

Ser budista

Juan José Bustamante²²

*“El Budismo no es el camino a la felicidad.
La felicidad es el camino”.*
El Buddha

Todos los seres vivos buscan la felicidad y tratan de evitar el sufrimiento, suele decir el Dalai Lama. Cuando el sufrimiento arrecia, eso parece quitarle sentido a la vida. El budismo es una propuesta para darle *sentido a la existencia*. El sufrimiento es por lo general expresado en relación con la carencia, sea de objetos, de personas o de situaciones, lo que puede llegar a generar angustia. Esa infelicidad se debe a una sensación, la de querer *ser*, que como deseo de afirmación se ve contrariado por las pérdidas y obstáculos que suele ofrecernos la vida. Se nos “quita” la satisfacción, se nos somete a la privación. Nos alejamos de la satisfacción plena. Y se va alejando el sentido de vivir, algo nos falta, nos sentimos incompletos. Felizmente esa sensación puede ser remediada mediante

²² Juan José Bustamante es profesor de Budismo en el Centro de Estudios Orientales de la Pontificia Universidad Católica del Perú. Es director del Instituto Peruano de Estudios Budistas y presidente de la Asociación Cultural Peruano Tibetana. Es Licenciado en Administración por la Universidad del Pacífico y tiene una Maestría en Promoción del Desarrollo por la Universidad del Estado de Amberes, Bélgica. Practica y estudia el Budismo desde 1974 bajo la dirección del Dr. Onorio Ferrero, y estudió en la India el Budismo Vajrayana bajo la dirección del lama Wangdor Rinpoché en 1983 y 1984.

una experiencia de primera mano, un conocimiento directo de la satisfacción fundamental, de la *plenitud*.

El *plenum* no es sin embargo algo que intrínsecamente nos falte; está allí, sólo que la vorágine de la existencia se dibuja sobre ese fondo, tal como imágenes que van apareciendo incesantemente en una pantalla —y ya no vemos la pantalla— lo que nos limita a dichas imágenes y nos hace olvidar la potencialidad ilimitada que tiene la pantalla para hacer surgir imágenes de sí. La plenitud está pero no la vemos. Es como si viviéramos constantemente soñando y dándole una realidad sólida a esos sueños. Si tan sólo despertásemos y nos diéramos cuenta...

El budismo es despertar del sueño, de la pesadilla. La raíz sánscrita de Buddha es *BUDH*, que rinde la idea de darse cuenta, despertar, tener inteligencia de algo. Para el budismo, la limitación y condicionamiento de la existencia es tan sólo un sueño vívido, que nos da la impresión —la sensación— de ser real. Sí es real, pero no en última instancia. Se podría decir que *existe*, pero no es.

La posibilidad de darle sentido a la vida no se limita a la propia, también permite ofrecer esa opción a otras personas, que pueden escogerla o no libremente. Muchas personas se han visto tocadas y aun beneficiadas por esta vía espiritual. Pero el budismo no es proselitista, sólo expone una opción. Quizá sea la opción más natural posible: La de vivir en felicidad.

La declaración anterior es engañosamente simple. La verdad es que todo comienza por la angustia. Si el dolor le quita sentido a la existencia y muchas veces la vida parece no tener sentido, ¿es que sólo existimos para sufrir? Como esto sería un *sinsentido*, el budismo pretende ofrecer una alternativa para aprender a dejar de sufrir por sí mismo, sin la intervención de ningún ser superior (no es que lo niegue, sino que no lo afirma, más bien guarda silencio sobre ello). Si tuviéramos conocimiento, claridad y la suficiente intensidad de la mente quizá podríamos ir más allá del sufrimiento. Y descubrir la felicidad que está detrás de toda esa angustia que parecemos experimentar gratuitamente (¿por qué esto? ¿Por qué a mí?).

A veces se dice que el sufrimiento “enseña” a no cometer errores, pero frecuentemente volvemos a tropezar con la misma piedra (“errar es humano, reincidir es diabólico”); entonces, ¿adónde lleva todo esto, adónde va la existencia misma? ¿Cuál es su sentido? Ojalá nuestra atareada vida nos deje tiempo para percatarnos de ello, para hacernos la pregunta, la única que tendría realmente sentido (otras variaciones serían, ¿por qué soy?, ¿quién soy?, ¿qué soy?, ¿qué hago aquí?). Si no lo hemos podido responder aún (o por lo menos preguntárnoslo) quiere decir que vivimos en la ignorancia.

Ah, lo que buscábamos era conocimiento, una cierta sabiduría... Es decir, cuando buscamos... lo más frecuente es que tomemos nuestras decisiones dentro de una cierta confusión, de una falta de claridad, de una incertidumbre. Vivimos “nomás” y eso es cuando “tomamos decisiones”, pues gran parte del tiempo es el hábito y las circunstancias las que nos empujan u obligan a tomar ciertas direcciones, incluso contra nuestra voluntad. Aun la cultura o civilización son más determinantes que nuestros deseos. Y muchas veces estamos convencidos de desear algo para más tarde cambiar y detestarlo. ¿Adónde podremos llegar así? ¿Dónde está la coherencia?

Se dice en el budismo que la ignorancia es un veneno. Un veneno que nubla y corrompe las manifestaciones de la mente —la ignorancia malinterpreta la realidad y deforma su percepción. Pero no se trata de una ignorancia “doctrinal”, no es el ignorar información “budista” —o de cualquier religión, para el caso— sino más bien el *ignorar nuestra verdadera naturaleza* (ese famoso *¿quién soy?*). Al ignorar que nuestra real condición es de plenitud, de “*completud*” (que no nos falta nada para ser realmente felices), partimos de una condición asumida de *carencia*, de *insatisfacción* fundamental, por lo tanto siempre sentiremos que nos falta algo. Así es como surge el deseo y así surge el *yo* que desea eso que me parece que me falta, *eso* que está allí afuera; así es como surge la *dualidad*, la no-unidad: la separación, la *caída del paraíso*, en términos cristianos.

El budismo propone una visión del ser humano muy interesante: Que ya está en el paraíso —pero no lo sabe— no sabe que

ya está completo. Pero lo sospechamos; tenemos la idea de que cuando “lo” consigamos seremos muy felices. La sensación de carencia es la causa del sufrimiento; crea el deseo, que es insaciable, y de allí al desasosiego y a la angustia no hay más que un paso —desesperarse por satisfacer vehementemente deseo tras deseo se dice que es como tomar agua salada: da más sed. Sólo tendríamos que *descubrir que ya somos completos* para que el sueño de la carencia acabe. Y con ella todas sus secuelas de insatisfacción e infelicidad. Si vivimos enfocados en la satisfacción —que podemos llegar a verificar que poseemos la plenitud— eso será mucho más vivible que existir enfocado en la insatisfacción o cosas que no tenemos y que creemos indispensables para vivir.

Definitivamente, así es como se generan las pasiones (pasión: *padecimiento*). El padecimiento del *apego* o *avidez* a lo que creemos que completará nuestra carencia. Cuando pensamos que algo nos hará felices, no podemos conseguirlo. Cuando lo conseguimos, no podemos conservarlo. O se convierte en algo que llegamos a detestar. Así aparece el otro padecimiento: *la aversión*. Algo nos quita la tranquilidad, la comodidad, la paz. Lo rechazamos, lo odiamos. Nos da cólera (y el que tiene cólera no se siente muy feliz...).

El budismo tiene un objetivo principal y otro que podemos considerar “aplicativo”. La meta es en realidad librarse (liberarse) de la impresión de carencia, lo que hará cesar el surgimiento de la causa del sufrimiento, y eso es llamado “iluminación”, despertar. Pero el objetivo más a la mano, aquí y ahora, es el de tener una aplicación terapéutica, sobre todo a nivel mental. Cura la angustia al “curar” el apego y la aversión, y el malestar que éstos traen. Ayuda durante el tránsito de crisis, duelos, pérdidas, enfermedades físicas y frustraciones. Permite aprender a convivir con el dolor psicológico, a aceptarlo y a tener paciencia. Por eso es que mucha gente se acerca al budismo —aun muchas terapias psicológicas “oficiales” comienzan a adaptar sus métodos, como por ejemplo la meditación. Mucha gente siente alivio desde el primer instante y poco a poco va sintiendo un cambio más profundo en su actitud y el funcionamiento de sus emociones.

Budismo es un término occidental que no existe en Oriente. El término usual es *Buddhadharma*, sánscrito, que se compone de dos términos: *Buddha*, que quiere decir “El Despierto”, y *Dharma*, que quiere decir “asunto, cosa”; juntos quiere decir “El asunto del despertar”, el *Camino del Despertar* —y “el budismo no es el camino a la felicidad, la felicidad es el camino”, lo que nos llevaría a la idea de la felicidad como modo de vida— y eso puede aprenderse. Los budistas lo aprenden porque quieren “despertar”, pero ello no quiere decir que todos los budistas sean unos “dormidos” sino que *todos somos unos dormidos*. Estamos dormidos; lo que se vive es como un sueño confuso, desconcertante, contradictorio y cambiante. Nada es de confiar en un sueño, todo muta, se mueve, se contradice. Nada es absoluto, todo es relativo. Todo puede perderse y, de hecho, se pierde, por lo tanto *todo es padecimiento*. El budismo llevaría a despertar del sueño de las angustias y los padecimientos.

Y el ser, si todo cambia, ¿qué es? ¿Las cosas tienen un Ser que les sea propio? ¿Y si no tienen un Ser, son confiables? ¿Qué es confiable en esta vida? El budismo afirma que nada tiene un Ser inherente, todas las cosas son compuestas, todo tiene un ser provisional, prestado por el ser provisional de sus propios componentes, y así sucesivamente. Las cosas están “vacías” de un ser inherente. Esta “vacuidad” no es una “nada”, es más bien que los fenómenos particulares están vacíos de un ser propio —lo que los divorciaría de lo absoluto. Pero ¿el “Absoluto” tiene ser propio? Tampoco. “Si todo se reduce a la Unidad, ¿a qué se reduce la Unidad?”, dice un famoso *koan* —o enigma— del budismo zen. Lo interesante es que la experiencia revelaría que todo sería un “vacío-plenitud” (más allá de toda dualidad), que lo pone mucho más allá de un elemental nihilismo. Por lo mismo que está vacío de alguna característica particular y excluyente de otras características particulares, es un *plenum* de posibilidades, abierto y sin límites. Ahora imaginemos una religión que acerque ese *plenum*, tanto así que afirma que ya lo poseemos, que todo es cuestión de *darse cuenta*...

El budismo es una religión que se acomoda bien a la etimología de *relegere*, releer. Aunque dicha etimología se refiere original-

mente a reexaminar los actos para asegurarse de su concordancia respecto a las conductas establecidas, también se podría aplicar como “relectura”; el budismo *reexamina* todos los fenómenos para saber cómo son las cosas en sí mismas, saber cómo son las personas, saber cómo son las situaciones. Encuentra que todas son compuestas, son resultantes de componentes que se han combinado, son fruto de un eslabonamiento de causas y efectos vacías de realidad intrínseca; al no excluir nada y no aferrarse a nada uno es simplemente más feliz. También se ajusta a la etimología de *religar*, volver a unir lo que estaba separado, lo cual es el sentido original de la palabra *Yoga* —reintegración. El budismo es un yoga particular de los muchos que existen; es más, es toda una especie o categoría de yoga que involucra muchos tipos de yoga particulares.

En todo caso, lo que parecen buscar las personas es realizar-se; pero, realizar qué: su plenitud, sus potencialidades. El problema es que dentro de esa plenitud está lo bueno y lo malo, así es que todos llegamos a tener potencialidades destructivas y benéficas debido a las consecuencias de nuestras acciones, fruto de la confusión que produce nuestra falsa carencia —si tan sólo lo superáramos... Así evitaríamos cultivar conductas y actitudes de autodestrucción y más bien promoveríamos lo realmente benéfico. Ése es el famoso *karma*, palabra sánscrita que viene de la raíz *KR*, que significa “acción”. Toda acción, por su parte, conlleva una consecuencia, deja una huella o un residuo, o es una semilla para futuros resultados, mayormente de padecimiento, dado nuestro proverbial oscurecimiento de la mente, y es que la mente es en sí clara, luminosa, pero se nubla con nuestra ignorancia o insatisfacción fundamental.

Otra interesante particularidad budista es su concepción de la mente. Las tres características de la mente para el budismo son las siguientes: ser vacía de esencia inherente (estar más allá de cualquier particularidad excluyente que la limite); su claridad o luminosidad (todo “aparece” en el continuo de la mente de manera nítida y clara porque es básicamente *conciencia pura*, que recién toma forma cuando *conoce* lo particular, y por lo general se aferra erró-

neamente a ello —llegando a ser gobernada por ello— perdiendo así toda claridad). Y la tercera es que no tiene trabas o límites (es ilimitada, *todo* puede aparecer en la mente, exactamente igual que en un espejo pueden aparecer *todos* los reflejos, y aún así no afectan verdaderamente al espejo, no constituyen traba para él —o para la mente, que no es gobernada realmente por lo que aparezca en ella—, lo que sucede realmente es que sólo *parece* que nos afecta o perturba; de esa confusión es de la que hay que despertar). Por supuesto, es muy difícil que una persona perturbada —o con la mente “nublada”— lo reconozca y sería hasta cruel decirle a una persona que sufre que sólo *le parece* que sufre. Más bien esa persona tendría que calmarse y adquirir una cierta claridad —por eso es que meditamos— para luego darse cuenta de su propio proceso mental y emocional. Y es que las *emociones* aparecen *en la mente*. Por ello hay que tener la mente clara.

Los budistas buscan la paz en la mente. El budismo se centra en este fin, por ello su método —la meditación— es explícito y puntual. Al darse cuenta de los torbellinos y el caos de la mente, los cuales no nos dejan ver claro, se reconoce como indispensable calmarla para recién, después, poder penetrar en la esencia de esa mente —pureza, claridad y plenitud fundamentales. E incluso se plantea el ir más allá de la mente —más allá de los límites, de la dualidad, hacia la plenitud; pero eso es otra historia.

Nos parece que la gente está poco interesada en la paz. Por el contrario, busca más bien la actividad permanente que les proporcione excitación, distracción, entretenimiento (es que en el fondo se aburre mortalmente al no tener claro el sentido de su vida —lo busca confusamente y hasta rehuye dándose plenamente cuenta de ello— pues, en realidad no sabe qué busca, fuera de una borrosa y teórica felicidad creyendo que cada nuevo elemento le va a aportar esa felicidad que nunca llega). No sólo la paz le puede parecer aburrida, más aún puede serlo el conversar sobre el Ser o el no-Ser (es decir el sentido de la vida). Fuera de que no parece ser “práctico”, y que no le proporciona beneficio material, le da aparentemente angustia el plantearse preguntas sobre el sentido

de la vida, por ello lo evita sistemáticamente. Lo que es aún más grave es que la gente ni siquiera se entera de que no tiene paz. Tan sólo cuando su frenesí llega a manifestar estrés y angustia buscan relajarse y se dedican a actividades aún más estresantes y hasta extenuantes.

Según mi experiencia no es de extrañar que la mayoría de las personas no se da cuenta de que tiene una mente de la cual hay que preocuparse. No hablemos de la mente en un sentido cotidiano, que es manejado sin saber exactamente qué significa, la gente se contenta en decir “hay que vivir nomás”, y no se plantea la pregunta ¿qué papel real cumple su mente? Pero, preguntémosnos, ¿con qué se sufre? Con la mente, y ¿con qué se disfruta? También con la mente. Vemos entonces que la mente juega un papel muy importante; así es que nos parece consecuente observarla, estudiarla y manejarla (que ella nos “maneje” menos). Ello se logra mediante la meditación, es decir, prestarle atención a la mente, entrenarla. Este entrenamiento permitiría sufrir menos y disfrutar más; pero, cuando una persona no entrenada intenta meditar, es decir, observar su mente, *no puede*. Recién descubre que su mente no es estable, sino oscila, lo lleva por allí y por allá; se siente hundido en el océano de un caos. Todo eso es consecuencia de nuestra ansiedad por vivir. La vida se transforma en una ansiosa sensación de carencia que nos trae mucha preocupación e infelicidad.

Entonces veamos qué respuesta al respecto nos ofrece el budismo. En él se mezclan sin ningún problema el sentir religioso, la ciencia budista, la filosofía y la psicología. El budismo es una religión sin lugar a duda, y lo es en el sentido común, porque muchos cientos de millones de personas tienen altares en los cuales colocan al Buddha como una imagen y como un poder que les puede ayudar. Eso vendría a ser el budismo popular, en el cual no interesan las explicaciones. Esta forma del budismo se diferencia claramente del budismo más ilustrado, que estudia y practica las enseñanzas budistas de liberación mental. Podemos clasificar esta forma del budismo como una religión en el sentido de *relectura* y de *reintegración*.

Aparte de ello existe también la interpretación del budismo como ciencia, porque nos plantea una hipótesis acerca de las cosas y acerca del Ser, con sus respectivos métodos, que sirven para buscar la verificación a partir de la propia experiencia. Además, el budismo es filosofía porque discute la esencia del Ser, los fenómenos que hay en el mundo y la actitud de las personas. Posee y usa una lógica muy particular, que es compleja y refinada; a partir de ella ha creado una epistemología o explicación propia. Conocemos filósofos budistas de gran profundidad y sofisticación. Lo mismo vale si decimos que el budismo es una psicología; allí nos referimos al hecho de que ayuda al ser humano a comprenderse, a su psique, a comprender los problemas vinculados con la infelicidad y con la felicidad. Con sus propuestas que nos ofrece va más allá de los sistemas psicológicos que sólo buscan una adecuación en la conducta social de los pacientes. Me parece oportuno afirmar que el budismo es abierto para todas las personas, no solamente para aquellas que sufren enfermedades mentales; recurrir a prácticas budistas puede ser provechoso para cualquier persona que lo requiera. Lo más resaltante en el budismo es que es, sobre todo, un camino de comprensión y liberación. Este camino fue propuesto por un ser humano: Siddharta Gautama o Shak-yamuni. Él era como nosotros, no un personaje sobrenatural ni superior; era un príncipe de hace dos mil quinientos años, quien se *dio cuenta* de una manera originaria y excepcional que existía el sufrimiento. Su historia es la siguiente: Al nacer, su padre el rey consultó con un vidente; éste predijo que Siddharta sería un emperador del mundo, siempre y cuando no entrara en contacto con el sufrimiento. El rey entonces hizo construir un palacio rodeado de un parque tan grande que no se viera el muro que lo separaba del mundo (como intentamos hacer nosotros usualmente), e hizo retirar de la vista de su hijo a todo enfermo, viejo o sufriente (*ídem*). Un buen día, Siddharta se extravía con su cochero y da con el muro, y fuerza la salida. Tiene entonces cuatro encuentros que cambiarán su vida. Se entera de que existe la vejez, la enfermedad y la muerte y existen también caminos para *no* ser gobernados por ellas.

Entonces deja su palacio y va en búsqueda de la felicidad. Al no encontrar a nadie que le enseñe a enfrentar la vejez, la muerte, etc., decide buscarla por sí mismo el camino, dentro de él mismo, y es así que encuentra el *Despertar* o iluminación. Vive más de cuarenta años enseñando a encontrar lo que él mismo ha hallado.

El buda original nada tiene que ver con esa escultura obesa que se puede ver en los restaurantes chinos y a la que se acostumbra frotar el vientre para conseguir buena fortuna. Esa imagen proviene de una moda cultural china de la dinastía Tang que veía la gordura como algo hermoso, pues, implicaba el éxito y la prosperidad. Más bien la representación del buda original debemos imaginárnosla como una persona esbelta, a parte que eso se refiere a sus prácticas contemplativas que incluyen también el abstenerse, durante un tiempo bastante prolongado, de ingerir alimentos; está además influenciada por la iconografía griega, introducida a la India a partir de las conquistas de Alejandro Magno.

El Budismo no se deja reducir a un sistema doctrinal uniforme; él es múltiple, es como una religión que asume varias religiones a la vez en el sentido de que tiene varias escuelas que se reconocen y se respetan entre ellas, proporcionando así varias posibilidades a su seguidor, a cada uno según sus capacidades, su mentalidad, sus creencias o preferencias. Para poder hacerlo sin generar conflictos, reconoce el budismo las diferencias individuales en cuanto a necesidades y capacidades, va desde los caminos que ofrecen una disciplina muy estricta y apegada a la forma hasta aquellos que son más libres —para los de mayor capacidad— que inciden más en el espíritu que en la letra. Ofrece un camino para aquellos que desean llevar una vida monástica y renuncian a la vida mundana, y tiene espacio para aquellos que aplican las enseñanzas espirituales sin renunciar a su trabajo o a su familia. Se respeta la condición de cada practicante, se le deja a su juicio y opción, confiando en que él sabe tomar las decisiones con responsabilidad, en vez de prescribir qué tiene que hacer y en vez de legislarle, es decir imponerle sus acciones de su propia vida.

Afirmamos que Budismo es una religión de la inteligencia: busca saber y no creer. Aunque se deja libre la opción de la fe, el énfasis

sis está en la convicción sobre la base de la experiencia propia. Cuando tan *sólo creemos*, mañana podemos dejar de hacerlo. En el caso de que hubiera una experiencia, se la abandona solamente si se produce una experiencia más intensa que contradiga a la anterior, y si ya teníamos una experiencia de *plenitud* ello ocurrirá muy difícilmente. El budismo no es, pues, una creencia, más bien aconseja a dudar, verificar, investigar, constatar. No es, entonces, un camino de fe, sino de convicción, insiste en la verificación, quiere decir, en la experiencia propia, conseguida a través de métodos que se pueden aprender y que están disponibles. La experiencia propia y encontrar su propia forma de practicar es parte esencial del budismo. El buda mismo aconsejaba “ser una lámpara para uno mismo”, y no creer meramente en la autoridad ni institucional ni escritural, eso significa que hay que renunciar a cualquier escuela o guía espiritual; lo que vale es lo propio, por eso se ha mantenido la tradición viva del budismo. Esa experiencia se vive hoy y ahora. Actualmente existen seres humanos vivos identificables que han pasado por una *maestría*, tienen un dominio de la base, conocen el camino y saborean el fruto. Esas personas, por su parte, enseñan y guían ahora, se toman el trabajo de explicar y orientar para luego dejar al alumno cuando él ha encontrado su camino. Por supuesto, hay que asegurarse que tal persona sea un maestro antes de confiar en él.

No se requiere de una “conversión”, es más bien un tomar refugio en un ideal más alto que la vida ordinaria —en las “tres joyas”—: el ideal de la budeidad o despertar del sufrimiento por la experiencia de lo pleno; el ideal de la enseñanza, o medios que nos permiten acceder a tal experiencia directa; y el ideal de una comunidad que nos ayuda en ese camino, constituida no sólo por nuestros acompañantes en la vía, sino por todos los budas del pasado, del presente y del futuro. Por eso no es proselitista ni misionero, respeta la condición del otro, sólo ofrece sin imponer. Por eso puede permitirse ser ecuménico, es decir reconocer y hasta apoyar a las otras religiones, pues reconoce que son diferentes las vías para las diferentes necesidades o circunstancias. Es más, se puede ser budista (o simplemente practicar el budismo) aunque se par-

tipice de otras religiones, sin que exista demasiado riesgo de sincretismo. Más aún, el descubrimiento del budismo puede ayudar a comprender mejor otras religiones, como por ejemplo para entender el mismo cristianismo, por parte de alguien que haya nacido y crecido en él sin realmente comprenderlo.

El budismo es un camino completo, un sistema que ofrece información y metodología de la A a la Z, para quien se interese. Un comienzo, un medio y un final, aquí y ahora, en esta vida. Sin paraísos *post mortem*. El infierno y el cielo son estados mentales. En ese sentido es una religión de sentido muy profundo pero de aplicación muy práctica —y útil— que no se queda en preceptos más o menos generales —y hasta vagos— sino que suministra metodología, además de inspiración. Esta última es siempre indispensable, pues si no nadie estuviese motivado para esforzarse en buscar una salida tangible al sufrimiento, que como toda aplicación de método requiere esfuerzo y perseverancia, sobre todo al comienzo.

Es una religión de Amor. No un amor egoísta, sino amor de compasión. Cuando el 'otro' está padeciendo (está sujeto a una pasión o padecimiento), surge el deseo de aliviarlo, de satisfacerlo, de acompañarlo en su dolor. Sobre todo en el budismo *mahayana* o 'gran vehículo' se toma el ideal de ayudar a todos los seres a liberarse del sufrimiento, tomando el voto o intención del *bodhisattva* (el que sostiene la mente pura o mente del despertar, mediante la compasión, y también la sabiduría 'de las cosas como son' —y no como 'parecen' ser). El corazón de las personas por lo general está cerrado, a causa de una cultura de la competitividad y la desconfianza, cerrado por el egoísmo y la inseguridad, que se rodea de corazas y barreras que nos llegan a asfixiar. Abrir el corazón requiere un esfuerzo y una nobleza que no siempre estamos dispuestos a ejercer, pues puede doler, y tenemos miedo de 'perder', a causa de nuestra carencia o insatisfacción fundamental.

Es una vía espiritual, y hasta un estilo de vida, más que una religión como las que conocemos en Occidente (estamos familiarizados sobre todo con las llamadas 'Religiones del Libro' (Cristianismo, Judaísmo, Islam). No está basada en una revelación histórica —aunque el buda histórico *Sakyamuni* haya vivido hace dos

mil quinientos años, éste no sería si no uno más de la infinita serie de budas del pasado y del futuro— sino que está más allá de la historia, como casi todas las religiones orientales. Su revelación no es histórica sino trascendente, que proviene y va hacia una salida o abolición de todos los límites, especialmente los de tiempo y espacio. Y también es una vía espiritual universal, que no obliga a ‘orientalizarse’, pues va a las raíces de lo que constituye nuestra humanidad misma. Está más allá de una cultura o costumbre o aun moda cultural. Es más, todos los seres están virtualmente iluminados, son budas que ignoran serlo, y por ello sufren.

El budismo es una religión que no condena el placer ni identifica lo demoníaco con lo mundano y carnal (‘mundo, demonio y carne’). Al contrario, el gozo puede ser también una vía espiritual, por supuesto, con la comprensión y método adecuados. De hecho, la liberación del sufrimiento y la ansiedad es un gozo. En todo caso no hay una vergüenza o *culpa* a causa del placer, que más bien es expansivo, en cuanto que con la conciencia clara se pueden tener experiencias de plenitud que aporten una satisfacción tan profunda que llegue a ser fundamental, borrando la sensación de carencia o culpa que nublaba la conciencia del *plenum*.

El budismo explica. Se da el trabajo de elaborar, ofreciendo una explicación que es coherente en cuanto sistema, y sobre todo coherente con los resultados de su práctica, que se pueden *experimentar* desde el primer día, como es el caso de la persona que hace meditación por primera vez y halla paz y claridad en su mente. Entonces no requiere de una fe ciega. Y esta explicación no se considera de obligatoria creencia, es más bien como una “hipótesis de trabajo”, la cual tendrá que ser verificada con la experiencia. No es pues dogmático. No se tiene que aceptar todo, en fardo, más bien favorece la experiencia y los métodos para que ésta florezca.

Finalmente el budismo, por eso mismo, es agradable de practicar, no requiere de sacrificio, y es relativamente fácil: uno solo tiene que encontrar su verdadera naturaleza. Y luego actuar desde allí, espontáneamente. ¿Qué podría ser más fascinante?