que un sueño, otra ilusión provisional.

Si alguien le pidiera que moviese sus brazos y volara, usted respondería: «no puedo hacerlo» porque, en nuestra experiencia física del mundo relativo, es imposible volar, como también lo es refugiarnos dentro de un cuerno de yak. Pero supongamos ahora que, mientras duerme, sueña que está volando. Si alguien, pues, le dijera, en el sueño, que «los seres humanos no pueden volar», usted respondería: «Sí. Yo sí que puedo. ¿Acaso no lo ves?», y se alejaría volando. Siddharta estaría de acuerdo en ambos casos, porque uno no puede volar cuando está despierto, pero sí que puede hacerlo cuando duerme. Y las razones para ello dependen de la presencia o ausencia de ciertas causas y condiciones, ya que una condición necesaria para poder volar es estar soñando. Por eso, cuando no está soñando, no puede volar y sí que puede hacerlo en caso contrario. Si sueña que está volando y, cuando está despierto, sigue creyendo que puede volar, se encontrará con un problema, porque puede caer y llevarse una gran decepción. Según Siddharta por más que, en el mundo relati-

vo, estemos despiertos, seguimos sumidos en la ignorancia, una forma de sopor semejante al que adormeció a los cortesanos de palacio la noche en que abandonó su existencia anterior. En presencia de las adecuadas causas y condiciones, todo puede aparecer, pero en su ausencia, toda apariencia se desvanece.

Considerando nuestra experiencia de este mundo como un sueño, Siddharta descubrió que el hábito de fijarnos en las apariencias del mundo relativo y onírico y de verlas como realmente existentes, nos ata al círculo incesante del dolor y la ansiedad. En tal caso, estamos en un sueño profundo, hibernando como el gusano de seda en su capullo. Y partiendo de nuestras proyecciones, de nuestra imaginación, de nuestras esperanzas, de nuestros miedos y de nuestras ilusiones, hemos creado una realidad. De este modo, el capullo que debía protegernos ha acabado convirtiéndose en algo excesivamente sólido. Nuestras imágenes son tan reales que acabamos atrapados en ellas, pero podemos liberarnos dándonos cuenta de que todo eso sólo existe en nuestra imaginación.

Hay infinitas formas de despertar de ese sueño. Hasta sustancias como el peyote o la mescalina pueden proporcionarnos una idea vaga de la naturaleza ilusoria de lo que llamamos "realidad". Pero una droga jamás puede proporcionarnos el despertar completo, aunque sólo sea porque tal despertar dependería de una sustancia externa y volvemos a dormirnos apenas se desvanecen sus efectos. Lo único que necesitamos para despertar de una pesadilla es darnos cuenta de que estamos soñando. Y la chispa que dispara ese atisbo puede proceder del mismo sueño. Basta con que ocurra algo anómalo en el sueño para que uno se dé cuenta de que está durmiendo. El peyote y la mescalina pueden alentar una comprensión efímera que ponga de relieve el poder de la mente y la imaginación. Las alucinaciones nos ayudan a reconocer provisio-

nalmente lo tangibles y verosímiles que pueden llegar a ser las ilusiones. Pero esas sustancias no están disponibles porque sólo proporcionan una experiencia artificial que puede acabar dañando nuestro cuerpo. Deberíamos, en lugar de ello, aspirar a despertar de una vez por todas, sin depender de ninguna influencia externa. Las cosas son mucho más interesantes cuando la realización procede de nuestro interior. Lo que realmente se precisa es despertar de nuestras pautas, de nuestras imágenes y de nuestra codicia habitual. El entrenamiento de la mente y la meditación son las formas más rápidas, seguras y eficaces de avanzar en este sentido. Como dijo el mismo Siddharta: «Tú eres tu propio maestro».

«LA IDENTIFICACIÓN ES LA QUE TE ATAN»

Siddharta se dio clara cuenta de que en el mundo relativo, uno puede hacerse un té de oolong y bebérselo, razón por la cual jamás hubiese concluido que “el té no existe” o que “el té es vacuidad”. Lo único que, en tal caso, hubiera dicho es que el té no es lo que parece, por ejemplo, que el té consiste en la maceración, en agua caliente, de ciertas hojas. Pero hay algunos fanáticos del té que recogen las hojas, crean mezclas especiales, les atribuyen nombres tan rimbombantes como Iron Dragon y lo venden a precios exorbitantes, y para ellos es mucho más que hojas de té maceradas en agua caliente. Por este motivo, mil quinientos años después de que Siddharta enseñara, uno de sus herederos del *dharma*, llamado Tilopa, dijo a su discípulo Naropa: «No son las apariencias las que te atan, sino la identificación con las apariencias».

Hace ya mucho tiempo, vivió una hermosa monja llamada Utpala, de la que se enamoró un hombre que empezó a ace-

charla. Sintióse incomodada por su persecución, procuraba evitarle, pero como no parecía darse por aludido, un buen día tomó la decisión de abordarle y preguntarle directamente qué quería. Cuando le respondió que estaba enamorado de sus ojos, ella se los arrancó sin titubear y se los entregó. Cuando nuestro hombre cayó en la cuenta de la facilidad con que uno se obsesiona con las cosas compuestas y superó la conmoción y el horror, acabó convirtiéndose en su discípulo.

Hay otro cuento budista japonés en el que dos monjes Zen que estaban de viaje se encontraron, cuando estaban a punto de cruzar un río, a una muchacha que les pidió que la ayudaran a atravesarlo. Ambos habían hecho votos de no tocar jamás a una mujer, pero el mayor de ellos la levantó sin titubear, la cargó sobre su espalda y atravesó el río caminando. Cuando llegaron a la otra orilla, volvió a colocarla en el suelo y, sin mediar palabra, siguió su camino.

—¿Por qué has llevado a esa mujer? ¿No somos acaso monjes? —preguntó, al cabo de varias horas, el joven—.

—Yo hace ya mucho que la he dejado atrás —respondió el monje de mayor edad—, pero tú todavía parece llevarla contigo.

En ciertos momentos de claridad podemos advertir la vacuidad de conceptos abstractos tales como belleza y fealdad —que, después de todo, están abiertos a interpretación—, pero nos resulta mucho más difícil ver la vacuidad de cosas concretas como la reparación del coche, las facturas que nos quedan por pagar, la elevada presión sanguínea que amenaza nuestra salud y la familia que nos apoya o necesita nuestro apoyo. Es muy comprensible que no estemos dispuestos o seamos incapaces de advertir la ilusión que todo ello entraña. Las cosas son mucho más evidentes cuando estamos atrapados en cuestiones tan extravagantes como la moda, la gastronomía, la fama y la pertenencia a clubs de élite. Hay perso-

nas tan mimadas que necesitan tener un televisor en cada habitación o tener doscientos pares de zapatos en el armario. Comprar un par de Nikes o un traje de Giorgio Armani en una elegante tienda va mucho más allá de la necesidad práctica de supervivencia, y hay quienes llegan incluso a pelearse por un bolso. Por otra parte, los fenómenos asociados del empaquetado y de la investigación de mercados son tan complejos y calculados que nos convertimos en consumidores de marcas, aceptando precios que no guardan correlación alguna con el valor material del producto.

La gente suscribe tanto este punto de vista que, para los amantes de la imagen de Louis Vuitton, resulta muy difícil entender la falta de esencia de su obsesión por un bolso de cuero y, mucho menos todavía, la falta de esencia del mismo bolso. Reforzada por la cultura popular, la importancia del estatus y de las etiquetas burguesas va consolidándose en nuestra mente y tornando cada vez más ilusorio el mundo en que vivimos.

Además de depender de los coleccionistas de facturas y de los genios del *márketing*, también nos vemos empujados por sistemas políticos, como la democracia y el comunismo, conceptos tan abstractos como los derechos del individuo y actitudes morales como el antiaborto y el “derecho a morir dignamente”. El mundo político está tan cargado de etiquetas que las oportunidades de un verdadero liderazgo son muy pocas o ninguna. Los seres humanos hemos experimentado con diferentes tipos de liderazgo, pero aunque cada uno de ellos tenga sus ventajas, no por ello hemos dejado de sufrir. Quizás sea cierto que haya políticos realmente íntegros, pero si quieren ganar las elecciones, deben adscribirse, por más que la cuestión no les interese lo más mínimo, al bando de quienes defienden los derechos de los homosexuales o de quienes afirman lo contrario. Con demasiada frecuencia

estamos predispuestos a amoldarnos a lo que piensa la mayoría, aunque se trate de una postura absurda, para acomodarnos a este mundo, llamado democrático.

Hace ya mucho tiempo que en un país atormentado por la sequía, un respetado adivino predijo que al cabo de siete días, finalmente llovería, algo que, para algarabía general, acabó ocurriendo. Luego predijo una lluvia de joyas que nuevamente se cumplió, despertando la alegría y la prosperidad de todo el mundo. A continuación predijo que siete días más tarde, volvería a llover, pero que, en esa ocasión, se trataría de una lluvia maldita que enloquecería a cualquiera que la bebiera. El rey ordenó entonces almacenar inmensas cantidades de agua no contaminada con el fin de que nadie se viese obligado a beber el agua maldita, pero sus súbditos, que carecían de recursos, acabaron bebiendo el agua y enloquecieron. De este modo, el rey, que era el único “cuerdo” que quedaba, se vio en la obligación, para poder gobernar a sus alocados súbditos, de beber también de la misma agua. Y es que, para poder gobernarlos adecuadamente, necesitaba compartir sus falsas ilusiones.

Como sucede en el certamen de Miss Universo, todo lo que hacemos o pensamos se basa en un sistema lógico compartido muy limitado. Ponemos demasiado énfasis en el consenso y basta con que la mayoría coincida en que algo es cierto para que acabemos considerándolo como válido. Cuando miramos un estanque, los seres humanos lo vemos como tal, pero para los peces que viven en él, se trata de todo un universo. Si asumimos una postura democrática, deberían ganar los habitantes acuáticos porque, numéricamente hablando, son muchos más que las personas que contemplan el estanque, pero el gobierno de la mayoría no siempre funciona. Hay películas espantosas que pueden ser un éxito de taquilla y cine independiente fascinante del que sólo disfru-

tan un puñado de personas. Y a causa de nuestra confianza en el pensamiento grupal, el mundo suele verse gobernado por los más miopes y los más corruptos porque, no lo olvidemos, la democracia se basa en el mínimo común denominador.

LA VERDAD: NI FÁBULA NI MAGIA NI ALGO LETAL

Nuestra mente, condicionada por el pragmatismo, tiene dificultades para comprender la vacuidad. Por eso, el relato de Milarepa refugiándose en el cuerno del yak suele ser soslayado como si se tratase de una mera fábula. La vacuidad no cabe en nuestro pequeño cerebro, como el océano tampoco cabe dentro de un pozo. Había una vez una rana, que vivía en un pozo, que un buen día se encontró con una rana que vivía en el océano. La rana del océano le contó a su amiga cuentos fantásticos sobre su océano presumiendo de la magnitud de su morada, pero la rana del pozo no podía creerla porque, a falta de un punto de referencia, consideraba que su pozo era la mayor extensión de agua del mundo y no tenía la menor razón para pensar de otro modo. Entonces fue cuando la rana del océano llevó consigo a la rana del pozo que, frente a la inmensidad del océano, murió de un ataque al corazón.

Pero la realización no es necesariamente letal. Nosotros no somos como la rana del pozo y no nos morimos cuando nos vemos expuestos a la vacuidad. Si la rana del océano hubiera sido un poco más compasiva y diestra, hubiera podido guiar mejor a su compañera que quizás hubiese acabado emigrando al océano. Para entender la vacuidad no es necesario estar dotado de ningún poder sobrenatural. Basta con la disposición para contemplar las cosas en términos de sus partes, causas y condiciones ocultas. Esa comprensión nos

convierte en una especie de asistentes de cámara que van al cine. Los profesionales ven mucho más que lo que vemos los demás. Ven, por ejemplo, dónde estaba ubicada la cámara, cuál fue el equipo de lentes que se utilizó y el alumbrado empleado, cuáles fueron las imágenes generadas por ordenador y muchas otras técnicas cinematográficas que, para el espectador ordinario, pasan inadvertidas. Pero por más que, para ellos, la ilusión se desarticule, nada les impide disfrutar de una buena película. Éste me parece un excelente ejemplo de la visión trascendente de Siddharta.

LA CORBATA Y LA SOGA DE LA EMOCIÓN

El ejemplo clásico utilizado por los budistas a la hora de ilustrar la vacuidad es el de la serpiente y la cuerda. Supongamos que hay un hombre llamado Jack que tiene fobia a las serpientes y que un buen día ve, al entrar en un cuarto débilmente iluminado, una serpiente enrollada en una esquina y se aterroriza. De hecho, lo único que ha visto ha sido una corbata rayada de Giorgio Armani, pero el miedo le ha llevado a interpretar equivocadamente lo que ve, hasta el punto de creer que su vida corre peligro (una curiosa muerte, por cierto, la provocada por el miedo a una serpiente realmente inexistente). Mientras tiene la impresión de que se trata de una serpiente, el dolor y la ansiedad que experimenta se convierten en la trampa mortal que los budistas denominan “*samsara*”. Por suerte para Jack, su amiga Jill entra entonces en la habitación y se da cuenta de que Jack cree estar viendo una serpiente, por lo que enciende la luz y le explica que no se trata de ninguna serpiente, sino tan sólo de una corbata. La liberación y la libertad que experimenta Jack cuando se convence de no

correr ningún peligro es lo que los budistas denominan “*nirvana*”. Pero ese alivio se basa en la falacia de haber evitado un daño, aunque en el fondo no hubiera serpiente alguna amenazándole.

Es importante entender que al encender la luz y poner de relieve la inexistencia de serpiente alguna, Jill tampoco estaba diciéndole que hubiera ausencia de serpiente. Dicho en otras palabras, no pudo decirle que “la serpiente ha desaparecido” porque, de hecho, la serpiente jamás estuvo ahí. En este sentido, Jill no hizo desaparecer la serpiente, como Siddharta tampoco creó la vacuidad, por ello insistía en la imposibilidad de eliminar el sufrimiento de los demás. La liberación no puede ser concedida, como si se tratase de un premio, ni alcanzada parcialmente. Lo único que podía hacer era explicar, basándose en su propia experiencia, la inexistencia del sufrimiento, algo que para nosotros es como encender la luz.

Cuando Jill descubrió a Jack paralizado por el miedo, pudo hacer varias cosas diferentes. Pudo señalar directamente la inexistencia de la serpiente o emplear un medio hábil como sacar a la “serpiente” de la habitación. Pero si Jack se sentía tan aterrorizado que, aun con la luz encendida, era incapaz de diferenciar la serpiente de la corbata y, sobre todo, si Jill no hubiese sido lo suficientemente diestra, podría haber acabado empeorando todavía más las cosas. Si, por ejemplo, hubiese movido la corbata frente al rostro de Jack, éste podría haber muerto de un ataque al corazón, pero si, por el contrario, hubiese sido lo suficientemente hábil y se hubiese dado cuenta de que Jack se hallaba bajo los efectos de una ilusión, podría haber dicho: «Sí, veo la serpiente» y sacarla cuidadosamente de la habitación para que Jack se sintiera seguro. Tal vez entonces, cuando se hubiese relajado, habría podido acompañarle amablemente fuera y mostrarle que nunca hubo serpiente alguna.

Si Jack no hubiera entrado en la habitación o si no se hubiera equivocado, el episodio entero no hubiera existido. Pero puesto que ve una serpiente y se queda paralizado por el miedo, quiere una forma de escapar. Las enseñanzas de Siddharta nos proporcionan un camino para tal liberación. A veces, se conoce al *dharma* como un camino “santo”, aunque estrictamente hablando no haya, en él, divinidad alguna.

Un camino es un método o una herramienta que nos conduce desde un lugar hasta otro y, en el caso que nos ocupa, desde la ignorancia hasta la ausencia de ignorancia. Usamos la palabra “santo” o “venerable” porque la sabiduría del *dharma* puede liberarnos del miedo y del sufrimiento, que es el papel que suele desempeñar lo divino.

Nuestra experiencia cotidiana está llena de incertidumbres, alegrías, ansiedades y emociones ocasionales que se enrollan a nosotros como si de una serpiente se tratara. Nuestras esperanzas, nuestros miedos, nuestras aspiraciones y nuestra histeria establecen la oscuridad y las sombras que crean las condiciones adecuadas para que aparezca la ilusión de la serpiente. Como Jack, nosotros también vamos de un rincón a otro de la vida en busca de soluciones. El único propósito de la enseñanza de Siddharta consiste en ayudar a los cobardes como nosotros a entender que nuestro sufrimiento y nuestra paranoia están basados en una ilusión.

Aunque Siddharta careciese de varita mágica y de poder divino con las que eliminar el sufrimiento de los demás, era muy diestro en lo que respecta a encender la luz, proporcionándonos muchos caminos y métodos para descubrir la verdad. De hecho, en el budismo hay decenas de miles de caminos que se pueden seguir. ¿Por qué, pues, no simplificarlos en uno sólo? La razón es que del mismo modo que, para enfrentarnos a las diferentes enfermedades, necesitamos disponer de una amplia variedad de medicinas, también son

necesarios métodos muy diferentes a la hora de enfrentarnos a los distintos tipos de hábitos, culturas y actitudes. El camino que uno siga dependerá, en última instancia, del estado mental del discípulo y de la habilidad del maestro. En lugar de conmocionar a todo el mundo con la enseñanza directa de la vacuidad, Siddharta enseñó a sus discípulos métodos populares como la meditación y los códigos de conducta. «Haz lo correcto. No robes. No mientas.» Y, por ello mismo, también prescribió, dependiendo de la naturaleza del discípulo, diferentes niveles de renuncia y austeridad, desde afeitarse la cabeza hasta abstenerse de comer carne. Los caminos estrictos y aparentemente religiosos funcionan muy bien en quienes no pueden oír ni entender la vacuidad, así como también en aquellos otros cuya naturaleza es apta para el ascetismo.

¿CÓMO ENSEÑÓ EL BUDA?: EL *DHARMA* COMO PLACEBO

Hay quienes creen que la esencia del budismo se asienta en las reglas estrictas y en las acciones virtuosas, pero ése no es más que uno sólo de los componentes de los muchos métodos hábiles establecidos por el Buda. Él sabía perfectamente que no todo el mundo está capacitado para entender, desde el comienzo, las verdades últimas. Para muchos de nosotros es difícil entender conceptos tales como «el infierno no es más que la percepción de tu propia agresividad» y, mucho menos todavía, la noción de vacuidad. El Buda no quiere que Jack se quede atrapado en un “infierno” personal, pero no puede decirle que trabaje con sus percepciones y su agresividad, porque sabe que es un auténtico idiota. Por eso, por su propio bien, le enseña que hay un infierno externo y que para evitar caer en él y acabar en un caldero de hierro fundido, debe

abandonar las acciones y emociones negativas y poco virtuosas. Esas enseñanzas impregnan el entorno budista y muy a menudo vemos las paredes de los templos budistas pintadas con imágenes de reinos infernales llenos de cuerpos ardiendo y de aterradores desfiladeros llenos de agua helada que, según la capacidad del discípulo, serán interpretadas de manera literal o figurada. Quienes poseen capacidades superiores saben que la fuente de nuestro infierno cotidiano se deriva de nuestra percepción; saben que no hay día del juicio y que tampoco hay juez. Cuando Milarepa se refugió en el cuerno de yak, Rechungpa estaba a punto de convertirse en un gran maestro; tenía la capacidad de comprender intelectualmente la vacuidad y de *ver* realmente a Milarepa dentro del cuerno de yak, pero su realización se detuvo de repente, cuando estaba a punto de reunirse con su maestro. El objetivo final del Buda consiste en hacer comprender, tanto a Jack como a esos discípulos avanzados, la inexistencia de reino infernal alguno ajeno a nuestra agresividad y a nuestra ignorancia. Al reducir de manera provisional sus acciones negativas, Jack ya no sigue enredado en sus percepciones, dudas y paranoias.

El término *karma* es casi sinónimo de budismo. Habitualmente se entiende como una suerte de sistema moral de retribución —es decir, como “mal” *karma* o como “buen” *karma*—. Pero lo cierto es que el *karma* es simplemente una expresión de la ley de causa y efecto que nada tiene que ver con la moral ni con la ética. Nadie, incluyendo al mismo Buda, estableció la frontera que separa lo negativo de lo positivo. Cualquier motivación y acción que nos aleje de verdades tales como que «todas las cosas compuestas son impermanentes» pueden

tener consecuencias negativas o mal *karma*. Y cualquier acción, por el contrario, que nos acerque a la comprensión de verdades tales como que «todas las emociones son dolor» puede generar consecuencias positivas o buen *karma*. En última instancia, el Buda no juzgaba. Sólo uno puede realmente saber la motivación que alienta sus acciones.

En un debate con su discípulo Subhuti, Siddharta dijo: «Quienes ven al Buda como una forma y quienes lo escuchan como un sonido están equivocados», un punto en el que, cuatrocientos años más tarde, insistió el gran erudito budista indio Nagarjuna. En su famoso tratado sobre filosofía budista dedicó todo un capítulo a “analizar al Buda” y concluyó que, en última instancia, no existe ningún buda externo. Aun hoy en día es frecuente escuchar afirmaciones budistas que dicen cosas tales como que: «Si aparece un buda en tu camino, deberás matarle». Ésta, obviamente, es una afirmación figurada, porque nadie debe realmente matar a nadie. Lo único que quiere decir es que el Buda real no es un salvador externo que existe atado al tiempo y al espacio. Por otra parte, un hombre llamado Siddharta apareció en esta Tierra, caminó descalzo por las calles de Magadha mendigando limosna y llegó a ser conocido como Gautama el Buda. Este buda dio sermones, cuidó a los enfermos y visitó a su familia en Kapilavastu. La razón por la que los budistas no cuestionan que en el siglo -v existiera en la India –como algo opuesto a la moderna Croacia, por ejemplo– este buda es que tenemos registros históricos que durante siglos han servido, en la India, de fuente de inspiración. Él fue un gran maestro, el primero de un largo linaje de maestros y discípulos iluminados. Pero aunque el Buda no sea nada más que todo eso, no debemos olvidar que para los verdaderos buscadores, la inspiración lo es todo.

Siddharta empleó muchos medios hábiles para inspirar a sus seguidores. Un buen día un monje, advirtiendo un roto en la túnica del Buda Gautama, se ofreció a coserla, pero el Buda rehusó amablemente su ofrecimiento y siguió caminando y pidiendo limosna con la túnica rota. Luego se dirigió hacia casa de una mujer muy pobre, intrigando a los demás monjes, que sabían que no tenía limosna alguna que ofrecerles. Pero cuando ella observó su túnica rota y se ofreció a zurcirla con el poco hilo que tenía, Siddharta aceptó su ofrecimiento diciendo que su virtud le permitiría renacer en la próxima vida como una reina de los cielos. Muchas personas que oyeron esta historia se sintieron inspiradas a emprender acciones tan generosas como la de esa mujer.

En otro caso, Siddharta advirtió a un carnicero que matar generaba *karma* negativo. Pero el carnicero dijo: «No sé hacer otra cosa. Ése es mi modo de ganarme la vida». Siddharta le respondió entonces que, al menos, hiciera la promesa de no matar desde la puesta del Sol hasta la salida del Sol. Y si bien, con ello, no le daba permiso para matar durante el día, estaba conduciéndole a reducir gradualmente sus actos negativos. Éstos son dos ejemplos de los medios hábiles empleados por el Buda a la hora de enseñar el *dharma*. Él no le dijo a la mujer pobre que iría al cielo por haberle zurcido la túnica, como si él fuese alguien sagrado, sino que era su generosidad la que era sagrada.

Uno podría pensar que esto es una paradoja, porque parece que el Buda afirmase su propia inexistencia y vacuidad y, al mismo tiempo, enseñase la importancia de la moralidad y de la salvación. Pero todos esos métodos son necesarios a fin de no asustar a quienes no están preparados para enfrentarse a la vacuidad. Así es como nos tranquilizamos y preparamos de cara a recibir las verdaderas enseñanzas. Es como decir que *hay* una serpiente y arrojar la corbata por la ventana. Los

métodos que utilizamos a lo largo del camino deben ser finalmente abandonados, como uno abandona el bote al desembarcar en la otra orilla. Del mismo modo que al llegar a la otra orilla debemos abandonar el barco, uno también debe abandonar el budismo cuando llega el momento de la realización total. El camino espiritual es una solución provisional, un placebo que sólo debe ser empleado hasta entender la vacuidad.

LOS BENEFICIOS DE LA COMPRESIÓN

Tal vez el lector se pregunte: «¿Pero cuáles son los beneficios que conlleva la comprensión de la vacuidad?». Cuando uno entiende la vacuidad sigue valorando todas las apariencias que parecen existir, pero sin identificarse con las ilusiones como si fuesen reales y sin la desilusión consiguiente del niño que trata de llegar al final del arco iris. En tal caso uno ve más allá de las ilusiones y se da cuenta de que es el yo quien las ha creado. Uno todavía puede sentirse emocionado, triste, enfadado o apasionado, pero con la certeza de quien está viendo una película sin olvidar lo que es, en cuyo caso, sus expectativas y miedos se debilitan, como quien sabe que la serpiente no es más que una corbata.

Cuando todavía no hemos realizado la vacuidad, es decir, cuando aún no sabemos que las cosas son ilusorias, el mundo parece real, tangible y sólido. Y, del mismo modo, nuestros miedos y nuestras expectativas también parecen muy sólidos e incontrolables. Si, por ejemplo, usted cree en la familia, tendrá la expectativa arraigada de que sus padres le cuidarán, una confianza que no deposita en la persona que acaba de conocer, porque esa persona no tiene con usted ninguna obligación. La comprensión de la vacuidad nos permite advertir la interdependencia de todos los fenómenos y abre así un espa-

cio para la relación. Así pues, en la medida en que uno empieza a ver las distintas experiencias, presiones y circunstancias moldeadas por sus padres, sus expectativas al respecto cambian y disminuye la desilusión. Y, de igual forma, la comprensión de la interdependencia permite a los padres reducir las expectativas que depositan en sus hijos, lo que suele interpretarse como amor. Sin esa comprensión, las expectativas y exigencias pueden acabar sofocando incluso las mejores intenciones de amar y cuidar de nuestros hijos.

De manera parecida, cuando uno comprende la vacuidad, pierde interés y desarticula las trampas y creencias erigidas por la sociedad, como los sistemas políticos, la ciencia y la tecnología, la economía global, la sociedad libre y las Naciones Unidas; entonces es como un adulto que ha dejado de interesarse por los juegos de niños. Durante muchos años había confiado en esas instituciones y había creído que podían triunfar donde habían fracasado los sistemas del pasado. Pero no, por ello, el mundo se ha convertido en un lugar más tranquilo, agradable y seguro.

Con todo esto no estoy abogando por un alejamiento de la sociedad. Comprender la vacuidad no significa “pasar de todo”. Entonces es, muy al contrario, cuando aparece un sentimiento auténtico de responsabilidad y compasión. Si Jack está gritando y montando un escándalo pidiendo que dejen de meter serpientes en su casa y usted sabe que se debe a una mera ilusión, puede empatizar más fácilmente con él. Tal vez los demás no sean tan clementes, pero usted puede encender, en un intento de ayudarlo, algunas luces. En ese momento, todavía puede luchar por los derechos individuales, trabajando y militando en el sistema, pero cuando la situación cambia, ya sea a favor o en contra, está preparado. Ya no cree ciegamente en la necesidad de materializar todos sus deseos y expectativas y tampoco está tan atrapado en los resultados.

Con mucha frecuencia decidimos permanecer en la oscuridad. No podemos ver las ilusiones que creamos en nuestra vida cotidiana, porque no tenemos el valor de romper la red en la que estamos atrapados. Pensamos que estamos bien o que, si seguimos adelante, no tardaremos en estarlo. Es como si hubiésemos entrado en un laberinto del que conocemos un solo camino y no quisiéramos aventurarnos a explorar otros, porque creemos que tenemos mucho que perder. Tenemos miedo de que si vemos el mundo desde la perspectiva de la vacuidad, podamos vernos expulsados de la sociedad, perder nuestra respetabilidad y, con ella, nuestros amigos, nuestra familia y nuestro trabajo. Pero el atractivo seductor del mundo ilusorio no nos sirve, porque también es algo construido. Continuamente nos vemos bombardeados por mensajes sobre jabones que nos hacen oler a rosas y por dietas milagrosas, como la Beach Diet, mensajes que insisten en que la democracia es el único sistema de gobierno y que tal o cual vitamina nos hará más fuertes. Rara vez escuchamos más de una sola de las caras de la verdad, y en las contadas ocasiones en que lo hacemos, suele estar escrita en letra pequeña. Nadie ha visto todavía a George W. Bush yendo a Iraq a decir algo así como que «la democracia de los Estados Unidos podrá o no funcionar en su país».

Como los niños en el cine, estamos atrapados en la ilusión. De ahí se derivan toda nuestra vanidad, ambición e inseguridad. Nos enamoramos de las ilusiones que creamos y nos sentimos desproporcionadamente orgullosos de nuestra apariencia, de nuestras posesiones y de nuestros logros. En este sentido, es como si llevásemos una máscara y nos envaneeciésemos de ella.

Hubo una vez quinientos monos, uno de los cuales se creía muy inteligente. Cierta noche, ese mono, viendo sobre la superficie del lago el reflejo de la Luna, fue a despertar rápi-

damente a sus compañeros diciéndoles: «La Luna ha caído en el lago. Si conseguimos sacarla, seremos los héroes que han salvado a la Luna». Al principio, los demás monos no le creyeron, pero cuando vieron lo que estaba ocurriendo con sus propios ojos, se aprestaron a salvarla. Para ello treparon todos a la rama de un árbol y, desde ahí, fueron descendiendo agarrándose a la cola de uno de sus compañeros. Pero cuando el último de ellos estaba a punto de coger la Luna, la rama se rompió y todos cayeron al lago y, como no sabían nadar, empezaron a luchar con el agua, mientras veían cómo la imagen de la Luna iba rompiéndose en pedazos al ritmo de las olas creadas por sus desesperados intentos de mantenerse a flote. Nosotros somos como esos monos, movidos por el hambre de originalidad y fama, creyéndonos muy inteligentes por hacer tantos descubrimientos e, impulsados por el deseo de ser más inteligentes y más visionarios que los demás, tratando de convencer a nuestros semejantes para que vean lo que vemos y piensen lo que pensamos. Alentamos todo tipo de pequeñas ambiciones, como el deseo de impresionar a una chica, o de grandes ambiciones, como la de llegar a Marte, y una y otra vez, acabamos con el agua hasta el cuello, sin saber nadar y sin tabla de salvación alguna a la que agarrarnos.

Después de comprender la vacuidad, Siddharta no tenía preferencia alguna y le daba lo mismo sentarse sobre la hierba *kusha* y a la sombra del árbol *bodhi* que sobre los cojines de seda de palacio. La importancia que solemos atribuir a los cojines de hilo de oro no es más que el mero fruto de nuestra ambición y de nuestro deseo. De hecho, un ermitaño de las montañas se encontraría más a gusto sobre la hierba *kusha*,

porque uno no tiene que rociarla con repelente para que los gatos no la arañen con sus garras, y cuando se estropea, basta simplemente con cambiarla. Y como la vida de palacio está llena de “cuestiones preciosas” que requieren muchos cuidados, estoy seguro de que si se viera obligado a elegir, Siddharta no tendría la menor duda en inclinarse por la alfombrilla de hierba.

Los seres humanos creemos que la amplitud de miras es una virtud. Con el fin de ampliar nuestra mente es importante que no nos aferremos a lo que nos hace sentir más cómodos y a lo que estamos acostumbrados. Para ello conviene ir más allá de las normas y no quedarnos atrapados en los límites habituales de la lógica. Si tenemos el valor de ir más allá de las fronteras habituales, nos daremos cuenta de que la vacuidad es sumamente sencilla. Entonces dejará de sorprendernos que Milarepa se refugie dentro del cuerno de un yak y nos parecerá tan normal como ver a alguien poniéndose un par de guantes. El problema radica en nuestra identificación con la lógica, la gramática, el alfabeto y las ecuaciones viejas. Cuando nos damos cuenta de la naturaleza compuesta de todos esos hábitos, podemos trascenderlos. Lo único que necesitamos es la información oportuna y aprovechar la ocasión en que se hallen presentes las condiciones adecuadas. Entonces podremos darnos súbitamente cuenta de la flexibilidad de todas las herramientas en las que confiamos y nuestro punto de vista experimentará un súbito cambio. Si alguien en quien usted confía le dice que su esposa, la mujer con la que tanto se ha peleado, es, en realidad, una diosa de la abundancia disfrazada, seguro que la verá con ojos nuevos. Y si, mientras está disfrutando de cada uno de los bocados de un buen filete aderezado con todo tipo de apetitosas salsas en un hermoso restaurante, se acerca el camarero y le dice que está hecho de carne humana, su experiencia experi-

mentará un giro de ciento ochenta grados y el disfrute dejará súbitamente paso a la repugnancia.

Cuando uno despierta después de haber soñado con quinientos elefantes, no se pregunta cómo pudieron caber en su habitación, porque no existieron ni antes, durante ni después del sueño. Mientras soñaba con ellos, sin embargo, eran completamente reales. Llegará el día en que comprenderemos, no sólo de manera intelectual, que todo es relativo y que no existen cosas tales como “grande”, “pequeño”, “ganancia” ni “pérdida”. Entonces entenderemos cómo pudo meterse Milarepa dentro del cuerno del yak y cómo un tirano como Ashoka acabó postrándose y sometiéndose a esta verdad.

4. EL NIRVANA ESTÁ MÁS ALLÁ DE LOS CONCEPTOS

Según los budistas, antes de la existencia en la que alcanzó la iluminación, Siddharta vivió incontables vidas como pájaro, mono, elefante, rey, reina y *bodhisattva*, un ser cuyo único objetivo consiste en superar la ignorancia para poder así beneficiar a todos los seres. En su última vida como el príncipe indio Siddharta, sin embargo, derrotó a Mara bajo el árbol *bodhi* y llegó finalmente a la orilla que se encuentra del otro lado del *samsara*, el estado conocido como *nirvana*. Después de alcanzar el *nirvana*, pronunció su primer sermón en Sarnath, cerca de Varanasi, y durante el resto de su larga vida, siguió enseñando por todo el Norte de la India a una cohorte de discípulos compuesta por monjes, monjas, reyes, señores de la guerra, cortesanos y mercaderes. A lo largo de todo ese tiempo fueron muchos los miembros de su familia que se convirtieron en renunciantes, incluidos su esposa Yashodhara y su hijo Rahula. Pero por más que haya sido venerado como un ser humano excepcional por muchas personas procedentes de toda la India y más allá incluso de ella, no fue inmortal y, tras una larga vida de enseñanza, murió en un lugar llamado Kushinagar, momento en el cual fue más allá del *nirvana* y se adentró en un estado conocido como *parinirvana*.

EL CIELO, ¿LAS ÚLTIMAS VACACIONES?

El *nirvana*, la iluminación, la liberación, la libertad y el cielo son palabras más utilizadas que comprendidas. ¿Cómo podría uno entrar en esos estados? Aunque todos sepamos que el *nirvana* es diferente de los cielos, ambos términos comparten, sin embargo, significados muy parecidos. El *nirvana* y el cielo son los lugares a los que supuestamente vamos cuando morimos después de muchos años de pagar deudas, trabajar y ser buenos ciudadanos. En el cielo encontraremos a muchos de nuestros viejos amigos, porque es el lugar donde se congregan los muertos que han sido “buenos”, mientras que los no tan buenos se ven obligados a sufrir las penalidades del infierno. Allí tendremos finalmente la ocasión de descubrir los misterios de la vida, de concluir las situaciones inconclusas, de resolver nuestros problemas e incluso de ver nuestras vidas pasadas, mientras angelotes asexuados revolotean a nuestro alrededor, burlándose de nosotros. Ahí se verán, por fin, satisfechas todas nuestras necesidades y nuestros deseos y todo el mundo cumplirá las reglas. Por ello será innecesario cerrar las ventanas y las puertas y tampoco parece probable que necesitemos policía; y en el caso de que haya algún político, será honesto y podremos confiar en él. Todo será maravilloso y se asemejará a un complejo residencial para jubilados. Quizá haya quienes imaginen que se trata de un lugar inmensamente grande, iluminado con la más pura de las luces y lleno de arcos iris y de nubes, sobre las que descansaremos en un estado beatífico ejercitando nuestros poderes de clarividencia y omnisciencia. Y como todos estaremos muertos, no habrá ningún miedo a la muerte, porque no tendremos nada que perder y sólo nos preocuparemos por nuestra familia y los seres queridos que hayamos dejado atrás.

Pero Siddharta dijo que todas esas visiones de la vida después de la muerte son meras fantasías. Considerada con más detenimiento, esa imagen típica de los cielos no es tan atractiva como parece, y lo mismo sucede con la iluminación. Tengamos en cuenta que la jubilación, la luna de miel y las vacaciones sólo resultan placenteras si no duran más de la cuenta porque, en caso contrario, empezamos a sentir nostalgia de nuestra casa. Y es que sin conciencia del sufrimiento y del riesgo, la vida puede resultar muy aburrida. En el mismo momento, sin embargo, en que reconocemos la existencia de tales cosas, nos hallamos ante una encrucijada, ser condescendientes con los demás o sentir empatía por ellos, algo que, por cierto, no tiene nada de celestial. En el mundo podemos ver películas de detectives, de suspense y hasta películas eróticas, pero en el cielo no podríamos disfrutar del lenguaje sugestivo ni de vestidos provocativos, porque si somos omniscientes, sabemos perfectamente lo que hay detrás de todo ello. En este mundo podemos irnos de fiesta la noche del viernes tras una dura semana de trabajo; podemos disfrutar de las diferentes estaciones e instalar el último programa en nuestro ordenador; podemos abrir el periódico matutino, enterarnos de las cosas terribles que suceden e imaginar lo que haríamos si el mundo estuviera en nuestra manos. Y todo ello a pesar de que muchos de esos “sencillos placeres” sean verdaderos problemas. A fin de cuentas, si estamos viendo un partido de fútbol por televisión con una cerveza en la mano durante un par de horas sin poder hacer otras cosas, somos vulnerables a las interrupciones, tenemos que comprar la conexión y el aperitivo, nuestra tasa de colesterol puede subir y hasta corremos el riesgo de sufrir un ataque al corazón cuando el equipo contrario marca un gol.

La iluminación que imaginamos, por el contrario, es una zona segura e inmutable. Pero ¿cómo nos sentiríamos en un

estado en el que no hubiera dificultad alguna? Tengamos en cuenta que en tal caso desaparecerían muchas de las emociones, de los logros y de las diversiones a las que solemos atribuir nuestra felicidad. No sería de extrañar que los fans de Eminem acabasen aburriéndose de la música de las arpas celestiales y quisieran disfrutar de su último álbum y de su habitual lenguaje ofensivo. Si la iluminación fuese como solemos imaginarla, no podríamos disfrutar de las películas de suspense, porque nuestra omnisciencia arruinaría toda sorpresa y carecería también de todo sentido ir a las carreras de caballos, ya que siempre sabríamos cuál iba a ser el ganador.

La inmortalidad es otro de los rasgos que habitualmente atribuimos a la iluminación y a los cielos. En este sentido, creemos que cuando llegemos a nuestro hogar en las nubes, viviremos eternamente. Pero ése no deja de ser un callejón sin salida, porque si bien tendríamos lo que siempre habíamos soñado, no habría sorpresa, satisfacción, libertad ni forma alguna de salir de ahí, pues ya no lo necesitaríamos. Dicho en otras palabras, desde nuestra perspectiva actual ese estado se asemeja mucho al aburrimiento.

A pesar de todo, la mayoría de nosotros no analizamos críticamente nuestra versión de la vida después de la muerte y preferimos seguir considerándolo de un modo un tanto indefinido como un buen lugar de descanso. Para muchas personas, la iluminación se asemeja bastante a una residencia permanente. También hay quienes piensan en la posibilidad de regresar a la Tierra como una suerte de deidad con poderes superiores a los mortales y poseedor de una especie de pasaporte diplomático que les confiere un tipo de inmunidad angélica para arreglar los visados de sus seres queridos y llevárselos consigo. Pero ¿no pondría todo eso en problemas a los cielos cuando alguno de los recién llegados tuviera sus propias costumbres como llevar, por ejemplo, calcetines vis-

tosos que distrajesen a otros seres celestiales? ¿Qué versión de la fe, por otra parte, prevalecería si todas las “buenas personas” pudieran acceder a los cielos o al *nirvana*?

Independientemente del modo en que lo definamos, el objetivo último de todo ser humano es la felicidad. No debe de sorprendernos, pues, que la felicidad ocupe un papel tan importante en cualquier definición de los cielos o de la iluminación, porque la vida después de la muerte siempre incluye alguna que otra forma de conseguir aquello por lo que siempre hemos luchado. Hablando en términos generales, nuestra visión personal de los cielos se asemeja mucho al lugar en el que ahora vivimos, con la salvedad de que es más sofisticado y de que, en él, las cosas funcionan mejor.

LA FELICIDAD NO ES EL OBJETIVO

Muchos de nosotros creemos que el objetivo último del camino espiritual sólo se alcanza después de esta vida. Y es que, puesto que estamos atrapados en un entorno y en un cuerpo impuros, si queremos alcanzar la perfección, debemos morir. Sólo tras la muerte podemos experimentar el estado divino o iluminado. Lo mejor que podemos hacer en esta vida es prepararnos para ello, porque lo que ahora hagamos determinará nuestro destino futuro en el cielo o en el infierno. Hay quienes han perdido ya toda esperanza; creen que han sido malos y que, por tanto, no merecen ir a los cielos o, dicho de otro modo, que están condenados al infierno. De manera parecida, muchos budistas saben intelectualmente que todo el mundo posee la misma capacidad y naturaleza que el Buda Gautama, pero se sienten emocionalmente incapacitados para acceder –al menos en esta vida– a la iluminación.

Para Siddharta, el estado último de descanso en los cielos o el *nirvana* no radica en un lugar físico concreto, sino que supone, muy al contrario, la liberación de la camisa de fuerza de la ilusión. Y si el lector insistiera en la necesidad de establecer un lugar físico concreto, deberíamos responderle que se trata del mismo lugar en el que ahora se encuentra. Dado que Siddharta se sentó sobre un cojín de hierba *kusha* colocado sobre una piedra plana bajo un árbol *bodhi* en el estado indio de Bihar, son muchas las personas que en la actualidad peregrinan hasta ese emplazamiento. Pero esa libertad no es exclusiva de Siddharta, sino que está, en esta vida, al alcance de cualquiera. Todo depende del coraje, de la sabiduría y de la diligencia del individuo en cuestión, una capacidad que se halla al alcance de todos los seres, incluidos quienes están atrapados en los reinos infernales.

El objetivo de Siddharta no consistió en el logro de la felicidad, sino, muy al contrario, en la liberación del sufrimiento, de la ilusión y de la confusión. El *nirvana*, pues, trasciende toda noción dualista y no tiene, en consecuencia, nada que ver con la felicidad ni con la infelicidad. El *nirvana* es la paz. El objetivo de la enseñanza impartida por Siddharta apunta a liberar a las personas que, como Jack, tienen miedo a las serpientes. Esto significa que para que Jack se libere, debe entender que no hay serpiente alguna que le amenace; debe darse cuenta de que no existe ninguna serpiente, sino tan sólo una corbata de Giorgio Armani. El objetivo de Siddharta, dicho en otras palabras, consiste en liberar a Jack del sufrimiento y ayudarlo a darse cuenta de la inexistencia de causa alguna que provoque el sufrimiento.

La simple comprensión de la verdad nos permite acceder a la iluminación. En la medida en que entendemos esta verdad, podemos avanzar a través de los distintos estadios de la iluminación que reciben el nombre de “tierras del *bodhisattva*”. Si

durante una representación teatral, por ejemplo, un niño se asusta por la presencia de un monstruo terrible, podemos tranquilizarle presentándole al actor que lo interpreta. Por el mismo motivo, cuando vemos lo que hay detrás de todos los fenómenos, comprendemos la verdad y, de ese modo, nos liberamos. Aunque el actor sólo se quite la máscara, el miedo disminuye, en cuyo caso la comprensión parcial de la verdad va acompañada de la correspondiente liberación.

Por más que un artista pueda coger un pedazo de mármol y esculpir una hermosa mujer, no experimenta pasión alguna por esa imagen. Pero nosotros, como Pigmalión con su estatua de Galatea, creamos a nuestros amigos y a nuestros enemigos y olvidamos luego lo que hemos hecho. Es nuestra falta de atención la que acaba confiriendo solidez a nuestras creaciones en las que cada vez nos enredamos más. Únicamente cuando somos conscientes, no sólo de manera intelectual, de que ésa es una creación nuestra, nos liberamos.

Aunque la felicidad se considera un mero concepto, los textos budistas describen la iluminación con expresiones tales como *gran beatitud*. El *nirvana* puede ser entendido como un estado de gozo, porque la ausencia de confusión, de ignorancia, de felicidad y de desdicha es la beatitud. Pero ver que la fuente de la confusión y de la ignorancia (en nuestro caso, la serpiente) jamás ha existido, es todavía mejor. Es cierto que cuando uno despierta de una pesadilla, experimenta una gran liberación, pero la verdadera beatitud consistiría en no haber soñado siquiera. En este sentido, la beatitud es muy distinta de la felicidad. Por eso, Siddharta insistía a sus seguidores en la inutilidad, si realmente querían liberarse del *samsara*, de buscar la paz o la felicidad, tanto en éste como en el otro mundo.

LA TRAMPA DE LA FELICIDAD

El Buda tenía un primo llamado Nanda, que amaba profunda y apasionadamente a una de sus esposas. Ambos estaban tan enamorados que no se separaban ni de noche ni de día. El Buda, sabiendo que había llegado ya el momento de que su primo despertase, se encaminó a pedir limosna a su palacio. Nanda solía estar tan ocupado con su amante que despachaba sin contemplaciones a los visitantes, pero el Buda tenía una influencia muy especial debido a las muchas vidas en que no había pronunciado una sola mentira, un mérito que le había otorgado el poder de la persuasión. Por este motivo, cuando el guardia entregó a Nanda el mensaje de que el Buda llamaba a su puerta, se levantó a regañadientes de su nido de amor, dispuesto a saludar a su primo. Antes de abandonar el lecho conyugal, sin embargo, su esposa mojó su pulgar con saliva y, trazando con él un círculo en su frente, le apremió a volver antes de que se secara. Pero cuando Nanda estaba a punto de entregarle su limosna, el Buda le invitó a que le acompañara a ver algo extraordinario. Y por más que Nanda trató de encontrar una excusa para rechazar la invitación de su primo, se vio finalmente obligado a plegarse a su insistencia.

Ambos se dirigieron entonces hacia una montaña cercana en la que vivían muchos langures, entre los cuales destacaba una hembra especialmente fea que tenía un solo ojo. Una vez allí, el Buda le preguntó a Nanda: «¿Quién es más hermosa, tu esposa o esta mona?», a lo que Nanda replicó que, obviamente, era su esposa y a continuación empezó a enumerar todas sus gracias. Mientras iba hablando, recordó que el círculo que ella había trazado en su frente hacía mucho que se había secado y quiso regresar a palacio. Pero el Buda se lo llevó entonces consigo hasta el cielo Tushita, un lugar adornado con todo tipo de riquezas y cientos de hermosas diosas. Una vez ahí, el Buda

le preguntó: «¿Quién es más hermosa, tu esposa o estas diosas?». En esta ocasión, Nanda se vio obligado a responder que comparada con esas diosas, su esposa parecía una mona. Entonces el Buda le mostró un hermoso sitial que permanecía vacío en medio de todos los tesoros, las diosas y los guardianes. Atemorizado, Ananda preguntó: «¿De quién es ese trono?», y el Buda le invitó a que se lo preguntara a las diosas, quienes respondieron: «En la Tierra, hay un hombre, llamado Nanda, que no tardará en convertirse en monje y cuyas buenas acciones le llevarán a renacer en los cielos. A él está reservado este trono para que podamos servirle», y al escuchar eso, Nanda imploró al Buda que le ordenase monje.

Cuando volvieron al mundo, Nanda se convirtió en monje. Luego el Buda visitó a otro primo suyo, llamado Ananda, y le pidió que se asegurase de que ningún monje se acercase a Nanda. «No os mezcléis con él –le dijo–, porque vosotros tenéis intenciones diferentes y, puesto que vuestras visiones son diferentes, también lo serán vuestras acciones. Vosotros anheláis la iluminación, mientras que él está buscando la felicidad.» Así fue como los monjes evitaron a Nanda que, triste y solitario, llegó incluso a pensar en la posibilidad de abandonar la comunidad. Entonces fue cuando el Buda le pidió que le acompañara de nuevo; en esta ocasión, viajaron a un reino infernal, donde presenciaron todo tipo de torturas. Toda la actividad del infierno giraba en torno a un enorme caldero bullente. El Buda le invitó entonces a preguntar qué era lo que estaban haciendo. «Hay, en la Tierra –respondieron–, un hombre llamado Nanda, que actualmente es monje. Durante mucho tiempo anhelaba los cielos, pero desde que cortó la raíz del *samsara*, está demasiado atrapado en el disfrute del reino de los cielos y no parece dispuesto a acumular más méritos positivos. Si sigue así, sus méritos se agotarán y acabará sumido en este caldero.»

En ese mismo instante, Nanda se dio cuenta de la necesidad de renunciar no sólo a la infelicidad, sino también a la felicidad.

La historia de Nanda ilustra perfectamente el modo en que nos quedamos habitualmente atrapados en las situaciones placenteras. Como Nanda, nosotros también estamos dispuestos a renunciar a la felicidad por otra felicidad todavía mayor. Por eso, aunque la mona de un solo ojo reforzó su idea de la belleza suprema de su esposa, no dudó en renunciar a ella en cuanto vio a las diosas. Así pues, si asimilamos la iluminación a la felicidad, podría ser fácilmente descartada apenas apareciese una felicidad mayor. Parece, pues, que la felicidad es una premisa demasiado frágil sobre la que asentar la propia vida.

Los seres humanos tendemos a pensar en seres iluminados dentro de nuestro propio contexto. Es mucho más fácil imaginar a un ser hipotéticamente iluminado a una distancia remota que un ser iluminado presente y vivo, porque, de ese modo, podemos imaginárnoslo como alguien sobrehumano. Hay quienes creen en la posibilidad de alcanzar la iluminación trabajando duramente. Desde esa perspectiva, sin embargo, es muy probable que entendamos que “esforzarnos” signifique sacrificar, durante millones de vidas, todo tipo de bienes. Esas ideas pueden aparecer cuando pensamos en ellas, pero la mayor parte del tiempo no solemos prestarles la menor atención, ya que resulta demasiado agotador. Cuando vemos las dificultades que entraña el desembarazarnos de nuestros hábitos mundanos, la iluminación se nos antoja muy lejana. ¿Cómo podríamos abandonar los hábitos de la pasión, la ira y la negación si ni siquiera podemos dejar de fumar? La mayoría de las personas tienen tan poca confianza en sí mismas que esperan que un sabio o un *gurú* haga

el trabajo por ellos. Pero todo este pesimismo se revela superfluo cuando disponemos de la información correcta sobre la verdad de la interdependencia y la disciplina necesaria para llevarla a la práctica.

LA ESPERANZA Y LA PUREZA PRIMORDIAL

La iluminación, como el conocimiento logrado a través de la experiencia, trasciende toda duda. Debemos darnos cuenta de que las manchas y confusiones que obstaculizan nuestra iluminación no son permanentes y nunca dejan de ser, por más resistentes que parezcan, fenómenos compuestos y, por tanto, inestables. Entender que los fenómenos compuestos son dependientes y que, en consecuencia, pueden ser controlados, nos permite advertir su naturaleza impermanente y reconocer la posibilidad de erradicarlos.

Nuestra verdadera naturaleza se asemeja a un vaso y nuestras manchas y oscurecimientos son las manchas que, en él, dejan la suciedad y las huellas de los dedos. En el momento en que lo compramos, el vaso es transparente, pero cuando se ensucia, la mente ordinaria no cree que *está* sucio, sino que considera erróneamente que *es* sucio. Pero como la suciedad y las huellas de los dedos no forman parte de la naturaleza intrínseca del vaso, pueden ser eliminadas. Si el vaso fuera esencialmente sucio, no tendríamos más alternativa que des-embrazarnos de él, porque la suciedad y el vaso serían una sola cosa, un vaso sucio, y ése no es el caso. La suciedad, las huellas y muchas otras sustancias aparecen en el vaso debido a una serie de circunstancias, o, dicho de otro modo, no son definitivas, sino provisionales. Son muchos los métodos diferentes a los que podemos apelar para limpiar el vaso.

Podemos lavarlo en un río, en el fregadero o en el lavavajillas y también podemos pedirle a nuestra criada que lo lave. Pero independientemente del método que empleemos, no se trata de eliminar el vaso, sino tan sólo la suciedad que hay en él. Existe una gran diferencia entre lavar el vaso y lavar la suciedad. Quizás alguien diga que esa diferencia es estrictamente semántica y que cuando afirmamos haber lavado el vaso, lo único que queremos decir es que hemos limpiado sus impurezas, algo con lo que Siddharta estaría completamente de acuerdo. Pero si, por el contrario, creemos que la suciedad enturbia la naturaleza del vaso, estaremos muy equivocados. La verdad es que el vaso no tiene manchas inherentes y que, cuando eliminamos la suciedad, no se ve transformado y sigue siendo el mismo que cuando lo compramos.

Cuando, del mismo modo, cuestionamos nuestra capacidad para alcanzar la iluminación basándonos en la creencia de que somos seres esencialmente ignorantes o enojados, estamos pensando que nuestra verdadera naturaleza es permanentemente impura y maculada. Pero, como sucede en el ejemplo del vaso, esas emociones no forman parte de nuestra verdadera naturaleza, eso es algo que hemos ido acumulando debido a una serie de situaciones desfavorables como, por ejemplo, juntarnos con personas no virtuosas o no entender las consecuencias de nuestras acciones. El budismo denomina “naturaleza búdica” a la ausencia primordial de mancha alguna, es decir, a nuestra naturaleza básicamente inmaculada. Pero las manchas y emociones resultantes están tan arraigadas y llevan tanto tiempo con nosotros que han acabado convirtiéndose en una especie de segunda naturaleza que enturbia nuestra transparencia original. No es sorprendente, por tanto, que nos desalentemos.

Con el fin de recuperar la esperanza, quienes siguen el camino budista pueden empezar pensando: «Mi vaso puede

ser limpiado» o «Mi ser puede verse purificado de la negatividad». Pero ésa es la misma forma ingenua de pensar en las situaciones que utilizaba Jack cuando consideraba necesario eliminar la serpiente. Antes, pues, de advertir la naturaleza verdadera y primordial de las cosas, es necesario dar un paso atrás; porque si no podemos percibir la pureza preexistente de todos los fenómenos, sí debemos, al menos, creer en la posibilidad de alcanzar el estado puro. Como Jack queriendo desembarazarse de la serpiente, nosotros queremos desembarazarnos de los oscurecimientos y tenemos el coraje de intentarlo, dado que reconocemos que tal cosa es posible. Basta simplemente con aplicar el remedio adecuado que nos permita debilitar las causas y condiciones que facilitan la aparición de las manchas o, por el contrario, fortalecer su opuestos (generando, por ejemplo, el amor y la compasión necesarios para superar la ira). Al igual que nuestro entusiasmo por lavar los platos se deriva de la confianza en que, finalmente, podremos tener un vaso limpio, el entusiasmo por eliminar los oscurecimientos se deriva también de la confianza en nuestra “naturaleza búdica”. Confiamos en la posibilidad de limpiar los platos sucios en el lavavajillas, pues sabemos que es posible eliminar los restos de comida, pero si alguien nos pidiera que lavásemos el carbón hasta tornarlo blanco, nuestro entusiasmo y confianza serían muy diferentes.

UN RAYO DE LUZ EN MEDIO DE LA TEMPESTAD DE LA NOCHE

Pero ¿cómo podemos reconocer –sumidos, como estamos, en la ignorancia, la oscuridad y la confusión– nuestra “naturaleza búdica”? Cuando los pescadores se hallan perdidos en el mar, el primer atisbo de esperanza consiste en ver el res-

plandor de un rayo de luz en medio de la tempestad de la noche ya que, dirigiendo la proa hacia ella, pueden acercarse al faro, la fuente de la luz. El amor y la compasión son como la luz que emana de la “naturaleza búdica”. Inicialmente, la “naturaleza búdica” no es más que un concepto que se encuentra más allá de nuestro alcance, pero si despertamos el amor y la compasión, podremos acercarnos a ella. Quienes se hallan sumidos en la oscuridad de la codicia, el odio y la ignorancia, están tan alejados que pueden llegar a creer que es inexistente. Pero incluso en las personas más oscuras y violentas, hay destellos esporádicos, breves y difusos, de amor y compasión. Y si prestan atención a esos atisbos fortuitos y emplean su energía para acercarse a la luz, todo el mundo puede acabar descubriendo su “naturaleza búdica”.

Por eso, el amor y la compasión son considerados como el camino más seguro hacia la total ausencia de ignorancia. El primer acto de compasión de Siddharta sucedió durante una anterior encarnación en un lugar improbable, no como *bodhisattva*, sino como morador de un reino infernal en el que se cayó debido a un mal *karma*. A lo largo de esa existencia, él y un compañero se vieron obligados a arrastrar un carro a través de los fuegos del infierno, mientras un demonio les golpeaba despiadadamente. Siddharta era muy fuerte, pero su compañero era muy débil y, precisamente por ello, era castigado con más crueldad, una situación que despertó en él la primera punzada de compasión.

Entonces Siddharta suplicó al demonio que le permitiera llevar la carga de ambos. Enfadado, el demonio golpeó a Siddharta en la cabeza hasta que murió, para renacer en un reino superior. Así fue como la chispa que había provocado su muerte, siguió madurando en encarnaciones posteriores.

Pero son muchos, además del amor y la compasión, los caminos de que disponemos para acercarnos a la realización

de nuestra “naturaleza búdica”. La simple comprensión intelectual de la bondad básica de todos los seres, por ejemplo, nos acerca a ella. Es como si hubiésemos perdido un precioso anillo de diamantes, pero supiésemos que está en nuestro pecho y no en el interior de una remota montaña.

Aunque utilicemos palabras como “logro”, “deseo” y “oración” para referirnos a la iluminación, ésta no procede de ninguna fuente externa. Resultaría mucho más adecuado decir que, en tal caso, “descubrimos” una iluminación que siempre ha estado presente y que forma parte de nuestra verdadera naturaleza. En este sentido, nuestra verdadera naturaleza es como una estatua de oro que todavía está en el molde, que se asemeja a nuestra ignorancia y a nuestras manchas. Del mismo modo que el molde no forma parte de la estatua, nuestra ignorancia y nuestra emoción tampoco forman parte de nuestra naturaleza, de nuestra pureza primordial. La estatua sólo se revela cuando se rompe el molde y, de la misma manera, nuestra naturaleza esencial sólo se pone de manifiesto cuando se eliminan nuestras manchas. Pero es muy importante entender que la “naturaleza búdica” no es un alma o esencia divina realmente existente.

¿CÓMO SE EXPERIMENTA?

Habrán lectores que se pregunten qué es, si no tiene que ver con la felicidad ni la infelicidad, la iluminación. ¿Cómo funciona y cuál es el aspecto de un ser iluminado?, y ¿qué se experimenta al descubrir nuestra “naturaleza búdica”?

Cuando los textos budistas se plantean ese tipo de preguntas, suelen responder que es inefable y que se encuentra más allá de nuestra comprensión. Y por más que muchos crean que ésa es una forma de eludir la pregunta, lo cierto es que

se trata de la única posible. Nuestra lógica, nuestro lenguaje y nuestros símbolos son demasiado limitados para explicar a otra persona algo tan mundano como la sensación de libertad. ¿Cómo podríamos, si hasta los físicos cuánticos tienen dificultades para encontrar las palabras adecuadas a la hora de formular sus teorías, emplear un vocabulario que exprese adecuadamente la iluminación? Mientras seguimos atrapados en nuestro estado habitual, en el que empleamos una lógica y un lenguaje muy limitados y donde todavía estamos atrapados en las emociones, lo único que podemos hacer es imaginar lo que podría significar estar iluminado. Hay veces en las que la diligencia y la deducción pueden proporcionarnos una buena aproximación, como cuando, viendo humo en la cumbre de la montaña, inferimos lógicamente la presencia de fuego. Así es como podemos empezar a ver y aceptar que nuestros oscurecimientos se deben a causas y condiciones que pueden ser manipuladas y, por ello mismo, erradicadas. Por tanto, concebir la ausencia de negatividad y de manchas emocionales es el primer paso imprescindible para comprender la naturaleza de la iluminación.

Quien se halla aquejado de un fuerte dolor de cabeza, sabe bien que su deseo inmediato consiste en aliviarlo, algo ciertamente posible, porque reconoce que el dolor de cabeza no forma parte de su ser innato. Luego debe tratar de determinar la causa de ese dolor, como, por ejemplo, no haber dormido lo suficiente. Por último, deberá aplicar el remedio más adecuado si quiere eliminarlo, como tomar una aspirina o dormir la siesta.

En su primer sermón, que pronunció en Varanasi, Siddharta enseñó los siguientes cuatro pasos conocidos popularmente como las Cuatro Nobles Verdades: conocer el sufrimiento, renunciar a las causas del sufrimiento, emprender el camino

que conduce a la cesación del sufrimiento y saber que el sufrimiento puede acabar. Hay quienes se preguntarán por qué Siddharta incluyó aquí ese primer paso. ¿Es que no somos lo suficientemente inteligentes como para saber cuándo estamos sufriendo? Por desgracia, sólo reconocemos el dolor y el sufrimiento cuando están en su apogeo. Es muy difícil convencer de que está sufriendo a alguien que está disfrutando de un helado; pero entonces recuerda la recomendación de su médico de bajar la tasa de colesterol y perder peso. Así pues, cuando uno analiza más detenidamente un placer aparente —desde el momento en que apareció el deseo de tomarse un helado hasta que acabó preocupándose por la grasa y el colesterol—, advertirá que no es tan positivo como, a simple vista, parecía.

Es fácil entender que emociones como la ira puedan verse provisionalmente contrarrestadas empleando el remedio adecuado, pero resulta mucho más difícil admitir que una emoción pueda desaparecer para siempre. Si imaginamos a alguien que haya eliminado parcialmente la ira, con toda probabilidad nos vendrá a la mente la imagen de una persona sosegada y tranquila, e incluso podemos dar un paso más allá e imaginar a una persona que la haya erradicado por completo. Pero ¿cómo se comporta quien ha logrado trascender todas sus emociones? Los devotos quizás piensen entonces en una persona muy amable sentada con las piernas cruzadas sobre una nube, mientras que los escépticos, por su parte, tal vez lo vean —en el caso de que lleguen a considerar siquiera la posibilidad de tal hipótesis— como una especie de acelga, es decir, como alguien que se halla sumido en la pasividad más absoluta.

Pero aunque la iluminación sea inefable y la mente ordinaria no pueda identificar a los seres iluminados, sí que podemos preguntarnos quién fue Siddharta. ¿Qué fue lo que

hizo que ha acabado convirtiéndole en una persona tan sorprendente y poderosa? ¿Cuáles fueron las extraordinarias hazañas que llevó a cabo? En este sentido, cabe decir que el budismo no juzga a los seres iluminados por los actos extraordinarios que puedan hacer (como volar) ni por la presencia de atributos físicos (como un tercer ojo, por ejemplo). Aunque el Buda suela ser presentado como una figura dorada, muy serena, con manos amables y de aspecto regio, todas esas descripciones parecen dirigirse básicamente a campesinos ingenuos y a personas como Jack. De hecho, las escrituras budistas no subrayan la presencia de capacidades tales como volar o hacer magia, sino que insisten, muy al contrario, en no dejarse impresionar por todas esas cuestiones. Independientemente de que el Buda poseyera o no tales capacidades, jamás se les ha concedido la menor importancia. Su principal logro fue el de comprender la verdad, porque la verdad nos libera, de una vez por todas, del sufrimiento. Ése es un auténtico milagro. El Buda percibió la misma vejez, enfermedad y muerte que todos vemos, pero se sintió impulsado a descubrir sus verdaderas causas, lo que también es un auténtico milagro. En cualquiera de los casos, sin embargo, su mayor logro fue la comprensión de la impermanencia de todas las cosas compuestas. En lugar de vencer a un enemigo externo descubrió que el único enemigo consiste en nuestra identificación con el yo y que la superación de esa identificación es un milagro mayor que todos los milagros sobrenaturales, tanto reales como imaginarios.

Aunque la ciencia moderna se atribuye el mérito de haber descubierto la relatividad del tiempo y el espacio, Siddharta llegó a esa misma conclusión hace ya dos mil quinientos años sin contar con beca ni laboratorio alguno, algo que —todo hay que decirlo— constituye también un auténtico milagro. A diferencia de muchos de sus contemporáneos y de

muchos de nosotros, que estamos atrapados en la idea de que la libertad depende de los demás, descubrió la pureza esencial de todo ser. Es ese conocimiento el que permite que todos los seres puedan liberarse. En lugar de retirarse a la vida contemplativa, el Buda tuvo la increíble compasión de compartir su revolucionario descubrimiento con todos los seres, sin tener en cuenta las dificultades que ello entrañase. Así fue como acabó esbozando un camino que incluye decenas de miles de métodos, algunos tan sencillos como ofrecer incienso, sentarse erguido y observar la respiración, y otros tan complejos como la visualización y la meditación. Ése fue su extraordinario poder.

LAS VENTAJAS DE IR MÁS ALLÁ DEL ESPACIO Y EL TIEMPO

Cuando Siddharta se iluminó, recibió el nombre de el Buda, que no es tanto un nombre personal como la etiqueta de un estado mental. El término “Buda” se refiere, en realidad, a una cualidad que presenta dos aspectos, “realizado” y “despierto”, y se aplica, dicho en otras palabras, a la persona que ha purificado sus manchas y ha alcanzado el conocimiento. La realización que se produjo bajo el árbol *bodhi*, permitió al Buda despertar del estado dualista que se expresa en conceptos tales como sujeto y objeto; una realización que le llevó a darse cuenta de la inexistencia permanente de cualquier cosa compuesta. Entonces fue cuando comprendió que ninguna emoción derivada de la identificación con el yo puede conducir a la felicidad, que no existen el yo ni ninguno de los fenómenos que percibimos y que la iluminación está más allá de todos los conceptos. Todas estas comprensiones le proporcionaron el pleno conocimiento de la verdad que

denominamos “sabiduría búdica”. Según se dice, el Buda era omnisciente, lo que nada tiene que ver con asistir a todas las universidades del mundo y aprenderse de memoria todos los libros. Ese tipo de estudio, muy al contrario, se basa en un conocimiento dualista que tiene sus propias limitaciones, reglas y objetivos y nada tiene que ver con el conocimiento despierto. Es evidente que el conocimiento científico no sólo no ha hecho mejorar al mundo, sino que, en ocasiones, hasta lo ha empeorado. Así pues, la omnisciencia no significa ser educado, sino, por el contrario, estar “más allá del conocimiento” y también, en consecuencia, más allá de la ignorancia.

Pero el Buda dio todavía un paso más allá y enseñó la verdad de la mente despierta, para que todo el mundo pudiera romper el ciclo del sufrimiento, una compasión por la que todavía se le venera. Si alguien supiera que estamos a punto de atravesar un campo minado, podría desactivar rápidamente las minas sin decírnoslo. Pero ése sería un comportamiento que no nos proporcionaría la verdad completa, sólo nos protegería provisionalmente. Cuando, por el contrario, se nos explica que, en determinada dirección y durante una serie de kilómetros, hay minas, no sólo nos liberamos del sufrimiento inmediato, sino también del sufrimiento futuro. De ese modo podemos seguir adelante y compartir ese conocimiento con los demás. El Buda enseñó asimismo la necesidad, si queremos ser ricos, de practicar la generosidad, mientras que recomendaba la compasión en el caso de querer conquistar a nuestros enemigos. Pero también indicó que, si queremos ser ricos, antes debemos estar satisfechos y que, si queremos conquistar a nuestros enemigos, primero debemos conquistar nuestra propia ira. En última instancia, enseñó a cortar de raíz el sufrimiento desarticulando el yo, porque en ausencia de yo, no hay nadie que pueda sufrir.

Como forma de expresar su gratitud hacia Siddharta, sus seguidores han compuesto cantos y oraciones de agradecimiento alabándole por ser tan poderoso como para poder colocar el universo entero encima de un solo átomo. Con una reverencia parecida, hay quienes anhelan renacer en el reino denominado “Tierra del Buda”, una Tierra pura del tamaño de una partícula infinitesimal que congrega a tantos budas enseñando a sus discípulos como átomos existen en el universo. Al igual que sucede con el cuerno del yak de Milarepa, los no creyentes pueden considerar esas alabanzas como meros cuentos de hadas, mientras que los creyentes quizás las asuman literalmente diciendo que: «el Buda es omnipotente y puede hacer eso y muchas otras cosas más». Pero si pensamos en términos de vacuidad, nos daremos cuenta de que, en realidad, no existen cosas pequeñas ni grandes, como tampoco existe ninguna otra distinción dualista. En consecuencia, el Buda no necesita ejercer el menor esfuerzo para coger el mundo y colocarlo sobre un átomo. La misma comprensión de que no hay nada más grande ni más pequeño que otra cosa era todo lo que necesitaba. Es posible eliminar los hábitos que nos impiden ver de este modo, pero las limitaciones de nuestra lógica nos impiden avanzar. Somos como anoréxicos o bulímicos que no pueden aceptar, para incredulidad ajena, la imagen estilizada que ven en el espejo y siguen viéndose gordos. El Buda eliminó todos los oscurecimientos y vio que todo —el tiempo, el espacio, el género y los valores— está despojado de dualismo, de manera que el universo bien podría descansar sobre un solo átomo. Y para que sus seguidores pudieran llegar a esa comprensión, les invitó poéticamente a ir “más allá del espacio y del tiempo”. Aún los discípulos más próximos a Siddharta, los *arhats*, son conocidos por ver el cielo y la palma de la mano del mismo tamaño y valorar por igual el oro que la basura.

Cuando Siddharta alcanzó la iluminación, no llegó al final del tiempo, ni tampoco lo detuvo, sino que tan sólo dejó de estar contaminado por ese concepto. Cuando afirmamos que Siddharta eliminó todos los oscurecimientos del tiempo y el espacio, no queremos decir que rompiera una brújula o desarmase físicamente un reloj, sino que trascendió por completo los conceptos de tiempo y espacio.

Aunque la experiencia real de ir más allá del tiempo y el espacio resulta, para nosotros —esclavos del tiempo—, insondable, siempre podemos reconocer, en nuestra existencia mundana, la elasticidad de esos conceptos. El enamoramiento, por ejemplo, puede contraer e inclinar el tiempo. Un buen día conocemos a alguien, soñamos con encontrar a nuestra alma gemela, casarnos, tener hijos e incluso nietos, pero basta con ver a la persona amada escupiendo para que todas esas imágenes futuras se desvanezcan y volvamos súbitamente a la realidad.

Las ventajas de ir más allá del espacio y el tiempo son tan incomprensibles que no solemos entenderlas. Estamos tan acostumbrados a considerar que el mundo depende del tiempo y el espacio como para esforzarnos en alcanzar recompensas tan sutiles. Resulta mucho más sencillo, en este sentido, entender el aspecto de la iluminación que está más allá de las distinciones emocionales de bueno y malo, placer y dolor, alabanza y crítica, y otras muchas emociones dualistas. La confianza en el espacio y el tiempo resulta muy comprensible —porque es muy útil—, pero las demás distinciones son absurdas e inútiles. Estamos tan atrapados en el dualismo que gastamos millones de dólares al año en mantener las apariencias. Si vagásemos solos por el desierto, carecería de todo sentido esforzarnos en caer bien a los demás, pero es evidente que queremos que los demás se interesen por nosotros y ser aceptados por ellos. Cuando alguien nos dice: «¡Qué piernas

más bonitas tienes!»), nos emocionamos y nos acicalamos en busca de cumplidos, aunque esos cumplidos son tan peligrosos como la miel que nos ofrecen con un cuchillo afilado.

Hay quienes están tan atrapados en su concepto de belleza que no perciben que lo que ellos consideran hermoso puede resultar repulsivo para otros. Habitualmente estamos atrapados en nuestros conceptos y en nuestra vanidad, una vanidad que alienta, por cierto, la industria cosmética, una de las causas y condiciones que literalmente está destruyendo el medio ambiente. Cuando recibimos una alabanza sazónada de una pizca de crítica, toda nuestra atención se dirige hacia la crítica. Tenemos tanta sed de alabanzas que las damos por sentadas, pero, quien desea ser alabado de continuo es como una mariposa tratando de llegar al borde del cielo.

NI DISTINCIONES NI CONCEPTOS NI ATADURAS

Además de los conceptos convencionales de tiempo y espacio, el Buda abandonó también todas las distinciones emocionales duales sutiles. Él no prefería las alabanzas a las críticas, las ganancias a las pérdidas, la felicidad a la infelicidad, la fama al anonimato ni el optimismo al pesimismo. Cada uno de estos pares de opuestos no es más interesante ni requiere una mayor inversión de energía que el otro. Imagínesse lo que supondría dejar de caer presa de las alabanzas y las críticas y escucharlas, al igual que hacía el Buda, como meros sonidos, como un eco, o como haríamos si nos hallásemos postrados en nuestro lecho de muerte. Es cierto que podemos sentir cierto placer escuchando cómo nuestros seres queridos alaban lo maravillosos que somos, siempre y cuando lo contemplemos con cierta distancia; en tal caso, ya no estamos tan identificados con las palabras. Imagine cómo sería estar por enci-

ma del soborno y de cualquier otra sugerencia de ese tipo y que las tentaciones mundanas nos interesasen tan poco como las ensaladas a los tigres. Si no nos creyésemos tanto las alabanzas ni las críticas, tendríamos una fortaleza increíble; entonces seríamos libres y no habría más esperanzas, miedos, sudores, sangres y reacciones emocionales innecesarias. Finalmente experimentaríamos que “nada nos importa”. Liberados de la necesidad de buscar la aceptación de los demás y de evitar su rechazo, estaríamos por fin en condiciones de valorar lo que nos deparase el presente. La mayoría de las veces dejamos las cosas buenas para el final, pensando en reemplazarlas por algo mejor en el futuro, o nos sumimos en el pasado recordando tiempos más felices. Resulta paradójico que estemos tan ocupados, identificándonos con nuestras expectativas y nuestros miedos, que nunca valoremos la experiencia que despierta nuestra nostalgia.

Somos como niños que erigen castillos de arena en la orilla del mar, mientras que los seres sublimes se asemejan a adultos que nos observan tumbados bajo una sombrilla. Los niños están tan atrapados en sus creaciones que se pelean por las conchas y las palas, se aterran ante la proximidad de las olas y experimentan todo tipo de emociones, mientras los adultos les observan sin juzgar tomando zumo de coco, sin sentirse orgullosos cuando construyen un hermoso castillo, ni enfadarse ni entristecerse cuando alguien lo pisa accidentalmente. Los adultos no se quedan atrapados, como los niños, en los dramas que se desarrollan a su alrededor. ¿Qué mejor iluminación podríamos esperar?

El símil más cercano a la iluminación en el mundo lego es la “libertad”. De hecho, la noción de libertad es una de las fuerzas motrices más importantes de nuestra vida personal y de la vida de nuestras sociedades. Soñamos en un tiempo y en

un lugar en el que podamos hacer lo que queramos –el llamado gran sueño americano–. En nuestros discursos y en nuestras constituciones repetimos las palabras “libertad” y “derechos del individuo” como si fuesen *mantras*, pero en lo más profundo, realmente no los queremos. Es muy probable que, si nos concediesen la libertad total, no supiéramos qué hacer con ella. No tenemos la habilidad ni el coraje de aprovechar la verdadera libertad, ya que estamos atrapados en nuestro orgullo, en nuestra avaricia, en nuestras expectativas y en nuestros miedos. Quizás creamos que si desapareciese todo el mundo y sólo quedase, sobre la faz de la Tierra, una persona, sería totalmente libre, porque podría gritar, correr desnuda y transgredir todas las reglas. Más pronto o más tarde, sin embargo, esa persona se aburriría, se sentiría sola y querría tener algún compañero. La misma idea de relación requiere una entrega parcial de nuestra libertad a los demás. De modo que si el deseo del hombre se hiciese realidad y se le concediese un compañero, es muy probable que esa persona sintiera lo mismo y también quisiera, deliberada o inadvertidamente, comprometer su libertad. ¿Quién es, en tal caso, culpable? Obviamente, quien así lo hiciese, porque fue su aburrimiento el que propició su caída. En ausencia de aburrimiento y de soledad, todavía podría ser libre.

No es malo limitar nuestra libertad. Aun en el caso de que pudiésemos hacerlo, no convendría acudir desnudos a una entrevista de trabajo, ni hacerlo con un pescado muerto como corbata, porque queremos impresionar a los demás y ganar amigos. Y quizás no investiguemos las culturas alternativas o étnicas, independientemente de lo sabias que sean, porque no queremos ser tildados de *hippies*.

Vivimos atrapados en las cárceles de la responsabilidad y de la conformidad. Hablamos de los derechos individuales, de la privacidad, del derecho a llevar armas y de la libertad

de expresión, pero nadie quiere tener a un terrorista como vecino. En lo que se refiere a los demás, queremos imponer ciertas reglas, porque si los demás son completamente libres, quizás su libertad restrinja la nuestra y no consigamos todo lo que queremos. Cuando nos enteramos de la explosión de los trenes en Madrid y de la caída de las torres gemelas de Nueva York, culpamos a la CIA por haber permitido que los terroristas campasen por sus fueros. Creemos que la tarea del gobierno consiste en protegernos de los asesinos, pero los asesinos y los terroristas se consideran luchadores de la libertad. Entretanto, queremos ser políticamente correctos y defensores de la justicia, de modo que si nuestro vecino, de aspecto extranjero, es detenido por los agentes federales, solemos protestar. Es fácil ser políticamente correctos en cuestiones que no nos afectan de manera directa, pero siempre corremos el peligro de convertirnos en víctimas de nuestra corrección política.

LA RENUNCIA: EL CIELO ES EL LÍMITE

Si nos tomamos en serio el logro de la iluminación, necesitaremos el coraje necesario para avanzar a solas y la fortaleza para renunciar a las cosas que nos superan. Tengamos en cuenta que quienes no persiguen la alabanza ni el lucro y tampoco rehuyen las críticas y las pérdidas, suelen ser estigmatizados como anormales o incluso como chiflados. Desde una perspectiva ordinaria, los seres iluminados pueden parecer locos porque no admiten componendas, no pueden ser convencidos ni sobornados mediante engaños ni cuestiones materiales, no se aburren, no buscan las emociones, no tienen miedo a perder el prestigio, no se adaptan fácilmente a las normas convencionales, no utilizan la hipocresía en bene-

ficio personal, no hacen cosas para impresionar a los demás y no ostentan sus talentos y sus poderes por el mero gusto de hacerlo. Pero si ello beneficia a los demás, esas personas harán lo que sea necesario, desde exhibir un comportamiento exquisito en la mesa hasta dirigir una de las empresas incluidas en *Fortune 500*. Es muy probable que en dos mil quinientos años de historia budista, hayan sido muchos los seres iluminados que jamás fueron identificados, o que se vieron marginados como locos. Muy pocos de ellos se vieron valorados por lo que nosotros denominamos la “loca sabiduría”. Pero si pensamos un poco al respecto, advertiremos la facilidad con la que mendigamos alabanzas, rumiando en las críticas y buscando desesperadamente la felicidad.

Olvídese de ir más allá del tiempo y el espacio, porque ir más allá de las alabanzas y las críticas está fuera de nuestro alcance. Pero cuando empezamos a entender –de manera no sólo intelectual, sino también emocional– que todas las cosas compuestas son transitorias, nuestra identificación se debilita. En tal caso empieza a debilitarse la convicción de que nuestras ideas y posesiones son importantes, valiosas y permanentes. Si supiésemos que dentro de un par de días vamos a morir, nuestra actitud experimentaría un cambio radical. Entonces no nos preocuparíamos tanto por lustrar nuestros zapatos, planchar nuestra ropa interior o almacenar perfumes caros. Tal vez seguiríamos yendo de compras, pero lo haríamos con una actitud muy diferente. Si nos diésemos cuenta, aunque sólo fuera por unos instantes, de que algunos de nuestros conceptos, sentimientos y objetos familiares presentan una naturaleza tan evanescente como la de los sueños, nuestro sentido del humor se ampliaría. Reconocer el humor en la situación en que nos hallamos sumidos constituye un excelente antídoto contra el sufrimiento. Quizás entonces todavía experimentásemos emociones, pero ya no podrían

atraparnos ni engañarnos; quizás entonces todavía nos enamorásemos, pero sin miedo a ser rechazados, y no dudaríamos en emplear nuestro mejor perfume, en lugar de guardarlo en el anaquel para una ocasión especial. Así es como cada nuevo día puede acabar convirtiéndose en un día especial.

Las cualidades del Buda son inefables. Son algo así como el cielo, que no tiene espacio ni final. Nuestro lenguaje y nuestras capacidades analíticas sólo pueden llegar hasta el concepto de universo. En algún momento, un pájaro que vuela cada vez más alto encontrará el final del cielo, llegará a sus límites y regresará a la Tierra.

La mejor metáfora de nuestra experiencia en este mundo consiste en verlo como un sueño épico compuesto por la interrelación de multitud de historias complejas, plagado de altibajos, dramas y emociones. Si un determinado episodio de ese sueño está lleno de diablos y bestias, queremos escapar, y cuando abrimos los ojos y vemos el ventilador girando en el techo, nos sentimos aliviados. Entonces decimos: «soñé que el diablo me perseguía», y nos sentimos liberados de haber escapado de sus garras. Pero lo cierto es que el diablo no ha desaparecido, porque jamás ha entrado en esa habitación en mitad de la noche, y cuando usted tenía esa espantosa experiencia, tampoco estaba ahí. Del mismo modo, cuando usted despierta a la iluminación, se da cuenta de que jamás ha sido un ser sensible y de que nunca ha luchado. A partir de entonces, ya no debe seguir en guardia luchando contra el regreso del diablo. Cuando uno se ilumina, ya no puede pensar como lo hacía cuando era ignorante. Entonces ya no es necesario meditar, y entonces ya no hay nada que recordar, pues descubre que jamás se había olvidado de nada.

Como afirma el Buda en el *Sutra de la Prajña-paramita*, todos los fenómenos son como un sueño y una ilusión, y has-

ta la misma iluminación es como un sueño y una ilusión. Y si hay algo todavía más grande que la iluminación, eso también es como un sueño y como una ilusión. Su discípulo, el gran Nagarjuna, señaló que el Buda jamás dijo que después de abandonar el *samsara*, exista el *nirvana*. El *nirvana* es la inexistencia de *samsara*. Cuando afilamos un cuchillo, tanto la piedra de afilar como la hoja de metal se desgastan. Del mismo modo, la iluminación es el resultado del agotamiento de las manchas y del agotamiento del antídoto de las manchas. Cuando se ha arribado a ella, uno debe abandonar el camino de la iluminación. Quien se define como budista es que todavía no es un buda.

CONCLUSIÓN

No es difícil encontrar, hoy en día, personas que combinan facetas de diferentes religiones, porque de ese modo, se encuentran más cómodos. En un intento de trascender el sectarismo, tratan de explicar conceptos cristianos desde el punto de vista budista, o se aprestan a buscar similitudes entre el budismo y el sufismo o entre el Zen y el mundo empresarial. Obviamente, en un mundo interdependiente, siempre podemos descubrir similitudes entre cualquier par de cosas, pero no creo en la necesidad de ese tipo de comparaciones. Porque si bien es cierto que todas las religiones comparten el mismo objetivo altruista de aliviar el sufrimiento, también son muchas las diferencias que las separan. Las religiones son como los medicamentos y, como ellos, han sido diseñadas para aliviar el sufrimiento, pero su aplicación debe ser específica, dependiendo del paciente y la enfermedad. Así, por ejemplo, el tratamiento idóneo a la hora de aliviar el dolor consecuencia de la irritación cutánea provocada por la hiedra venenosa consiste en la aplicación de calamina. Pero de nada sirve, si uno padece leucemia, buscar las similitudes que existen entre la calamina y la quimioterapia para justificar la aplicación de calamina. Por el mismo motivo, tampoco considero necesario confundir las distintas religiones.

En estas páginas he tratado de proporcionar al lector una imagen de los fundamentos de la visión budista. La visión es, en todas las religiones, el fundamento de la práctica, porque

determina nuestra motivación y nuestras acciones. Según se dice, las apariencias engañan, de modo que no deberíamos juzgar a los demás basándonos tan sólo en la mera apariencia, y tampoco podemos valorar adecuadamente algo tan personal como la religión por su aspecto superficial. Ni siquiera es válido, para ello, tener en cuenta las acciones, la ética, la moral o los códigos de conducta que alientan.

LA VISIÓN ES EL ÚLTIMO PUNTO DE REFERENCIA

La *visión* es el núcleo esencial de cualquier religión. En un congreso interreligioso no queda más alternativa que ser diplomáticos y admitir que todas las religiones son esencialmente iguales. Pero lo cierto es que las distintas religiones mantienen visiones muy diferentes y sólo uno puede juzgar si una visión es mejor que otra. Sólo usted, como individuo, con sus capacidades mentales, sus gustos, sus sentimientos y su educación puede elegir la visión que más le interese. Los enfoques son tan distintos y es tanta la variedad que, como en un bufet, todo el mundo acaba encontrando algo que le gusta. El mensaje jainista de *ahimsa*, por ejemplo, es tan interesante que uno llega a preguntarse por qué esa gran religión no florece tanto como otras. El mensaje cristiano de amor y salvación, por su parte, ha llevado la paz y armonía a millones de seres humanos.

La apariencia externa de las distintas religiones puede parecer extraña y hasta absurda a quienes la desconocen. Muchos de nosotros contemplamos, con comprensible recelo, religiones y supersticiones milenarias por motivos estrictamente superficiales. Son muchas, por ejemplo, las personas que se sienten intrigadas por las cabezas rapadas y las túnicas

granate de los monjes budistas y las consideran irrelevantes para la ciencia, la economía y la vida en general. Cabe preguntarse lo que pensarían esas personas cuando vieses, en un monasterio tibetano, las pinturas de deidades airadas y de mujeres desnudas en actitudes manifiestamente obscenas; tal vez creyesen entonces estar contemplando algunos aspectos exóticos del *Kama Sutra* o, peor aún, advirtiesen en ello una clara evidencia de depravación o adoración al diablo.

La misma consternación afecta a quienes ven a los jainistas caminando en cueros o a los hindúes adorando dioses de apariencia vacuna o simiesca. Hay quienes no acaban de entender por qué los musulmanes justifican filosóficamente sus ataques a los iconos sagrados de otras religiones, mientras millones de peregrinos musulmanes viajan cada año a la Meca, uno de los lugares más sagrados del Islam, para rendir culto a un objeto físico, la Caaba, *Hajr-e-Aswad* (la piedra negra sagrada). Quienes no entienden el cristianismo, por su parte, encuentran inconcebible que de toda la historia de Cristo, se haya elegido el deprimente episodio de la cruz. No comprenden que la cruz, icono central del cristianismo, nos presente una imagen tan desamparada del salvador. Pero todas eso son meras apariencias y basarnos en ellas para juzgar o valorar un determinado camino o una determinada religión, es una actitud poco sabia que acaba promoviendo todo tipo de prejuicios.

Tampoco podemos definir una determinada religión basándonos en la conducta que aliente. La adhesión a ciertas reglas no nos convierte automáticamente en buenas personas. Según se dice, Hitler era vegetariano y muy meticuloso en cuestiones de aseo. La disciplina y los vestidos elegantes no tienen, en sí mismos, nada que ver con la santidad. ¿Quién determina, además, lo que es “bueno”? Tengamos en cuenta que lo que está bien para una religión está mal o es

absurdo para otra. Los sijs, por ejemplo, no se cortan nunca el pelo ni la barba, mientras que los monjes de las tradiciones orientales y occidentales suelen afeitarse la cabeza, y los protestantes pueden hacer, al respecto, lo que quieran. Cada religión cuenta con explicaciones profundas en relación a sus símbolos y prácticas –por qué no comen carne de cerdo ni gambas, por qué están obligados a cortarse o a no cortarse el pelo, etcétera. Más allá, sin embargo, de todas estas obligaciones y prohibiciones, cada religión posee una visión fundamental, y esa visión es lo más importante.

La visión es el punto de referencia último en el momento de determinar si una acción es o no justificable. La acción se valora por su grado de ajuste a la visión. Si, por ejemplo, usted vive en Venice Beach (California) y cree que es bueno estar delgado, su motivación le llevará a perder peso, y pensará, mientras está en la playa, lo bueno que sería estar delgado y tenderá, en consecuencia, a evitar los hidratos de carbono. Pero si usted es un luchador de sumo de Tokio, su visión de lo que es bueno será estar muy gordo, y su motivación, en consecuencia, será la de ganar peso, y pensará en el modo de no ser un luchador flaco de sumo y tenderá, en consecuencia, a comer mucho arroz y muchos donuts. Comerse, pues, un donut es bueno o malo dependiendo de su visión. Podríamos pensar erróneamente que la persona que se abstiene de comer carne es una persona compasiva, cuando lo único que ocurre es que desde su perspectiva, comer carne es malo porque aumenta la tasa de colesterol.

Nadie puede, en suma, juzgar las acciones de los demás sin entender completamente su visión.

Todos los métodos budistas pueden ser explicados basándose en “los cuatro sellos” –todos los fenómenos compuestos son impermanentes, todas las emociones son dolorosas, todas las

cosas carecen de existencia inherente y la iluminación está más allá de los conceptos—. Cada acto y cada acción alentada por las enseñanzas budistas se basan en estas cuatro grandes verdades o sellos.

En los *Sutras* Mahayana, el Buda prescribió a sus seguidores la abstención de comer carne. Éste no sólo es un acto poco virtuoso porque daña directamente a otro ser, sino que el hecho de comer carne tampoco se ajusta a “los cuatro sellos”. Cuando alguien come carne lo hace, en algún nivel, en aras de su supervivencia, lo que está ligado al deseo de permanencia, es decir, de vivir más a expensas de la vida de otros seres. Así pues, el hecho de comer animales garantiza la extensión de la vida lo cual, desde un punto de vista egoísta, es suficiente razón para hacerlo. Independientemente, sin embargo, del número de cadáveres que consumamos, el día menos pensado —quizás antes de lo que suponemos— moriremos.

Uno también puede consumir carne por razones burguesas —saborear caviar porque es extravagante, comer penes de tigre de cara a aumentar la virilidad, o comer sopa de nidos de golondrina para mantener la tersura de la piel—. No hay acción más egoísta que matar por mera vanidad. Imaginemos lo que nos sucedería a nosotros, que ni siquiera podemos soportar la picadura de un mosquito, si nos mantuviesen estabulados en jaulas abarrotadas junto a nuestra familia y a nuestros amigos, esperando el momento en que nos conviertan en hamburguesas humanas.

Pensar que nuestra vanidad merece otra vida está ligado al yo. La identificación con el yo es ignorancia que, como ya hemos visto, genera sufrimiento. También el hecho de comer carne causa dolor a los demás. Por eso, los *Sutras* Mahayana prescriben la práctica de colocarse en la piel de esas criaturas y abstenerse de comer carne por mera compasión. Cuando el Buda prohibió el consumo de carne, se refería a todo tipo de

carnes; no distinguía entre carne roja por razones sentimentales, ni en carne de cerdo porque está sucia, ni tampoco dijo que está bien comer pescado, porque los peces carecen de alma.

LA BELLEZA LÓGICA DE “LOS CUATRO SELLOS”

Consideremos, como ejemplo del primer sello (la impermanencia), la generosidad. Cuando empezamos a entender la primera verdad, nos damos cuenta de que todo es provisional, como si fuera una de esas bolsas de ropa que damos al Ejército de Salvación. Pero no necesariamente significa que debamos desprendernos de nuestras posesiones, sino que tan sólo insiste en la necesidad de no identificarnos con ellas. Al percibir que nuestras posesiones son fenómenos compuestos provisionales y que no podemos aferrarnos a ellas para siempre, la generosidad ya está casi consumada.

Cuando comprendemos el segundo sello, que todas las emociones son dolorosas, vemos que el avaro, es decir, el yo, es el principal culpable y que de él depende la sensación de pobreza. Así pues, cuando nos desidentificamos del yo, no hay razón alguna para seguir aferrados a nuestras posesiones y desaparece el sufrimiento generado por la codicia. Entonces es cuando la generosidad se convierte en una expresión de la alegría.

Cuando nos damos cuenta del tercer sello y reconocemos que las cosas carecen de existencia intrínseca, advertimos la futilidad de seguir aferrándonos, porque, independientemente de que nos identifiquemos con esto o con aquello, todo carece de naturaleza inherente. Es como soñar que estamos en la calle repartiendo miles de millones de dólares a los desconocidos. Entonces es cuando nuestra entrega es generosa,

porque el dinero es imaginario y podemos disfrutar de la experiencia. La generosidad basada en estas tres visiones conduce inevitablemente a reconocer la inexistencia de cualquier objetivo. No se trata, por tanto, de un sacrificio realizado en aras de que los demás nos reconozcan, ni de acumular mérito que nos garantice un mejor renacimiento.

Ajena a toda expectativa, la generosidad nos permite vislumbrar la cuarta visión, la verdad de que la liberación y la iluminación se encuentran más allá de todo concepto.

Si medimos la perfección de una acción virtuosa al igual que la generosidad, por ejemplo, en función de criterios estrictamente materiales –como la pobreza que eliminamos–, jamás podremos alcanzar la perfección. No hay que olvidar que la miseria y los deseos de los desposeídos son inagotables. Incluso los deseos de los ricos parecen no tener fin, razón por la cual los deseos de la humanidad jamás podrán verse completamente satisfechos. En opinión de Siddharta, sin embargo, deberíamos medir la generosidad en función del nivel de identificación que tenemos con lo que estemos dando y con el yo que lo está dando. Cuando uno se ha dado cuenta de que el yo y sus posesiones son impermanentes y que carecen de existencia inherente desaparece toda posible identificación. Ésa es la verdadera generosidad. Por ello, los *Sutras* budistas insisten tanto en la práctica de la generosidad.

UNA COMPRENSIÓN MÁS PROFUNDA DEL “KARMA”, LA PUREZA Y LA NO VIOLENCIA

El concepto de *karma*, hito indiscutible del budismo, tiene también mucho que ver con estas cuatro verdades. Cuando se dan las adecuadas causas y condiciones y no hay obstáculo alguno que lo impida, aparecen las correspondientes conse-

cuencias. Consecuencia *es karma*. Este *karma* se acumula en la conciencia –la mente o el yo–. Si esos actos se derivan de la codicia o la agresividad, se genera *karma* negativo, mientras que los pensamientos o acciones motivadas por el amor, la tolerancia y el deseo de que los demás sean felices, generan *karma* positivo. Pero la motivación, la acción y el *karma* resultantes son como un sueño o una ilusión. Trascender, por el contrario, el *karma*, tanto el positivo como el negativo, es el *nirvana*. Las buenas acciones que no están basadas en estas cuatro visiones son mera corrección y nada tienen que ver con el camino de Siddharta. Por eso, en ausencia de las cuatro visiones, incluso alimentar a todos los seres hambrientos del planeta, no sería más que una “buena obra” que nada tendría que ver con el camino que conduce a la iluminación y, de hecho, hasta podría ser una acción destinada a nutrir y consolidar el ego.

En las cuatro verdades se asienta la posibilidad de la práctica budista de la purificación. Si uno cree que está manchado por el *karma* negativo, que es débil o “pecador” y se siente frustrado y cree que esos obstáculos le impiden la realización, puede resultar muy liberador saber que son compuestos y, en consecuencia, impermanentes y, por tanto, purificables. Si, por otra parte, cree que carece de habilidades o de mérito, puede confiar en acumular mérito a través de las buenas acciones, porque la falta de mérito es provisional y, por tanto, modificable.

La práctica budista de la no violencia no tiene nada que ver con la sumisión ni la docilidad. La causa fundamental de la violencia se deriva de la obsesión con una idea extrema, como la justicia o la moral. Y esa fijación suele ser el fruto del hábito de asumir visiones dualistas, como bueno y malo, hermoso y feo o moral e inmoral, una inflexibilidad que ocupa todo el espacio necesario para sentir empatía por los

demás. Entonces es cuando se pierde la cordura. La comprensión de que todas las visiones o valores son compuestos y provisionales, como también lo es la persona que se aferra a ellos, evita la violencia. Cuando uno carece de ego, no se aferra al yo y desaparece toda motivación para ejercerla. Cuando uno se da cuenta de que los enemigos se hallan sometidos a la poderosa influencia de la ignorancia y la agresividad y que están atrapados en sus hábitos, resulta más sencillo perdonar su conducta y sus acciones. Es absurdo enfadarse por los insultos recibidos de una persona ingresada en una residencia para enfermos mentales. Cuando dejamos de creer en los extremos de los fenómenos dualistas, trascendemos también las causas de la violencia.

“LOS CUATRO SELLOS”: UNA PRESENTACIÓN

Según el budismo, cualquier acción que establezca o intensifique las cuatro perspectivas es un camino legítimo. Incluso las prácticas aparentemente rituales, como prender una varilla de incienso, practicar la meditación y repetir *mantras* esotéricos, están destinadas a centrar nuestra atención en alguna de las cuatro verdades, o en todas ellas.

Cualquier cosa que, por el contrario, contradiga esas cuatro visiones, incluidas aquellas que puedan parecer amorosas y compasivas, no forma parte del camino. Y es que si no está de acuerdo con las cuatro verdades, hasta la meditación de la vacuidad se convierte en una pura negación, en un camino estrictamente nihilista.

Bien podríamos decir que estas cuatro visiones constituyen la columna vertebral del budismo. Las llamamos “verdades” porque no son creaciones ni revelaciones místicas del

Buda, sino hechos. No empezaron a ser verdades después de que el Buda impartiese su enseñanza. Y, por el mismo motivo, vivir de acuerdo con estos principios tampoco es un ritual ni una técnica. No son ni una moral ni una ética y tampoco pertenecen a nadie. En el budismo no hay “infieles” ni “blasfemadores”, porque no hay nadie a quien permanecer fiel, nadie a quien insultar y nadie de quien dudar. A pesar de ello, sin embargo, los budistas consideran ignorantes a quienes no son conscientes o no creen en esos cuatro hechos. Pero ello no supone, no obstante, ningún juicio moral, del mismo modo que los científicos no llaman blasfemadores, sino simplemente ignorantes, a quienes creen que la Tierra es plana o desconocen que el ser humano ha llegado a la Luna. Y, por igual motivo, tampoco son ateos quienes no creen en “los cuatro sellos”. De hecho, si alguien demostrase que la lógica de “los cuatro sellos” está equivocada, que la causa del sufrimiento no radica en la identificación con el yo, o que tal o cual cosa desafía la temporalidad, los budistas deberíamos seguir voluntariamente ese camino, porque lo que buscamos es la iluminación y la iluminación supone la realización de la verdad. Pero al cabo de todos estos siglos, no existe prueba alguna que niegue la veracidad de “los cuatro sellos”.

Si usted ignora “los cuatro sellos” pero insiste en considerarse budista porque le gustan las tradiciones, la suya no es más que una devoción superficial. Los maestros budistas creen que, independientemente del modo en que uno decida etiquetarse, si desconfia de las cuatro verdades, seguirá viviendo en un mundo ilusorio, al que tomará como algo sólido y real. Y aunque tal creencia proporcione provisionalmente la dicha de la ignorancia, siempre acaba desembocando en una u otra forma de ansiedad. Entonces nos pasaremos la vida tratando de solucionar nuestros problemas y de desembarazarnos de la ansiedad. La necesidad constante de solucionar problemas se

convierte también en una forma de adicción. ¿Cuántos problemas ha solucionado para ver cómo se veían reemplazados por otros? Si usted es feliz con ese ciclo, no tiene razón alguna para quejarse, pero cuando se da cuenta de que a un problema le sigue otro y de que jamás llegará la solución definitiva, empieza la búsqueda de la verdad interna. Aunque el budismo no nos proporcione la respuesta a los problemas e injusticias sociales temporales que aquejan al mundo, si emprende la búsqueda y le resuenan las enseñanzas de Siddharta, puede encontrar estas verdades muy interesantes. De ser así, debería considerar muy seriamente la posibilidad de seguir sus pasos.

LA RIQUEZA DE LA RENUNCIA

Los seguidores del Buda no necesariamente tienen que repetir todos los pasos dados por Siddharta, ni tampoco deben abandonar su casa a hurtadillas mientras su esposa duerme. Hay quienes creen que el budismo es sinónimo de renuncia y abandono del trabajo, de la familia y del hogar para emprender el camino del ascetismo. Esta imagen de austeridad se debe en parte al hecho de que muchos budistas veneran a los mendicantes que aparecen en los textos y en las enseñanzas budistas, como también hacen los cristianos con san Francisco de Asís. Resulta muy interesante valorar la imagen del Buda caminando descalzo por Magadha con su cuenco, o de Milarepa en su caverna subsistiendo a base de sopa de ortigas, y tampoco es de extrañar que la serenidad de un simple monje birmano pidiendo limosna cautive nuestra imaginación.

Pero entre los seguidores del Buda, hay figuras muy diferentes, como el rey Ashoka, por ejemplo, que se apeó de su carroza real, adornada con perlas y oro para asumir la misión

de expandir el Budadharma por todo el mundo. Ashoka se arrodilló, tomó un puñado de arena y afirmó que construiría tantos *stupas* como granos de arena había en su mano, cumpliendo luego sobradamente con su promesa. Uno puede ser un rey, un comerciante, una prostituta, un drogadicto o un ejecutivo y reconocer la veracidad de “los cuatro sellos”. Los budistas no valoran tanto la renuncia al mundo material como la capacidad de advertir nuestra identificación habitual con este mundo y con nosotros mismos y renunciar a esa identificación.

La comprensión de las cuatro visiones no supone necesariamente descartar las cosas, sino modificar nuestra actitud ante ellas y cambiar así su valor. El simple hecho de poseer menos cosas que otra persona no es, en sí mismo, moralmente puro ni virtuoso. De hecho, la humildad puede llegar a ser una forma de hipocresía. Cuando nos damos cuenta de la falta de existencia inherente y de la provisionalidad del mundo material, la renuncia no es sino una forma de flagelación. No es necesario que uno sea duro consigo mismo. Entonces es cuando la palabra *sacrificio* asume un significado completamente diferente. Esta comprensión es la que confiere a todo la misma importancia que un esputo. Nadie se lamenta por perder la saliva que escupe y la renuncia a ese sentimentalismo es *sugata*, el camino de la dicha. Y cuando la renuncia se entiende como beatitud, las historias de muchas otras princesas, príncipes y caudillos indios que renunciaron a la vida palaciega no nos resultan tan extrañas.

El amor a la verdad y la veneración hacia los buscadores de la verdad son una antigua tradición en países como la India. Aun hoy en día, la sociedad india no desprecia a los renunciantes, sino que muestra hacia ellos el mismo respeto que hacia los catedráticos de Harvard y Yale. Aunque la tradición va desvaneciéndose lentamente en esta época en la

que reina la cultura empresarial, todavía es posible encontrar *saddhus* desnudos y cubiertos de ceniza que han abandonado la práctica exitosa de una profesión para convertirse en mendigos errantes. Resulta muy conmovedor el respeto que la sociedad india muestra hacia esas personas, sin ahuyentarlas como si fueran apesados. Imaginemos, por ejemplo, el Hotel Marriott de Hong Kong. ¿Cómo se sienten los nuevos ricos chinos, tan deseosos de copiar las modas occidentales, con estos *saddhus* cubiertos de ceniza? ¿Les abriría el portero la puerta? ¿Y cómo reaccionaría, al respecto, el conserje del Hotel Bel-Air de Los Ángeles? Nuestra época, sin embargo, no busca la verdad, ni respeta a los *saddhus*, sino que se posttra ante los anuncios y adora la liposucción.

ADOPTAR LA SABIDURÍA Y DESPOJARSE DE LAS MORALES EQUIVOCADAS

Tal vez, cuando el lector lea esto, piense: «Yo soy generoso y no estoy tan identificado con mis cosas». Y si bien puede ser cierto que no sea tan codicioso, puede llegar a enfadarse tanto, en medio de sus actividades generosas, con quien utilice su lápiz favorito que quizás tenga ganas hasta de morderle. O quizás se desaliente completamente cuando alguien le dice: «¿Eso es todo lo que puede dar?». Cuando damos, corremos el peligro de vernos atrapados por la noción de “generosidad”. Nos aferramos a los resultados, y aunque no esperemos un buen renacimiento, tal vez busquemos un reconocimiento en esta vida o una placa en la pared. Hay quienes se consideran generosos porque entregan dinero a un determinado museo o a sus propios hijos, esperando a cambio fidelidad eterna.

La moral que no se basa en las cuatro visiones puede estar completamente distorsionada. La moralidad alimenta el ego,

nos torna más puritanos y nos lleva a juzgar a quienes sustentan una moral diferente de la nuestra. Identificados con nuestra versión de la moral, despreciamos a los demás y tratamos de imponerles nuestra ética, aunque ello implique privarles de su libertad. El gran erudito y santo indio Shantideva, que también fue un príncipe que renunció a su reino, señaló la imposibilidad de encontrar algo insano, pero si prestamos atención a una sola de estas cuatro verdades, estaremos protegidos de toda falta de virtud. Si consideramos que Occidente entero es satánico e inmoral, nos resultará imposible conquistarlo o rehabilitarlo, pero si somos tolerantes con nosotros mismos, esto es igual a conquistar. Y es que, si bien no podemos alfombrar la Tierra para no dañarnos al caminar sobre ella con los pies desnudos, sí podemos, en cambio, llevar zapatos que nos protejan de las superficies agrestes e incómodas.

La comprensión no sólo intelectual, sino también experiencial, de las cuatro visiones, nos libera del apego a las cosas ilusorias. Esta libertad es lo que nosotros llamamos sabiduría. Los budistas valoran la sabiduría por encima de todas las cosas. La sabiduría trasciende la moral, el amor, el sentido común, la tolerancia y el vegetarianismo. No se trata de un espíritu divino que debemos buscar en algún lugar distante. La invocamos escuchando las enseñanzas de “los cuatro sellos”, pero sin aceptarlas indiscriminadamente, sino prestándoles atención y analizándolas. Cuando uno está convencido de que este camino aclarará parte de su confusión y le proporcionará una cierta liberación, está poniendo realmente en práctica la sabiduría.

En uno de los métodos más antiguos de enseñanza budista, el maestro entrega a su discípulo un hueso y le invita a contemplar su origen. Esta contemplación permite que el discípulo entienda que el hueso es el resultado del nacimiento,

que el nacimiento es el resultado final de la formación kármica, que la formación kármica es el resultado final del deseo, etcétera. Convencido de la lógica de causas, condiciones y efectos, el discípulo empieza entonces a prestar atención, en todo momento, a las situaciones que van presentándosele. Esto es lo que llamamos meditación. Quienes nos proporcionan este tipo de información y comprensión son venerados como maestros porque, aunque tengan una realización profunda y puedan vivir fácilmente en el bosque, están también dispuestos a explicar la visión a aquellos que se hallan sumidos en la oscuridad. Y como esta información nos libera de todo tipo de contratiempos innecesarios, valoramos a quien nos la proporciona. Por ello los budistas reverenciamos al maestro.

Cuando uno ha aceptado intelectualmente la visión, puede emplear cualquier método que profundice su comprensión y su realización, o, dicho en otras palabras, cualquier técnica o práctica que le ayude a dejar de pensar que las cosas son sólidas y a verlas como compuestas, interdependientes y permanentes. Ésta es la auténtica práctica y meditación budista, algo que va mucho más allá que sentarse como si uno fuese un mero pisapapeles.

Por más que intelectualmente sepamos que vamos a morir, este conocimiento se ve eclipsado por algo tan nimio como un cumplido casual. Cuando alguien alaba lo hermosos que son nuestros nudillos, nuestro próximo pensamiento se dirige a buscar el modo de conservarlos. De pronto sentimos entonces que tenemos algo que perder. Continuamente nos vemos bombardeados por las cosas que podemos perder, o por las que podemos ganar. Hoy más que nunca necesitamos métodos que nos recuerden y nos familiaricen con esta visión, quizás incluso colgando un hueso humano junto al espejo, rasurándonos la cabeza o retirándonos a una caverna.

Comparados con estos métodos, la ética y la moral resultan inútiles. En el budismo, la ética y la moral son secundarias, aunque son importantes cuando nos acercan a la verdad. Pero aun en el caso de que una acción parezca sana y positiva, Siddharta nos enseñó, si nos aleja de las cuatro verdades, a abandonarla.

EL TÉ Y LA TAZA: LA SABIDURÍA DENTRO DE LA CULTURA

“Los cuatro sellos” son como el té, mientras que el resto de los medios para actualizar estas verdades –las prácticas, los rituales, las tradiciones y las formas culturales– son como una taza. Las habilidades y los métodos son observables y tangibles, pero la verdad no lo es. El reto consiste en no identificarnos con la taza. Las personas tienen tendencia a sentarse erguidas en un lugar tranquilo sobre un cojín de meditación y a contemplar lo que aparece ahora, mañana o en la próxima vida. Las prácticas externas son perceptibles, de modo que la mente suele etiquetarlas como budismo, mientras que el concepto de que “todas las cosas son impermanentes” no es tangible y resulta difícil de etiquetar. Por ello no solemos darnos cuenta de la impermanencia, por más que nos rodee por doquier.

La esencia del budismo trasciende la cultura, razón por la cual son muchas las culturas que apelan a sus diferentes tradiciones como recipiente para contener las enseñanzas. En este sentido, el Buda alienta el uso de ropajes culturales que, sin contradecir las cuatro verdades, resulten útiles.

Son muchos los tipos de taza que, a lo largo del tiempo, se han empleado, pero independientemente de las buenas intenciones que las alienten y de lo bien que funcionen, pueden

convertirse, cuando nos olvidamos del té que se encuentra en su interior, en un verdadero obstáculo. Aunque su propósito sea el de contener la verdad, la gente suele centrarse más en los medios que en los resultados. De ahí que son muchas las personas que van de un lado a otro con su taza vacía u olvidándose de beber el té. Los seres humanos solemos distraernos con el colorido de las ceremonias y de las prácticas culturales budistas o quedarnos atrapados en ellas. Y es que si bien el incienso y las velas son exóticos y atractivos, la impermanencia y la generosidad no lo son. Siddharta decía que el mejor modo de rezar consiste simplemente en recordar el principio de la impermanencia, el sufrimiento asociado a las emociones, que los fenómenos carecen de existencia inherente y que el *nirvana* está más allá de todo concepto.

Superficialmente considerado, el budismo puede parecer ritualista y religioso. Prácticas budistas tales como las túnicas granate, los objetos rituales, las ceremonias, el incienso, las flores y hasta los monasterios tienen forma, es decir, pueden ser observados y fotografiados, pero solemos olvidar que no son más que un medio para alcanzar un determinado objetivo. No hay que olvidar que uno no se convierte en seguidor del Buda realizando determinados rituales, ni adoptando disciplinas como hacerse vegetariano o vestir una túnica granate. Pero la mente humana gusta tanto de los símbolos y los rituales que acaba considerándolos indispensables. Los *mandalas* tibetanos y los jardines Zen japoneses son tan hermosos e inspiradores que pueden convertirse en un medio para la comprensión de la verdad, pero ello no debe impedirnos advertir que la verdad trasciende por igual la hermosura y la fealdad.

Aunque podamos prescindir de cuestiones tales como los bonetes rojos, amarillos y negros, hay rituales y disciplinas que son universalmente indispensables. Nos equivocáramos si afirmásemos la imposibilidad de meditar tumbado en una

hamaca sosteniendo en la mano un refresco adornado con una pequeña sombrilla, pero antidotos como sentarse erguido son realmente muy beneficiosos. La postura correcta no sólo es accesible y económica, sino que suele despojar a nuestras emociones de su capacidad seductora, proporcionándonos el espacio necesario para el cultivo de la atención. Y aunque otros rituales institucionalizados, como las ceremonias grupales y las estructuras religiosas jerárquicas puedan ser beneficiosas, es importante advertir que también han sido objeto de la ironía de los maestros del pasado. Creo que esos rituales pueden ser el motivo por el que muchos occidentales consideran al budismo como una secta, cuando lo cierto es que no hay, en él, el menor asomo de sectarismo.

Ahora que el budismo está floreciendo en Occidente, hay quienes modifican las enseñanzas budistas a fin de adaptarlas al pensamiento moderno. Sin embargo, si hay algo que debemos adaptar, no son estas verdades, sino los rituales y los símbolos. El Buda decía que sus disciplinas y métodos deben adecuarse al tiempo y al lugar al que se apliquen, pero es imposible actualizar y modificar las cuatro verdades. Aunque uno lo cambie de taza, el té que contiene sigue siendo el mismo. Después de haber sobrevivido durante dos mil quinientos años y de haber atravesado 12.275,10 kilómetros desde el árbol *bodhi* en la India central hasta Times Square en Nueva York, la idea de que «todas las cosas compuestas son impermanentes» sigue siendo igual de válida. La impermanencia es tan impermanente en Times Square como en Bihar. Estas verdades son inmutables, porque no son excepciones sociales ni culturales.

A diferencia de lo que sucede con otras religiones, el budismo no es un *kit* de supervivencia que prescriba cuántos maridos debe tener una esposa, dónde hay que pagar los impuestos o cómo debe castigarse a los ladrones. De hecho,

el budismo ni siquiera tiene, estrictamente hablando, ritual alguno que prescriba los pasos de la ceremonia de matrimonio. El objetivo de las enseñanzas de Siddharta no era el de decirle a la gente lo que quería escuchar. Su enseñanza se derivaba del fuerte impulso de liberar a los demás de sus errores y de su interpretación deformada de la verdad. Y para explicar eficazmente esas verdades, recurría a formas y medios diferentes, en función de las necesidades de las distintas audiencias. Pero a pesar de las muchas “escuelas” de pensamiento de que, hoy en día, disponemos bajo el mismo epígrafe de budismo, la visión fundamental transmitida por todas ellas es la misma.

Es normal que las religiones tengan un líder. Algunas, como la Iglesia Católica Romana, cuentan con una jerarquía muy sofisticada, dirigida por una figura todopoderosa que toma las decisiones y establece los criterios. Contrariamente a la creencia popular, sin embargo, el budismo no posee tal figura ni tal institución. El Dalai Lama es un líder secular de la comunidad tibetana en el exilio y un maestro espiritual para muchas personas de todo el mundo, pero no todos los budistas se hallan sometidos a su autoridad. No hay ninguna autoridad que pueda decidir quién es un verdadero budista y quién no lo es en todas las formas y escuelas de budismo que existen en Tíbet, Japón, Laos, China, Corea, Camboya, Tailandia, Vietnam y Occidente, y tampoco hay nadie que pueda declarar lo que es punible y lo que no lo es. Esta ausencia de poder central puede resultar un tanto caótica, pero también es una bendición, porque toda fuente de poder de las instituciones humanas es corruptible.

El Buda dijo que: «cada uno es su propio maestro». Obviamente, uno puede considerarse afortunado si encuentra a un maestro que le enseñe la verdad. Hay casos en los que tales maestros llegan a ser incluso más reverenciados que el

Buda porque, por más que sean miles los budas que todavía deben llegar, esa persona es quien ha llevado la verdad hasta su puerta. Cada uno posee en sus manos la posibilidad de encontrar a un guía espiritual, y cuando está convencido de su autenticidad, la aceptación, la duración y el disfrute del maestro forman parte de la práctica.

El respeto suele confundirse con el celo religioso. Debido a las inevitables apariencias externas –y la falta de habilidad también, todo hay que decirlo, de algunos budistas–, los profanos pueden creer que nosotros adoramos al Buda y a los maestros del linaje como si fuesen dioses.

En el caso de que el lector se pregunte qué camino es el correcto, nunca debe olvidar que cualquier camino que contradiga las cuatro verdades jamás puede ser un camino seguro. En última instancia, los verdaderos custodios del budismo no son los maestros, por más elevado que sea su rango, sino las cuatro grandes verdades.

Jamás subyaremos lo suficiente que la comprensión de la verdad es el aspecto más importante del budismo. Durante siglos, los pensadores y eruditos han seguido adecuadamente la invitación de Siddharta de analizar con minuciosidad sus descubrimientos, como ponen claramente de relieve los centenares de libros que han investigado de manera detenida sus palabras. Si uno está interesado en el budismo, debe analizar con cuidado cualquier duda que se le presente sin temer, por ello, ser considerado como un blasfemador. Son muchas las personas inteligentes que han llegado a respetar la sabiduría y visión de Siddharta. Sólo entonces pueden ofrecer su confianza y su devoción. Por ello han sido tantos los príncipes y los ministros que no han tenido la menor duda en abandonar su palacio y aprestarse a buscar la verdad.

LA PRÁCTICA DE LA ARMONÍA

Dejando a un lado las verdades profundas, en la actualidad se ignoran hasta las verdades más prácticas y evidentes. Somos como monos que viven en el bosque defecando en la misma rama de la que cuelgan. Día tras día escuchamos a personas que hablan del estado de la economía, sin advertir la relación que existe entre recesión y codicia. Por la codicia, los celos y el orgullo, la economía nunca será lo suficientemente boyante como para garantizar la satisfacción de las necesidades básicas de todo el mundo. La Tierra, el planeta en que vivimos, está cada vez más contaminada. Hay quienes condenan a los gobernantes, emperadores y religiones de la antigüedad como la fuente de todo conflicto. Pero el mundo secular y moderno no parece hacer las cosas mucho mejor e incluso, en algunos casos, las ha hecho bastante peor. ¿Qué es lo que ha mejorado el mundo moderno? Uno de los principales efectos de la ciencia y la tecnología ha sido el de acelerar el ritmo de la destrucción del planeta. Son muchos los científicos que creen que los sistemas vivos y los sistemas encargados del mantenimiento de la vida sobre la Tierra se hallan en proceso de franco declive.

Ha llegado ya el momento de que las personas modernas como nosotros pensemos en los maestros espirituales, aunque no tengamos tiempo para sentarnos en un cojín, nos quitemos los rosarios que llevamos en el cuello y nos avergoncemos de mostrar nuestra tendencia religiosa a nuestros amigos seculares. El reconocimiento de la naturaleza impermanente de todo lo que experimentamos y del efecto doloroso de aferrarnos al yo proporciona paz y armonía –si no al mundo entero sí, al menos, al ámbito en el que nos movemos.

En la medida en que el lector reconozca y acepte estas cuatro verdades, es un “practicante budista”. Podemos leer

acerca de las cuatro verdades por mera diversión o como simple ejercicio mental, pero si no las practicamos, seremos como enfermos que leen y releen el prospecto de un fármaco sin llegar a tomárselo. Si, por el contrario, llevamos a la práctica todas esas enseñanzas, tampoco hay necesidad alguna de alardear de que somos budistas. Resulta muy adecuado, por otra parte, cuando uno desempeña determinadas funciones sociales, ocultar que uno es budista. No hay que olvidar que los budistas tenemos la misión, en la medida de lo posible, de no dañar a nadie y de ayudar a todo el mundo. Pero ésta no es una responsabilidad extraordinaria, porque cuando uno reconoce y acepta sinceramente las cuatro verdades, todas esas acciones fluyen de manera natural.

Es importante señalar que los budistas no tienen la obligación de convertir al budismo al resto del mundo. Los budistas y el budismo son, como los demócratas y la democracia, dos cosas muy diferentes. Estoy seguro de que algunos budistas han hecho –y siguen haciendo– cosas terribles a sí mismos y a los demás, pero resulta alentador que, hasta el momento, no hayan emprendido ninguna guerra, ni saqueado los templos de otras religiones en nombre del Buda o en aras del proselitismo.

La única política que deben seguir los budistas consiste en no verter nunca sangre en nombre del budismo. No debemos matar a los insectos y menos aún a los seres humanos, y si nos enteramos de que algún individuo o grupo budista lo hace, tenemos la obligación de denunciarlo y condenarlo públicamente. Si, en tal caso, mantenemos silencio, no sólo no los estaremos desalentando, sino que nos estaremos convirtiendo en uno de ellos y en modo alguno seremos budistas.

POSTDATA SOBRE LA TRADUCCIÓN

He tratado de presentar las cuatro visiones, el núcleo esencial de la filosofía budista, en un lenguaje coloquial y accesible a las personas de todos los rincones del mundo. Y, para ello, he tenido que tomar decisiones difíciles al elegir determinados términos. Me parece muy importante recordar que, en este sentido, no hay consenso alguno sobre la traducción castellana de los términos sánscritos y tibetanos del *dharma*. En las diferentes escuelas budistas y aun dentro de la misma línea tibetana, hay variaciones sobre el significado y la ortografía empleados. Un buen ejemplo de ello nos lo proporciona la expresión *zag bcas* (que se pronuncia [zagchey]), que aquí hemos traducido como “emoción”, como en la frase “todas las emociones son dolorosas”, una decisión que despertará las dudas de quienes crean que es demasiado “radical”. Son muchas las personas que no creen que *todas* las emociones sean dolorosas. Pero esa decisión, por otro lado, hará levantar la ceja de quienes consideren que mi decisión no es lo suficientemente amplia, porque la traducción exacta de *zag bcas* es muy amplia.

Como dice Chokyi Nyima Rinpoche en su libro *Indisputable Truth*: «Implicado en caer o cambiar». Luego dice:

En cierta ocasión tuve la oportunidad de preguntarle a Kunu Rinpoche, Tendzin Gyaltzen, sobre el significado de éste y de otros términos budistas. Él comenzó explicando el signi-

ficado de *gangzag* (que significa “persona”), que contiene una de las sílabas en la palabra “mancha”. *Gang* significa “cualquier” o “cualquiera”, en el sentido de cualquier lugar o mundo posible de renacimiento en las seis clases de seres, mientras que *zagpa* significa “caer” o “cambiar” a uno de esos lugares. Así, el término tibetano para *persona* significa “capaz de transmigrar”. También mencionó que ésta es una etimología sobre la que tradicionalmente existe un gran debate, puesto que un *arhat* se denomina también *gangzag*, es decir, “personaje”.

Walpola Rahula, autor de *Lo que el Buda enseñó*, tradujo el primer sello como «Todas las cosas condicionadas son *dukkha* (sufrimiento)», mientras que otros han dicho que «Todos los fenómenos contaminados o corrompidos tienen la naturaleza de los tres sufrimientos», y el diccionario de Rangjung Yeshe da una traducción similar: «Todo lo que se deteriora es sufrimiento».

Uno podría decir que todas estas traducciones son muy amplias o demasiado estrechas. Para comprender muchos de estos términos, los estudiantes serios necesitarán un estudio y una explicación adicional. Nada, en suma, que esté sujeto a la interdependencia tiene soberanía; nada puede completamente controlarse a sí misma, y esa dependencia genera incertidumbre, uno de los principales componentes de la definición budista de “sufrimiento”. Por ello, el uso de la palabra *sufrimiento* requiere tanta explicación.

Pero yo he decidido seguir usando la expresión «Todas las emociones son dolorosas» para que los lectores no busquen externamente la causa de su sufrimiento. El problema, de este modo, es más personal —y está en nuestra mente y en nuestras emociones.

Otra cosa que debo decir a los lectores es que “los cuatro

sellos” presentados en este libro son de orientación muy Mahayana. Las tradiciones Shravakayana, como el Theravada, pueden no hablar de “los cuatro sellos”, sino tan sólo de tres, y los tres están incluidos en el cuarto. Puesto que este libro no es más que una presentación general, he decidido que es mejor pasarme que quedarme corto, de ese modo no habrá luego necesidad de dar más explicaciones adicionales.

AGRADECIMIENTOS

Quisiera decir, hablando de fenómenos compuestos, que uno no debe ir muy lejos para encontrar buenos ejemplos. Este libro es un ejemplo perfecto de un fenómeno compuesto. Aunque algunos de los casos puedan ser modernos, la lógica básica y la premisa de las discusiones y analogías empleadas son muy habituales. No me avergüenzo de plagiar las ideas y enseñanzas originales del Buda y de muchos de sus seguidores, especialmente de maestros como el Guru Rinpoche Padmasambhava, Longchenpa, Milarepa, Gampopa, Sakya Pandita, Rigzin Jigme Lingpa y Patrul Rinpoche. Por eso invito a quienes este libro haya resultado inspirador a esforzarse por conocer algunos de los escritos de estos maestros. También debo decir que asumo la autoría de cualquier error grave, ya sea en las palabras o en el significado, que el lector advierta en este libro y que, en este sentido, aceptaré gustoso cualquier comentario, para no hacer perder el precioso tiempo de otros lectores.

Doy las gracias a Noa Jones por los esfuerzos que ha realizado para que este libro resultara legible, no sólo por su cuidado, sino también por su labor voluntaria como “nueva conejilla de Indias de la filosofía budista”. A ella, pues, todo mi reconocimiento y gratitud. Asimismo doy las gracias a Jessie Wood, por su inestimable ayuda en la adecuada puntuación del libro. Agradezco también, por último, a todos mis amigos –tanto adolescentes como eruditos, bebedores de cer-

veza y pensadores— sus interesantes sugerencias que tan positivamente han contribuido a dar forma a este libro. Este libro fue concebido en un café con olor a moho de Ubud (Bali), que antiguamente fue un espléndido reino hindú; fue cobrando forma entre la niebla y el bosque de cedros a orillas de Daisy Lake, y llegó a su fin en los Himalayas. Ojalá despierte la curiosidad del lector.

Dzongsar Khyentse ha donado las ganancias que proporcione este libro a la Khyentse Foundation, una organización sin fines de lucro fundada en 2001 y destinada a apoyar a las instituciones y personas interesadas en la práctica y el estudio de la visión de la sabiduría y de la compasión impartida por el Buda. La Fundación lleva a cabo esta misión a través de varios proyectos, entre los que se incluyen (aunque no están limitados a ellos): un fondo de becas, una dotación para la formación monástica, un fondo de publicaciones y dotaciones para promocionar los estudios budistas en las principales universidades y escuelas infantiles budistas. El lector interesado en este punto puede encontrar más información al respecto en www.khyentsefoundation.org

Fundación Khyentse

