

Relación Oriente-Occidente

1

Budismo Tibetano

Ángeles DE LA TORRE

Monja Budista. Alicante

Lo que voy a hacer es transmitir unas palabras que pretenden llevar la sinceridad de un camino y aportar algo de **experiencia personal** a este Curso que ha congregado a tantos y aparentemente con tanto interés.

Cuando yo fui por primera vez a conocer a un Lama no sabía lo que quería, porque yo había sido profesora de Universidad, y había sido una persona interesada por muchas cuestiones no precisamente religiosas. Había participado con otros en algún Congreso en el que se trataba de lo religioso

Tampoco en aquella época, de la gente que estábamos participando, teníamos mucho interés por lo religioso; criticábamos lo religioso; repetíamos bastante insistentemente que la religión es el opio del pueblo. Con aquellas experiencias y con mi desconocimiento de lo que era lo religioso la primera vez que yo tomé contacto por pura curiosidad con un maestro tibetano, que luego sería mi maestro, acudí como estáis vosotros con cuaderno y notas y me senté dispuesta a que me dijera cosas, a que me soltara una larga parrafada sobre lo que era el Budismo Tibetano para luego volver a España y contar que había sido instruida en el Budismo tibetano por un gran maestro.

Cuando me senté ante él comencé a sentir que me estaba ocurriendo algo, que me pasaba algo; estaba muy incómoda sentada, en el suelo a la manera tradicional, y lo primero que hizo el maestro fue levantarme, se sonrió, me hizo sentar cómodamente en una silla y me preguntó si me dolían las piernas, si había comido, si estaba bien, de dónde era, dónde estaba... En cambio yo me preguntaba: cuándo va a empezar a hablarme sobre Budismo, porque la cita era para tener un contacto con el Budismo y así poder escribir después un artículo en una revista de la Universidad de Delhi y en otra de Barcelona para que la gente se enterara de una vez qué era

el Budismo. Después de un buen rato me habló, me preguntó si sabía lo que era la compasión y si sabía lo que era el sufrimiento.

Ante mi respuesta simplemente me hizo callar, se sonrió y siguió rezando un rosario que tenía en la mano. Yo empecé —como en los ejercicios de teatro— a mirar a un sitio y a otro; él me miraba también muy tranquilo y yo estaba nerviosa; movía una pierna, cogía el bolígrafo, miraba el papel, daba vueltas y él me miraba... Poco a poco me fui calmando, porque estaba como estamos todos con frecuencia: nerviosos, excitados, esperando que ocurra algo.

Ese fue mi primer contacto con un maestro, un gran maestro del *Kharma*. A partir de ahí, empecé a entender, a intentar entender lo que había ocurrido en aquella reunión, lo que había pasado. Entonces empecé a interesarme y a entender lo que quería decir allí lo religioso. Era muy sencillo: lo religioso era escuchar, tener una experiencia interior, y aprender a ver, aprender a oír, aprender a callar, aprender a vivir. Por supuesto que había todo un aparato, toda una estructura filosófica que sustentaba aquella experiencia.

Fundamentalmente lo que interesaba a las personas que tenían interés por aprender era cómo se deja de sufrir, cómo se empieza a vivir intensamente... Lo que se pedía en aquel rincón de Oriente, del Nepal donde yo estaba, era que se guardara silencio y que nos volviéramos hacia dentro en lugar de mirar insistentemente hacia fuera; intentar definir lo que era el cambio, la unidad, el *kharma*, la reencarnación... y otros conceptos que seguramente vosotros conocéis muy bien teóricamente, pero que quizá en ningún momento habéis tenido la ocasión de tener la experiencia de ellos. Al cabo de los años hice un viaje muy rápido y volví a España después de haber estado viviendo en un monasterio, después de haber recibido autorización para trabajar en una determinada dirección, y de haber pasado largos períodos de retiro.

Vuelvo a España y me encuentro con un desmedido interés por lo que era el Budismo, por entender cuáles eran sus principios básicos; pero siempre con una pregunta que casi se parece al título de una película («¿Qué hace una chica como tu en un lugar como este?»); cómo es posible que una persona occidental, con una estructura de pensamiento racional... cómo puede andar vestida así, cómo puede aceptar unas formas de vida oriental. Aún en la actualidad me he encontrado con gente que me ha preguntado en la calle qué desayuna una monja budista, y yo le he dicho: no sé qué desayuna una monja budista, pero sí sé lo que desayuno yo: a lo mejor un café con leche y una ensaimada... Parece que necesariamente tenía que tomar algo muy raro. La curiosidad residía en saber cómo una persona con una instrucción y una educación occidental, con unos estudios universitarios, pudiera aceptar, asumir, creer y hasta «difundir» unos principios orientales.

En realidad es algo muy sencillo: entre Oriente y Occidente yo no he visto un dolor diferente, la sed no es distinta en la India, ni entre los tibetanos, ni entre los nepalíes, que en Cuenca o en Murcia; el desconcierto no es distinto en la India ni en el Tíbet que aquí en Murcia, o en Alicante. La angustia y el temor por la muerte no es distinta allí y aquí, las ganas de aprender y de vivir, de dejar de sufrir eran exactamente las mismas allí que las que yo llevaba que eran típicamente occidentales; mi deseo de no sufrir, de aprender a no sufrir que me había llevado a recurrir a los psicólogos y a los psiquiatras en España, a buscar distintas vías de conocimiento personal —de búsqueda, como dice Pánikkar o María Zambrano— de búsqueda del origen o del Centro que yo sí que sabía que ahí estaba la raíz pues me habían encauzado a buscarlo; a buscarlo a través de los medios tradicionales occidentales; me habían llevado a buscarlo allí donde lo encontré, en el lugar donde había respuesta, y donde la respuesta estaba

no en largas listas de libros, no en extensos principios filosóficos sino simplemente en el hecho de estar tranquila, callarse, guardar silencio, mirar, observar.

En estos puntos no existen grandes diferencias; no hay ninguna oposición entre Oriente y Occidente en este terreno de los principios, de los pilares en los que baso mi vida. Son los mismos fundamentos en los que yo he basado mi experiencia y mi forma de vivir. El problema es cómo dejar de sufrir, cómo ver y cómo entender mejor para poder ayudar más a los otros. Y esto da igual donde se haya nacido, la experiencia es exactamente la misma.

Como estamos en un ambiente fundamentalmente universitario hablar sobre la compasión desde una perspectiva excesivamente individual y personal podría parecer que no era suficientemente racional ni serio; a lo mejor podría incluso resultar una aparente pérdida de tiempo. El silencio podría considerarse poco razonable dentro de un entorno universitario. Pero no debe ser así.

LA FILOSOFÍA DEL BUDISMO

Voy a comentar dos o tres puntos simplemente que son la base de la estructura del camino; de un camino personal, individual, y también seguido colectivamente, desde hace miles de años, por miles y millones de personas en todas las partes del mundo, no únicamente en Oriente. Al comentar estos principios básicos de la filosofía del Budismo espero que quedará por lo menos intuido que no hay ninguna contradicción en el pensamiento o en la estructura de pensamiento, en la base filosófica del sistema del budismo, con la base o la estructura del pensamiento o de la filosofía del sistema occidental. Quiero decir, por otra parte, que trato este tema de forma modesta y no con un conocimiento exhaustivo. Por el hecho de estar aquí o por la circunstancia de ir vestida con el hábito de una monja de la tradición tibetana no significa que conozca más y mejor que otras personas esta cuestión. Sólo indicar que creo que estoy en el camino, en un camino de aprendizaje y de estudio.

Lo que quiero transmitir es la necesidad de racionalizar de alguna manera determinadas experiencias vividas, comparándolas y resaltando los contrastes existentes con otras experiencias dentro del mismo entorno. Efectivamente, lo que yo voy a comentar aquí es simplemente una especie de apunte o guión para que vosotros lo contrastéis y lo comprobéis. En una amplia reseña de libros publicados en Occidente encontrareis muchas de las cosas que yo os voy a contar. Igualmente quisiera despertar en vosotros el interés por estos grandes maestros del tema que son dignos de seguimiento y de contacto. Es decir, plantearos que existen fuentes a las que podéis acudir, perfectamente asequibles en España.

Quiero dejar claro que no soy una persona de gran conocimiento, ni tampoco (eso es lo peor) está ante vosotros una persona de una profunda práctica, sino que soy alguien que intenta vivir y aprender lo que caracteriza o caracterizaría el mundo oriental; me gustaría transmitir lo que podrían ser las bases de la filosofía oriental y que, de alguna manera, puedan sorprender o contraponer a la filosofía occidental.

Una peculiaridad de la forma de pensar oriental es el cambio, la esencialidad cambiante de todo, cosa que a los primitivos y a los primeros filósofos griegos no sorprendería en absoluto. También ellos se consideraban contemplativos, sostenían que la esencia de todo es el cambio: todo fluye, todo cambia; la mente cambia de un momento a momento. Algunos cambios son perceptibles por los sentidos, mientras que otros son más sutiles y sólo pueden ser notados si se

experimentan, si se sabe aprender a verlos. Pero lo que sí es cierto en este contexto es la importancia de la experiencia; cuando se tiene una experiencia que choca con otra es la realidad del cambio, la cual sustenta absolutamente todo.

El otro principio que podría aparentemente contrastar con los principios de la filosofía occidental, sería el de la unidad de todo, la interdependencia de todo. Se dice que los niños deben aprender en la EGB o en la ESO a hablar acerca de los sistemas o conjuntos; así funcionan las pautas de nuestras sociedades occidentales. Esto es lo que yo conozco y lo que yo he vivido de hecho; siempre nos hemos sentido en el fondo como si fuéramos seres asilados. Aún repitiendo muchas veces que formamos parte de un sistema, de hecho hemos luchado contra el sistema. En realidad los distintos sistemas se entienden como un conjunto de elementos interdependientes y ordenados entre sí. La realidad ha demostrado que nuestra existencia ha marchado de espaldas a esa interdependencia, dominados más bien por una fuerte dosis de individualismo. Sin embargo este principio de interdependencia y de unidad tiene un carácter universal. Este principio de universalidad de los elementos está en la base de la forma de ser de lo oriental, esa interdependencia sería al mismo tiempo el fundamento del Budismo como un camino de conocimiento personal iniciado en la India.

Tratemos ahora de un punto que es algo muy típico y característico de la filosofía oriental, y que probablemente ha sorprendido más y que cuesta mucho esfuerzo conseguirlo. El planteamiento sería el siguiente: ¿Es posible, teniendo una mentalidad occidental, aprender a incorporarse y a introducirse? ¿Es posible el aprendizaje, la comprensión, aprender la unidad, asimilar el cambio y la interdependencia a través del yoga? ¿Es posible conseguir lo anterior a través de una práctica individual y personal?

Algunos de estos interrogantes son los que más chocan con nuestra forma de pensar, pues se derivan de la filosofía tanto del hinduismo, como del Budismo. Esos principios o elementos de pensamiento resultaban extraños hace unos años, pero en la actualidad ya forman parte de la estructura básica de la explicación racional y de la experiencia del Budismo. Actualmente, a partir de la evolución y de la admisión de los últimos descubrimientos de la Física y de la Matemática, no son nada exóticos. El cambio es la raíz absoluta y la esencia de todo, lo que penetra y lo que está presente en todo. Esto es hoy en día en Occidente una verdad científica; lo que podría haber sido rechazado anteriormente por un occidental respecto a Oriente ya no tiene razón ninguna para ello. Por consiguiente no hay nada de los principios filosóficos fundamentales y básicos de un camino de crecimiento personal —como es el Budismo— que se presente como contrario a un pensamiento occidental.

LA CULTURA BUDISTA

A través de mi vida, en mis más de veinte años de práctica del Budismo tibetano, puedo haber encontrado aspectos culturales que pueden haber parecido un poco exóticos o que hayan podido chocar con la cultura vigente, como por ejemplo el hecho de llevar la cabeza rapada (ahora menos, porque va siendo una moda). En un determinado momento el hecho de aceptar una forma cultural tan específica, como era el llevar la cabeza afeitada siendo mujer o portar un hábito como este, realmente llamaba la atención.

En realidad estos detalles son absolutamente culturales; no tienen nada que ver con la estructura y con el camino, con las bases, con la guía y con el recorrido del camino. Es como

si dijéramos que un mapa es perfecto por el hecho de que me vaya a llevar a recorrer el Tíbet. No importaría mucho que el mapa estuviera editado en China, en la India o en Barcelona; lo importante es que esté perfectamente diseñado, que tenga todas las medidas precisas que vayamos a manejar, que aparezcan claros los conceptos de longitud y de latitud y que tenga bien marcados los puntos o lugares que nos interesen. El hecho concreto de estar editado en China no significa que vaya a ser admitido sin más, pues es posible que tenga la dificultad especial de la lengua en un momento determinado; es posible que el mapa chino señalara mejor dónde se encuentra un determinado restaurante o un hotel, pero no muchas cosas más. La conclusión es que en principio no se debería adoptar una postura contraria a los principios de la Filosofía budista que contrastaran con una forma de pensar occidental.

No es el momento ni mi intención entrar en detalles teóricos y filosóficos porque existe una amplia bibliografía al respecto donde se pueden encontrar los principales principios y postulados del budismo tibetano. Pienso que vuestro interés puede centrarse más en conocer determinados aspectos concretos, y que no aparecen probablemente en algunas publicaciones.

Simplemente intervengo como un ejemplo o como el testimonio de una persona que ha tenido una educación universitaria como vosotros, con un pensamiento aparentemente racionalista como daba la Universidad de Barcelona, con unos estudios de Filosofía Clásica como los podéis tener vosotros y que no ha tenido en absoluto ningún tipo de problema, nada que repugnara a mi mente o haya afectado a mi pensamiento occidental, al acercarme a lo oriental. Cuando he entrado en contacto con una filosofía oriental como es el caso del Budismo, no he tenido que romper con ningún telón; a lo mejor para vosotros ni siquiera existe o no tenéis experiencia de ese telón; tampoco quiero yo empezar a indicar qué cosas podrían formar ese telón.

El Budismo nace en Oriente. Cuando digo «nace» quiero decir que hace ya mucho tiempo que existe, mientras que la «experiencia» se expresa en presente, como si se estuviera haciendo. Lo que se conoce es lo que cuentan los libros mientras que lo que se transmite en realidad es algo que existe ahora. En una ecografía el médico está viendo el latido, mientras que la radiografía sólo te sirve para que tengas el recuerdo de esa experiencia de latido. En Oriente la religión, por lo que yo he visto y he conocido con diferentes grupos que he conocido en la Universidad, es un latido, es una experiencia viva. No estamos hablando de religiones comparadas, no se trata de una lista de libros, sino que se aborda una experiencia concreta diaria, de una experiencia de camino y de crecimiento personal. El Budismo nace cuando hay alguien que tiene un desasosiego y que tiene una mente disturbada, conturbada y preocupada con una serie de preguntas; a partir de entonces se decide a aprender, a hallar una respuesta; desea encontrar una salida válida. La estructura budista fue válida tanto en su inicio como hoy en día, es válida para todos pues presenta una experiencia. Pero no vale si sólo se reduce al habla, como no sirve cuando se intenta sólo conocer el sabor de la miel, del azúcar o del mango; nunca se sabrá cómo es el sabor si no se prueba.

En consonancia con lo anterior, lo que está ocurriendo con la separación entre Oriente y Occidente en ambientes académicos y religiosos (proliferan los grandes «supermercados de lo espiritual y de lo religioso») es que se cuenta simplemente cómo es el sabor, sin intentar probarlo de verdad. La gente se reúne para que le cuente alguien, con más o menos habilidad, cuál es el sabor de su miel, de su melón o de su bocata... En realidad el Budismo es un camino para que cada uno encuentre su propio sabor, aprenda a querer, deje de desear hacer algo para hacerlo de verdad, aprenda a ser presente y a no debatirse entre el pasado y el futuro. Con

frecuencia sólo se escucha; se come rápido porque tenemos que salir corriendo a tomar café a casa de fulano y después por la tarde tal cosa y después... Si no te detienes resulta que te comes la sopa tan rápidamente que ya estás pensando en el plátano o en el melón que vas a tomar de postre, no te enteras (no saboreas) el auténtico placer de la sopa o de la comida, de lo que estás haciendo en ese momento.

Lo que enseña el Budismo es ese hacer: recrearte, escuchar, abrir el corazón porque el corazón cerrado no puede escuchar; el corazón es la base para poder escuchar y eso no es exclusivo de Oriente ni de Occidente, sería patrimonio de la humanidad. La mente no tiene los ojos achinados ni tiene los ojos con un determinado color, con acento catalán o murciano. La mente no tiene ningún acento ni ningún color.

Por consiguiente el corazón y el sufrimiento de todos los seres no tiene fronteras, no tiene norte ni sur, no tiene longitud ni latitud... Aunque es verdad que se encuentra en un lugar concreto con longitud y latitud determinadas. Por medio de la longitud y la latitud se puede acceder a un ser que tuvo una experiencia y dedicó su vida a esa experiencia, que la compartió para que otros la vivieran y no se limitaran a escucharla; lo que descubrió fue la esencialidad del cambio. Desconocer la esencialidad del cambio implica sufrimiento... y el sufrimiento no se combate con más sufrimiento. Para eliminar el sufrimiento hay que conocer cuál es la raíz y la causa de esa distorsión mental, de ese estado mental que lleva a sufrir y a temer. Sólo conociendo la raíz se puede eliminar, de lo contrario se quitará sólo lo superficial. El sufrimiento es simplemente no escucharnos, no saber escuchar.

El camino lleva a la luz y a eliminar la ignorancia; la ignorancia impide la comprensión de la realidad última; cuando se elimina el velo de la ignorancia queda la visión que puede penetrar y entonces se puede diferenciar lo que es el aspecto de lo esencial, lo que es la apariencia de la realidad, lo que es circunstancial, adventicio, accesorio, de lo que es absolutamente fundamental. Cuando se ve se puede ir y se puede buscar, se puede emprender el camino, hacia el centro, que decía María Zambrano, o hacia el origen o hacia lo más profundo de uno mismo, hacia lo religioso.

Y este es el camino de lo religioso, que no encuentra ninguna barrera, en un occidental o en un oriental que intente seguirlo. Esto es lo que yo he encontrado (aunque también se puede descubrir en los libros y en las bibliotecas); esto es lo que yo me he encontrado y es mi experiencia de vida, viviéndolo cada día en Alicante, trabajando, yendo al mercado, conviviendo con la gente, viviendo en familia, dando clases, yendo al cine, oyendo música... No hay contradicción, no hay nada de todo este mundo oriental que me haga coartado o que me haya cerrado ninguna puerta. Gracias a ese aprender a ver mi situación personal y real, de trabajo y de circunstancias donde estoy ahora, de contacto con la gente y de goce con la vida, yo creo que he ganado y he mejorado muchísimo. Algunos me llaman «la Budi» en determinados ambientes donde me muevo; por ejemplo, en la cárcel de mujeres de Alicante. En otros ambientes soy simplemente Ángeles. No hay problema, la gente me para en la calle, pero no me preguntan cómo se vive en Oriente sino que me preguntan cómo pueden entender una esquizofrenia que no controlan o cómo pueden llevarse mejor con su pareja, etc.

En definitiva siempre se trata de algo humano; nunca ha acudido nadie a preguntarme cuál es el principio fundamental del Budismo, sino que me han dicho: por favor, ayúdame que no puedo más, no puedo soportar como estoy... ¿cómo crees tu que se podría hacer tal cosa mejor, cómo actuar para poder entenderme mejor la sociedad?