

## ¿Por qué no soy Budista? Parte 1

Fue un momento tierno y uno de los momentos más significativos de la historia de Asia, un punto de inflexión que comenzó con una mirada. Había sido un camino largo y tortuoso por el que había viajado cargado de indecisión y duda, pero finalmente su mente estaba decidida. Para estar seguro, todavía había un costo a considerar. No era la renuncia de sus riquezas y status lo que le preocupaba. Ser un príncipe kshatriya, con todas las riquezas y el honor que tal posición suponía, no significaba nada para él. Era el pensamiento de su esposa e hijo lo que más le atormentaba. Eran su pasión y deleite y fue aquí donde la elección que había hecho cortó profundamente. Tanto es así que se prometió a sí mismo que robaría una última mirada antes de dejarlos para siempre.

Fue entonces cuando se metió en el dormitorio donde estaba su querida esposa y el hijo de su amor. Ansiaba tomar al niño durmiendo en sus brazos por última vez, sellando su amor con un beso de despedida. Anhelaba tomar a su esposa en un último dulce abrazo. Pero esto no sería. Se paró entre las sombras contemplándolos y su corazón se entristeció. El dolor de la partida se elevó hasta el punto de una agonía insoportable. Aunque su mente era decidida, nada podía impedirle salir de su búsqueda, las lágrimas fluían libremente de sus ojos.

Finalmente, suprimió su sentimiento, se desgarró de la escena de la sublime domesticidad, y caminó rápidamente hacia donde su caballo y su criado estaban esperando en el portón.

-¡No me dejes ahora, señor! -gritó la voz de una mujer en la oscuridad. "Dentro de siete días estarás gobernando cuatro continentes y dos mil islas. No es tiempo de irnos.

-Bueno, lo sé -responde el joven príncipe sin detenerse-. "Pero no es la soberanía que deseo. Me convertiré en un Buda y haré que todo el mundo grite de alegría. "

Y así fue que Siddhartha Gautama, más tarde conocido como el Buda o "Iluminado", se fue en la noche y entró en la historia unos 500 años antes del nacimiento de Cristo.

La historia de Gautama es crucial para darnos una idea de cómo el Oriente como un todo (el hinduismo) y el budismo en particular percibe la situación humana y proporciona una solución.

Gautama fue criado como hijo de un rajah de la tribu Sakya en Nepal y llevó una vida que fue privilegiada y mimada. Su padre se aseguró de que estuviera rodeado de todo placer imaginable y protegido de todo tipo de dolor, de tal manera que, según se cuenta, "no se le acercara ningún problema; Él no debe saber que había maldad en el mundo. "

Sin embargo, ocurrieron tres cosas que destruyeron el capullo de ingenuidad que su padre había tejido cuidadosamente alrededor de su hijo.

La primera fue la profunda experiencia que comenzó a crecer al descubrir que su propia madre había muerto mientras lo daba a luz.

La segunda experiencia ocurrió cuando tenía unos nueve años. El joven Siddhartha fue sacado para ver el festival anual de arado Sakya, donde su padre hizo el primer corte ceremonial en el suelo. En lugar de disfrutar del esplendor real de su padre, se horrorizó al ver que al abrirse la tierra, se lanzaban insectos de sus hábitats, los gusanos se hacían pedazos y los pájaros descendían para comer a las criaturas que se retorcían en el suelo roto.

La tercera experiencia se produjo algunos años más tarde, cuando el príncipe Kshatriya, ahora completamente desarrollado, se dispuso a ver el mundo en su carro adornado con joyas a lo largo de una ruta cuidadosamente escogida y decorada por su padre, que sólo mostraría la belleza de la vida. Sin embargo, en el camino se encontró primero con un anciano, luego con un enfermo y finalmente con un hombre muerto. Al ver el cadáver, se dice que Siddhartha preguntó: "¿Es éste el único hombre muerto, o el mundo contiene otros ejemplos?" "En todo el mundo es lo mismo", respondió su auriga, "El que empieza la vida debe terminarla, no hay manera de escapar de la muerte. -¡Oh, hombres mundanos! -exclamó Siddhartha, como si hablara a su padre ya todos los demás atrapados en las distracciones de la vida-: ¡Qué fatal es tu engaño! Inevitablemente, su cuerpo se desmoronará hasta convertirse en polvo, pero descuidadamente, sin cuidado, vivirá ". A partir de entonces, según la tradición, el hijo que dejó se convirtió en Rahula (El grillete) y Siddhartha se convirtió en la "Corriente de entrada" cuyo propósito era convertirse en el Tathagata (el que simplemente se "ha ido").

Fueron esas experiencias de vida las que debían ser formativas para moldear la comprensión de Siddhartha sobre el corazón del predicamento humano, que es el sufrimiento. Su respuesta al dejar a su familia es sugestiva de lo que él vino a ver como la solución: el desapego/despojarse. Pero como veremos en un momento, mientras que había muchos otros ascetas en ese tiempo, que perseguían el camino del desprendimiento como, si se quiere, un medio de salvación para los seres humanos, Siddhartha dio a su entendimiento una forma particular.

El dharma o la 'enseñanza'

Fue algo así como seis años después de dejar a su familia que Siddhartha Gautama experimentó su momento clave. Se dio cuenta de que en su presente estado físico y mental debilitado no estaba en condiciones de recibir ninguna revelación. Y así modificó su regla y recuperó una medida de fuerza física y lucidez mental. Mientras meditaba bajo el árbol bo en Buddh Gaya, Bihar, durante 40 días y 40 noches sucedió: el buscador se convirtió en el Buda, el Despertado. A veces el término se llama "Iluminado", pero esto parece ser una traducción menos exacta de la palabra, porque el contraste es que todos los demás hombres que están dormidos y sólo él se despierta a la realidad.

¿Cuál fue la realidad a la que fue despertado? Era que el sufrimiento era el elemento dominante de la vida humana. Esto nos lleva a la siguiente pregunta obvia: ¿cuál fue la causa del sufrimiento? El Buda vio que el origen residía en el deseo, en ese aferramiento que mantenía al ser a la rueda de las cosas insustanciales. Se sigue que si el deseo mismo pudiera ser eliminado entonces la liberación del sufrimiento sería posible y la búsqueda humana alcanzada. En el corazón de la doctrina del loto está la eliminación del deseo.

Habiendo tenido su despertar, el Buda encontró a otros cinco ascetas a quienes entregó su primer sermón, 'Poniendo en Movimiento la Rueda de Dharmma' que contenía las 4 Verdades Nobles (arias).

El sermón comienza con destacar dos formas de vida que no funcionan. Hay el camino de la auto-indulgencia -alimentos, alcohol, sexo, etc. Estos causan tantos problemas a resolver. Luego está el camino de la abnegación a través de prácticas como el ayuno, la soledad y la privación del sueño. En contraste con estos dos caminos falsos, Gautama afirmó haber realizado el "camino del medio".

Debajo de este camino intermedio están las Cuatro Verdades Nobles (arias).

1. Dukkha ... angustia. El nacimiento, envejecimiento y la muerte son angustia, así como los estados mentales que los hombres pueden experimentar. Esta es la verdad subyacente que define la experiencia humana.

2. Samudaya- antojos o deseo. Esta es la causa del dukkha, el anhelo de la experiencia de los sentidos. Se dice que este deseo pertenece al "yo irreal" que genera el sufrimiento, ya que es fluctuante y cambiante, buscando objetos que pertenecen al mundo de la ilusión y así están destinados a terminar en decepción y desilusión. Es esta afirmación del yo inferior y aferrarse a ella lo que se considera mal.

3. Nirodha- contención. Este es el completo abandono y rechazo del deseo, ¡incluso el deseo de rechazar el deseo!

4. Marga- el camino correcto. Éste es el camino óctuple u ocho elementos que componen el camino correcto, consistente en la comprensión correcta (aprehender las cuatro nobles verdades); Aspiración correcta (renuncia al deseo); Discurso correcto (abstenerse de la calumnia, mentiras y charla tonta); Vivir bien (prohibir vivir por un oficio que causa daño a otros); Esfuerzo correcto (la supresión de estados mentales malvados y la generación de buenos estados mentales); Atención plena (para ser conscientes del cuerpo como el cuerpo, la mente como la mente, sentimientos como sentimientos y así sucesivamente); La correcta concentración (samadhi-entrada en la forma cuádruple de la meditación que se abre al practicante cuando ha superado los cinco obstáculos de los deseos de los sentidos -la mala voluntad, la pereza, la inquietud y la duda).

En su libro, *Las tres formas de la sabiduría asiática*, Nancy Wilson Ross describe el proceso de esta manera: Primero, usted debe ver claramente lo que está mal. Entonces usted debe decidir ser curado. Entonces debes actuar y hablar con el propósito de ser curado. Su sustento no debe interferir con su terapia. Su terapia debe ir hacia adelante firmemente, tan rápido como sea posible, pero no demasiado rápido. Usted debe pensar en ello constantemente, y aprender a contemplar con una mente profunda.

En resumen, la Primera Noble Verdad establece el *problema-aflicción*. La Segunda Noble Verdad señala su causa, que es el deseo o el apego. La Tercera Verdad Noble destaca la *forma* de superar el sufrimiento a través de la contención o de extinguir el deseo. La Cuarta Noble Verdad describe el camino óctuple que conduce al fin del deseo y el sufrimiento. Este estado final (o tal vez debería ser descrito como "ninguno-estado") es nirvana. Esto es la extinción, el "lago sin muerte". Lo que se extingue no es sólo sufrimiento, deseo y apego, sino al *individuo* que desea. Algunos budistas afirman que es significativo que en el momento en que el Buda logró su despertar bajo el árbol bo, no gritó "Estoy liberado", sino "Está liberado". Había trascendido a sí mismo para convertirse en el "no-yo". Como el filósofo británico de la religión comparativa, Ninian Smart dice sin rodeos: "Hay Nirvana, pero ninguna persona entra en él".

Es esta liberación completa en el nirvana que ha ocupado la atención de muchos adherentes occidentales. Pero también hay lo que el budismo primitivo llama el nibbuta. Este es el hombre que ha alcanzado el estado de 'frescura' (no como los americanos del siglo XXI entenderían ser 'cool', como Jonny Depp!). Se trata de alguien que está en un estado de calma, imperturbable por las preocupaciones del mundo y libre de las bases inferiores del deseo. Es el hombre nibbuta que continúa permaneciendo en este mundo para enseñar el camino del medio, como lo hizo el Buda desde su despertar hasta los ochenta años.

¿Qué es el hombre, qué es la «realidad»?

Para tratar de entender cómo alguien puede alcanzar el nirvana, es vital apreciar la comprensión budista de la última naturaleza de la realidad y la naturaleza del hombre en relación con esa realidad.

De acuerdo con el hinduismo principal, el budismo en su forma antigua es monista. Esta es la visión de que toda la realidad es en última instancia Uno, una unidad. Lo que experimentamos como diversidad y diferencia pertenecen al reino de la ilusión o de la maya -el significado raíz en sánscrito es «medir» o «clasificar». Este es el mundo de los fenómenos científicos que es una ilusión, un mundo de sombra donde la individualidad y la diversidad se piensa que son reales pero no lo son. Ser atrapado en maya es como estar atrapado en un mal sueño. El sueño es doloroso, aterrador e incómodo, pero no es real. ¿Cuál es la solución a un mal sueño? Te despiertas. El despertar es la verdadera realización de la realidad. Esto, se afirma, es lo que le ocurrió a Gautama bajo el árbol bo. Es el despertar de la pesadilla de la diversidad en la realidad del Uno.

Si la "realidad" es una, ¿dónde queda nuestra comprensión de lo que son los seres humanos? Fue en este punto que Gautama partió radicalmente del Hinduismo contemporáneo. El hinduismo consideraba esencial la existencia de atman, el yo real. Mientras sostenemos el monismo tradicional y el valle de la ilusión en que nos encontramos, Gautama dijo que toda existencia aparente pertenece a la anicca, aquella que es fluctuante y cambiante, pero tal reino era anatta - 'sin alma', no hay lugar para un centro permanente de la conciencia humana.

Y así, mientras que un ser humano puede parecer una unidad, eso es todo lo que es, la apariencia. La enseñanza budista es que esta existencia aparente se debe a la coalescencia de cinco khandas a veces traducidos como "agregados". No es fácil comprender cómo se conciben estos khandas; Una sugerencia es que se podría pensar que se asemejan a centros de tensión en un campo difuso de energía magnética.

Las cinco khandas son las siguientes:

1. Rupa, un término sánscrito que significa figura o forma y se refiere a todo lo que se presenta a nosotros como las propiedades visibles de la existencia aparente.
2. Vedana- sentimiento o sensación que surge del contacto con el mundo aparente.
3. Sanna- percepción de las diferencias entre los fenómenos aparentes.
4. Sankhara- término que incluso a los expertos en budismo les resulta difícil definir. Quizás la mejor palabra que se aproxima a esto es «síntesis»: la capacidad de reunir los diferentes aspectos de la experiencia en un todo (véase el pensamiento conceptual).
5. Vinnana - "conciencia" o mejor aún, "auto-conciencia", la capacidad de involucrarse en la reflexión interior y pensar en sí mismo.

Ahora podemos quizás comenzar a captar lo que se dice que sucede en el nirvana. Hay un despertar a este estado de cosas tal que la "ilusión de la existencia llega a su fin." Así es como la esclavitud a la rueda de la existencia (samsara) se rompe.

Pero, ¿es posible que los diferentes khandas se reformen de nuevo? Es aquí donde el budismo mantiene la antigua doctrina hindú del karma- causa y efecto, la relación de los hechos y la retribución. Sin embargo, esta no es la idea de que hay un "yo" que muere y renace o se reencarna porque ese "yo" es negado. Más bien, los khandas renuncian a su cohesión temporal al morir y, para usar el lenguaje oriental, "vagan por la separación a través del vasto abismo de la nada, el universo sin fin. Si en la infinita extensión del tiempo vuelven a reunirse, nacerá la misma experiencia de existencia aparente. El principal empuje de esta doctrina es que es tan difícil escapar de la ilusión (maya) y difícilmente ocurrirá dentro del lapso de un solo período de tiempo; Es más probable

que el despertar sea el resultado de buscar a través de innumerables series de existencias, un esfuerzo sin cesar.

¿Hay espacio para Dios?

De lo que hemos visto hasta ahora en la enseñanza del Buda no hay espacio para el yo. Pero, ¿hay espacio para Dios? Parece haber una concesión para algo que tiene un estado de permanencia en medio del flujo de lo que percibimos como existencia. Esto es ilustrado por este pasaje tomado de uno de los sermones atribuidos al Buda: "Hay monjes, un no nacido, no convertido, no hecho, no compuesto, si no fuera así, monjes, para este nonato, no convertido, no hecho, no compuesto, no se puede mostrar aquí ningún escape para lo que nace, se ha convertido, se ha hecho, se ha formado, es compuesto.

El hinduismo, por el que vino el budismo, permite un ser supremo: Brahman. Pero ni siquiera esto es lo que los cristianos conciben a Dios, como Brahman es esencialmente impersonal. Es una especie de «algo» impersonal y estable que Buda considera posible. Pero la forma clásica del budismo, conocida como budismo Theravada (escuela del sur) es esencialmente atea (esta es la tradición minoritaria con algo como el 35% de los adherentes budistas del mundo). La otra forma de budismo que es más difundida es el budismo mahayana (escuela del norte de Nepal y Tibet, también Japón). El término 'Mahayana' significa 'Gran Vehículo' como distinto del 'Pequeño Vehículo' Hinayana, una referencia al Budismo Theravadic o la 'doctrina de los ancianos'. Aquí hay la reaparición del concepto hindú de avatares o "descensos" de la Última Realidad o Brahman. En general, estos son personajes míticos, pero muchos de la tradición Mahayana consideran que Buda es un avatar. También hay el Bodhisattva que, siguiendo el ejemplo de Gautama, habiendo alcanzado el despertar perfecto, se abstiene de entrar en el estado de nirvana para ayudar a la gente enseñando el "camino del Medio".

Oriente se encuentra con Occidente en el arte del Zen

El tipo de budismo que mucha gente en Occidente ha oído hablar es el budismo zen. Esto hizo su manera en la contracultura en San Francisco a través de los Beats. "The Dharma Bums" de Jack Kerouac parece ser una historia disfrazada de esta entrada a través de Gary Snyder que había pasado dos años bajo un maestro Zen en Japón. Pero fue a través del ex consejero anglicano, Alan Watts, que realmente comenzó a difundirse en los Estados a principios de los años cincuenta. Watts fue referido una vez como el "Norman Vincent Peale del Budismo". El Zen tenía un atractivo natural por el clima cultural relajado y despreocupado de la época, que es bien captado por Lin-Chi, "En el budismo no hay lugar para usar el esfuerzo. Simplemente ser ordinario y nada especial. Come su comida, mueva sus intestinos, pase agua y cuando esté cansado vaya y recuéstese.

¿Cuáles son las características del Zen?

El propósito es penetrar la realidad. El método por el cual se produce esta penetración es la meditación, en la cual todas las poses terrenales, incluyendo el dharma y el nirvana en sí, se sueltan, de modo que no queda nada sino el "yo" y el "él", hasta que finalmente se vuelven idénticos. Como dijo Buddhagosa acerca de su estado de iluminación o despertar, "yo no estoy en ninguna parte de algo para nadie".

En lo más intrigante, el Zen es un mundo de paradoja, lo absurdo y lo irracional. Esto es deliberado para alejar la mente de esa racionalidad que se interpone en el camino entre el mundo y la mente. Y por lo tanto, en nuestra experiencia sabemos lo que suena a dos manos palmeando. En el Zen estamos invitados a meditar el sonido de una mano aplaudiendo.

He aquí un ejemplo de diálogo Zen:

"¿Tengo razón cuando no tengo ni idea?", Preguntó el investigador.

-¡Tira esa idea tuya! -respondió el Maestro.

-¿Qué idea? -preguntó el alumno con perplejidad.

-Usted es libre, por supuesto, de llevar esa idea inútil de ninguna idea.

Según el Zen, es el intelecto el que divide y ordena, categoriza y mide, define y describe. Pero ¿qué podría ser si pudiéramos aprehender todas las cosas a la vez y simultáneamente? Esto es iluminación cuando el pensamiento cesa y algo más toma su lugar. Esta experiencia se llama satori- «la condición de la conciencia en la que el péndulo de los opuestos ha llegado a descansar, donde ambos lados de la moneda son igualmente valorados e inmediatamente vistos.

Satori sólo puede llegar cuando el pensamiento cesa.

¿Cómo se logra esto? La respuesta: a través de la meditación.

Tendemos a ver la meditación como un pensamiento concentrado, pensando en algo, tal vez un pasaje de la Escritura o un himno. Pero esa es la mentalidad occidental. En el Oriente es exactamente lo contrario, la meditación es el medio de detener el pensamiento. Pensar como hemos visto es, según Zen, un obstáculo con su propensión a clasificar y analizar, manteniéndonos así atrapados en el mundo de la maya-ilusión. La meditación nos ayuda a no tener una meta (profundizar más en esto o aquello), pero la meditación misma debe ser la meta.

Si estamos atados a la rueda del samsara, la meditación nos permite no salir de la periferia de la rueda sino acercarnos al centro. Centrar es importante para la meditación. Un escritor cristiano y ex-budista zen, lo expresa así: "Piensa en el centro de una rueda, en un coche o en una bicicleta. ¿Qué es? Es el eje. ¿Cuál es el centro del eje? Es un punto. ¿Y qué es un punto? No es nada. Incluso en la realidad física, en el centro del centro del centro, entre las moléculas y átomos y gluones y electrones y protones, no es nada. Esta nada no gira con la rueda. La nada está libre del giro. Cuando alcances esta absoluta nada a través de tu meditación, también te das cuenta del absoluto todo. Has

alcanzado la libertad absoluta. Usted está plenamente iluminado. Te conviertes en todo cuando te conviertes en nada.

Uno de los métodos más comunes de meditación es el mantra. Mantra implica la repetición de palabras que tienen un significado, repitiéndolas primero en voz alta y luego internamente. Con suficiente repetición, se convierten en una vibración y trascienden su significado. Se vuelven más y más finas hasta que están vibrando junto con cada átomo en el universo. Toda la materia física vibra a medida que los electrones cambian de órbita. Cuando te das cuenta de esa vibración, te unes a toda la materia física en el cosmos, y te vuelves uno con el todo.

Hay una variedad de mantras. Cuando los Beatles se fueron a la India para estudiar bajo el Maharishi Yogi (un Hindu, no un budista), él dio a cada uno su propio mantra secreto. Si escuchas el álbum 'Let it be', allí encontrarás cómo John Lennon lo usó en su canción 'Across the Universe'. Escucha las letras y puedes ver cómo estaba experimentando lo que él sentía era algún tipo de estado trascendente. El mantra más común, que está en esa pista es la repetición de la palabra AUM. Echemos un vistazo a este video clip que reproduce la versión original de la canción de Lennon y vea lo que quiero decir: <https://www.youtube.com/watch?v=MjyQqK5Oge0> (play to 2.08)

El texto completo es 'aum mane padme hum', que significa 'salve a la joya en el loto'. Las flores de loto crecen en el barro bajo el agua, y se propagan por los brotes. Ciertas especies no tienen semillas con un tallo largo y emergen a través del agua. Si ves una estatua de Buda, mira la base y verás pequeños pétalos de flor de loto. Es el trono de loto, y tiene pies de loto. Esta es una imagen muy importante para el budismo. La flor de loto tiene cientos de pétalos. Si separas los pétalos y entra en el centro de la flor del loto, ¿qué hay? ¡Nada! Esa es la joya del loto.

## Resumen

1. El budismo pertenece al mundo oriental del monismo. Todo es uno.
2. El corazón de la situación humana es el sufrimiento.
3. El camino de la "salvación" es por desapego.
4. Las Cuatro Nobles Verdades establecen el camino hacia el Camino Óctuple. Usando la terminología médica podemos pensar en ellos como "enfermedad" (sufrimiento); 'Diagnóstico' (deseo); 'Prescripción' (contención) y 'tratamiento' (la vía media).
5. El budismo Theravada es agnóstico en el mejor de los casos, si no completamente atea.
6. El fin del camino octavo es nirvana 'el gran lago inmortal' y la extinción del individuo.
7. La principal técnica empleada para lograr este estado (sin-estado) es la meditación.

## PUNTOS PARA CASA

"En el principio ya existía el Verbo, y el Verbo estaba con Dios, y el Verbo era Dios. Él estaba con Dios en el principio. Por medio de él todas las cosas fueron creadas; sin él,

nada de lo creado llegó a existir."(Juan 1: 1-3). La visión bíblica de Dios y la creación es muy diferente de la del budismo. Dios es personal y relacional. El mundo es real, no un sueño. Dios puede ser hablado en la oración y nos habla a través de Su Palabra. Toma tiempo esta semana para deleitarte en el Dios que es más como una familia divina y su creación que debemos cuidar.

“Contra ti he pecado, solo contra ti y he hecho lo que es malo ante tus ojos;por eso, tu sentencia es justa y tu juicio, irreprochable. Yo sé que soy malo de nacimiento; en pecado me concibió mi madre. "Salmos 51: 4-5. La Biblia ve el sufrimiento y la aflicción como resultado de la Caída (Génesis 3), no el problema fundamental de la existencia humana que es pecado, tanto original como real. ¿Cuán seriamente tomamos el pecado como algo que ofende a Dios? ¿Qué parte tiene el arrepentimiento (en lugar de remordimiento) en nuestro andar con el Señor?

En ese tiempo también todos nosotros vivíamos como ellos, impulsados por nuestros deseos pecaminosos, siguiendo nuestra propia voluntad y nuestros propósitos. Como los demás, éramos por naturaleza objeto de la ira de Dios.” Efesios 2:3-5

La salvación no es por esfuerzo propio que conduce a la extinción del yo en el "lago inmortal", es un regalo gratuito de Dios, únicamente por la gracia mediante la cual somos hechos vivos, unidos a Cristo. "Nada envejece más rápido que la gratitud" escribió Martín Lutero, tome tiempo para reflexionar sobre el asombro y el costo de nuestra salvación.