

“El Budismo en América”

La segunda conferencia titulada «Buddhism in America» tuvo lugar en San Diego, California, en mayo de 1998. Reunió a un público de practicantes, profesores y eruditos budistas. Sogyal Rinpoché fue invitado en tanto que uno de los principales oradores.

Introducción

En lo que se refiere al futuro del budismo, todo lo que puedo hacer hoy por hoy, es compartir algunas ideas y deseos basados en mi experiencia personal y lo que he entendido en estos veinticinco años enseñando en Occidente. Inevitablemente, mi discurso se va a referir sobre todo a la tradición budista del Tíbet, pero espero no obstante, que tenga sentido para los practicantes de todas las tradiciones.

Para empezar quiero señalar que soy sólo un practicante que hace todo lo que puede por practicar, un estudiante del Darma que intenta, trabajando consigo mismo, gracias a las enseñanzas y a sus maestros, convertirse en un ser humano mejor. Dejádme que os diga también que es para mí un gran honor haber sido invitado a intervenir en esta conferencia sobre el budismo en América.

Primera parte

Jamyang Khyentsé y Rimé

Cuando pienso en el budadarma y su futuro, mis pensamientos se vuelven hacia mi maestro Jamyang Khyentsé Chökyi Lodrö, que fue un maestro de todos los linajes del budismo tibetano y que murió en el exilio, en Sikkim, en 1959. Era un verdadero líder, considerado por mucha gente como uno de los más grandes maestros de este siglo, personificación del budismo tibetano, y una demostración en vivo de la forma de ser de alguien que ha realizado las enseñanzas. Era un maestro de maestros, el maestro de muchos lamas eminentes que iban a enseñar a Occidente, como Dilgo Khyentse Rimpoché, Kalu Rimpoché y Dezhung Rimpoché; sin embargo trataba a todo el mundo de la misma forma: ricos y pobres, poderosos o humildes.

A menudo me pregunto si el futuro del budismo tibetano no habría sido muy distinto si él hubiera vivido más y hubiera podido inspirar el desarrollo del budismo, en exilio y en Occidente, con la misma autoridad y el mismo respeto infinito hacia todas las tradiciones que lo hicieron tan querido en El Tíbet.

Jamyang Khyentsé tenía una visión. De hecho era el heredero del movimiento no sectario Rimé, cuya influencia se expandió por todo El Tíbet oriental en el siglo pasado. Fue una suerte de renacimiento espiritual, que rechazaba toda forma de prejuicio sectario o partidista y animaba a cada tradición a dominar las enseñanzas y las prácticas auténticas de su propio linaje, al mismo tiempo que a mantener un espíritu de apertura, armonía y cooperación con las demás escuelas budistas. No había confusiones ni síntesis entre una tradición y otra –la pureza de cada tradición estaba asegurada- pero coexistían y a menudo se inspiraban los unos en los otros.

Creo que existe un paralelismo fascinante entre la extraordinaria riqueza de la cultura espiritual tibetana en los tiempos de los grandes pioneros del movimiento Rimé, como Jamyang Khyentsé Wangpo y Jamgön Kongtrul, y la gran diversidad de linajes que encontramos hoy en día en Occidente. En cierto modo la visión Rimé sugiere un modelo de la forma en que el Darma tiene que continuar en Occidente: guardando un respeto total por nuestras distintas tradiciones auténticas y considerando al mismo tiempo la creatividad y la ingeniosidad que las diferentes escuelas del budadarma han demostrado durante su establecimiento en Occidente. Todos podemos inspirarnos, ayudarnos y entrar en contacto mutuamente, sin por ello confundir o mezclar nuestras tradiciones de forma inapropiada. Jamyang Khyentsé también se dio cuenta de que el Darma llegaría a Occidente. En El Tíbet, desde la época de Padmasambhava, muchas profecías lo anunciaron; Jamyang Khyentsé habló de ello en varias ocasiones y poco antes de su muerte, le dijo al maestro tibetano Tulku Orgyen en Sikkim: "A partir de ahora, el budadarma se extenderá más lejos, hacia Occidente".

Si consideramos el impacto del Darma en la vida occidental de hoy en día, nos sorprenderemos de la diversidad de dominios culturales occidentales influenciados por el budismo y con los que hemos llegado a familiarizarnos:

- el acompañamiento a los moribundos y los cuidados paliativos, un terreno que me interesa muchísimo;
- la medicina y la curación holísticas ;
- el terreno de la psicología y la terapia ;
- el arte y la educación — basta con pensar en el Instituto Naropa ;
- el diálogo entre las distintas confesiones y los intercambios ecuménicos ;
- la ciencia de la vida ;
- los movimientos por la paz y la no violencia ;
- las formas de existencia apropiadas y la ética en el mundo de los negocios ;
- la ecología, etc. ...
- sin olvidar, en el caso del budismo tibetano, Hollywood y la industria cinematográfica !

Los distintos linajes budistas se han establecido de un modo u otro en América y Europa y, bajo la égida del budismo comprometido, muchas y maravillosas expresiones de la acción inspirada por el budismo, han fructificado. En este sentido tenemos "Greyston Mandala" de Glassman Roshi, el proyecto del Hospicio Zen, las distintas iniciativas en cárceles, bajo la dirección de Thich Nhat Hanh y el "Buddhist Peace Fellowship".

Me gustaría elogiar a todas estas personas aquí y ahora y estoy seguro de que Jamyang Khyentsé -y todos los maestros de la tradición Rimé- habría apreciado y aprobado enormemente todo este trabajo.

Dos formas de presentar el Dharma

Estos últimos años Su Santidad el Dalai Lama ha subrayado que existen dos formas de presentar el Dharma hoy en día. Una de ellas es proponer enseñanzas, en el espíritu del budismo, sin ninguna noción de exclusividad o de conversión, sino de la forma más abierta y amplia posible, para que sea útil a todo el mundo, en todas partes, sea cuál sea el contexto o la confesión religiosa. La esencia del budadharma, su visión central es tan práctica, simple y al mismo tiempo tan profunda, que puede enriquecer y ahondar en la comprensión de todo el mundo, independientemente de la vía espiritual que se siga.

La segunda forma es presentar las enseñanzas a quienes tienen la seria intención de estudiar el Dharma, a fin de que puedan seguir una vía íntegramente y a fondo, cualquiera que sea la tradición a la que pertenezcan.

¿Cuál es el vínculo entre estos dos enfoques? El primero no puede producirse sin el segundo. No tenemos que olvidar nunca que el carácter único y la gran fuerza del Dharma provienen del hecho de que se trata de una vía espiritual completa, cuyo linaje puro y vivo, no se ha interrumpido hasta nuestros días y que si perdemos esto, lo habremos perdido todo.

Veo en la declaración del Dalai Lama un esquema rector para todos nosotros, en el siglo XXI y crucial para la supervivencia del auténtico budismo.

Dos temas preocupantes

¿Cuáles son los medios que encontrará el budismo en el futuro para aportar su contribución completa a la transformación de la sociedad? Y al mismo tiempo, en su encuentro con el mundo contemporáneo, ¿cómo podremos evitar que sea absorbido y neutralizado, con el consiguiente riesgo de ser reducido a un instrumento más para entumecernos, que se inscriba e “integre” en la sociedad occidental para al final convertirse en una mera rama de la psicología, del New Age o del movimiento en favor de la sanidad? Conozco a muchos maestros tibetanos de hoy en día que tienen estas mismas preocupaciones y se preguntan lo mismo que los budistas occidentales, en este periodo de transición que atravesamos juntos. También tienen otras preocupaciones propias. Ven varios signos de alerta en lo que al futuro se refiere.

Cuando vemos imágenes budistas en anuncios publicitarios, en las películas de Hollywood o representando lo que está de moda, es un testimonio de la popularidad del budismo; puede ser gratificante y hasta entusiástico –pero al mismo tiempo, produce escalofríos. Ya que ¿a dónde nos va a llevar la popularidad del budismo? ¿Estamos siendo testigos de la conversión del budismo en un producto? ¿en algo rápido y sencillo de manejar y que no tiene en cuenta la disciplina y la aplicación pacientes, tan necesarias en la vía budista, como en cualquier otra vía espiritual? Así que ¿cuáles son los peligros en esta tentativa de convertir al budismo en algo tan acorde como sea posible con los gustos y modas de la sociedad actual hasta el punto que lleguemos a editar o reescribir sutilmente las enseñanzas de Buda? ¿Existe un riesgo de “vender” el budismo de forma demasiado agresiva, demasiado forzada y hasta evangélica? Cualquier interés comercial es ajeno al budismo, que siempre ha puesto el acento en la importancia de examinarse a uno mismo. Movidos por nuestro deseo inveterado de algo “nuevo”, ¿cuál será el efecto a largo plazo de intentar poner en acción demasiado pronto un poco de conocimiento precipitándonos, con la única finalidad de ser productivos? Mi impresión –y la de los

maestros que conozco- es que las consideraciones prácticas no deben nunca tener prioridad sobre la autenticidad de las enseñanzas.

Comprensión y cambio

Sea cuál sea nuestra preocupación acerca de la forma de presentar el Dharma, nuestra necesidad primordial, en lo que al futuro se refiere, es profundizar nuestra comprensión y nuestra experiencia del Dharma. Consideremos la cuestión de las modificaciones y adaptaciones, por ejemplo. Tal y como yo lo veo, ha llegado el momento de presentar la esencia de las enseñanzas prescindiendo de cualquier utensilio cultural, sin comprometer por ello la fuerza o la incidencia del Dharma y ofreciendo al mismo tiempo algo apropiado a las condiciones y a la mentalidad de los occidentales de hoy en día. Este es el desafío: no quedarse en ser tradicional de forma demasiado rígida, pero adaptarnos de forma auténtica; no precipitarnos tampoco demasiado ni esperar más de lo necesario; sino encontrar una vía intermedia.

Claro que es difícil adaptar y modificar, pero lo que siempre me ha retenido es esta necesidad que siento de estar totalmente seguro de que el resultado será verdaderamente Dharma en todos los sentidos. Ya que una vez que se da origen a una forma, ésta tiende a persistir, y luego resulta difícil de cambiar.

En El Tíbet; hace 1200 años, en la época de la traducción de las enseñanzas del budismo indio, maestros de aquel país y traductores tibetanos excepcionales estaban allí para instigar la integración completa de las enseñanzas en un contexto tibetano y encontrar el justo equilibrio, manteniendo la totalidad de las enseñanzas al mismo tiempo que las canalizaban hacia los fundamentos de la cultura y la psicología tibetanas. A veces me pregunto si hoy en día nosotros tenemos las mismas virtudes que ellos tenían entonces.

El título de « traductor » (lotsava) tenía entonces un significado mucho más profundo que hoy en día. Era un término que implicaba un gran respeto y suponía una comprensión profunda; a Marpa, por ejemplo, el maestro de Milarepa, lo llamaban «Marpa el traductor». He aquí lo que necesitamos hoy en día –auténticos eruditos, como aquellos panditas indios y aquellos grandes traductores tibetanos, que tenían discernimiento, haciendo la traducción, para crear la forma apropiada sin perder nunca la esencia.

En dos palabras, para llevar a cabo cambios, necesitamos una comprensión extremadamente clara de las enseñanzas; se trata de una traducción muy sutil y profunda.

Supongamos, por ejemplo, que nos volvemos hacia aspectos de las enseñanzas que nos molestan y que presumimos que forman parte de los utensilios culturales. ¿Cómo asegurarnos de que no estamos cometiendo un enorme error, cuando de hecho, puede que constituyan parte integrante de la enseñanza? Hablamos de los utensilios culturales que proceden de Oriente, pero cuando abordamos el budadharma, por supuesto que aportamos con nosotros nuestras ideas preconcebidas occidentales, que son quizá aún más difíciles de identificar y erradicar.

Su Santidad el Dalai Lama ha llamado la atención sobre el hecho de que existen aspectos de la tradición que están conectados con la geografía, con la época y la cultura y que cambian con las condiciones; pero existen otros muchos aspectos que son una manifestación compasiva y hábil de la sabiduría, y que se apoyan en una verdad inherente. Así que cuando las cosas se ponen difíciles y complicadas, tenemos que poner todavía más atención para no tirar al niño con el agua del baño.

No es que yo pretenda simplemente preservar una «buena y vieja tradición». En el fondo de mí mismo, siempre he tenido el profundo deseo de encontrar los medios para transmitir el Darma al mundo actual ; este ha sido y sigue siendo, un aprendizaje continuo, con mis maestros, las enseñanzas y mis propios estudiantes.

No obstante, he observado algo : cuando, a través del estudio, la práctica y la integración, los estudiantes del Darma llegan a una comprensión real y completa, se convierten en un receptáculo para el Darma, y empiezan a tener la «sabiduría del discernimiento». Rezo para que esta sabiduría del discernimiento crezca en los practicantes del Darma y para que su comprensión se vuelva tan perfecta que cuando se lleven a cabo adaptaciones, éstas sean naturalmente las apropiadas. De este modo, una presentación esencial o una explicación simple de las enseñanzas como la que estamos dando hoy, no debe revelarse en el futuro como una limitación de la comprensión y obstaculizar la plenitud del Darma. La sabiduría, la visión penetrante, la experiencia, la realización –todo esto es necesario- y particularmente los medios hábiles.

En todo caso, el desafío de nuestra época es movernos entre criterios de la tradición y lo que es percibido como exigencias de una nueva situación. No es una tarea fácil, pero sí peligrosa e incierta. Las decisiones que tomemos ahora pueden tener, en el futuro, consecuencias a largo plazo. Y sin embargo, tenemos que hacer frente a este desafío y encontrar un equilibrio sutil entre la audacia renovadora y la prudencia comedida, pero con el ritmo exacto, como lo ha aconsejado Su Santidad, y con la comprensión requerida. Cada vez que pienso en introducir una modificación importante, consulto siempre con mis maestros, para estar seguro de no caer en la trampa que consiste simplemente en poner mi propio sello en las enseñanzas.

Segunda parte

En mi opinión, en los próximos años, las cuestiones primordiales serán: el carácter íntegro del entrenamiento, la autenticidad del Darma, tanto en las enseñanzas y como en la práctica, y el apoyo al Sanga. En cierto modo, esto evoca, respectivamente, los principios de Buda, Darma y Sanga.

I. El entrenamiento

El budadarma se ha establecido en Occidente y no constituye la prerrogativa o el monopolio de un grupo asiático en particular. Los tibetanos dicen: «El Darma no pertenece a nadie; pertenece a quienquiera que cuente con el verdadero conocimiento» Los Occidentales son, serán y deben ser, los detentores de estas tradiciones, aunque aquí no se trata simplemente de autorización, sino de entrenamiento o educación. Sé que la calidad del entrenamiento de hoy en día preocupa a muchos maestros de la tradición tibetana. Dicen que un monje venerado hoy en día como doctor en filosofía en la comunidad en exilio en La India,

puede, de hecho, haber recibido una formación muy inferior a la que habría recibido alguien que hubiera hecho los mismos estudios en El Tíbet antes. Si este es el caso en La India, se preguntan, ¿qué decir de los criterios de entrenamiento en Occidente?

La gran cuestión hoy en día es ¿cómo, en un mundo turbulento, agitado y acelerado, los estudiantes pueden encontrar formas de entrenarse en las enseñanzas y practicarlas con la constancia tranquila y regular que necesitarían para integrar la verdad? Antes la gente permanecía en un sitio y seguía a un maestro casi toda su vida –fijaros en Milarepa, que sirvió a Marpa durante años, antes de que éste lo dejara irse a practicar solo, o más cercano a nosotros, Dilgo Khyentse Rimpoché que sirvió a mi maestro Jamyang Khyentse y permaneció con él durante años. Ello requiere una transmisión continua y no existen ni sustituto ni alternativa a la constancia y la estabilidad.

Incluso en mi trabajo personal he visto cómo, cuando consagran tiempo al entrenamiento de la mente y al trabajo sobre sí mismos en un entorno especial, los estudiantes pueden lograr excelentes resultados.

Desde el punto de vista tradicional, el entrenamiento se adapta según la persona quiera convertirse en un practicante, un erudito o un enseñante, pero en todo caso, es necesaria una base sólida en cuanto a enseñanzas fundamentales del Darma. Los puntos principales, la esencia de las enseñanzas tienen que ser inculcados a la mente del estudiante para que no los olvide nunca. Por ejemplo: evitar hacer el mal, el punto crucial del Vehículo Fundamental; el desarrollo de un buen corazón, la esencia del Mahayana; y la percepción pura, la esencia del Vajrayana.

También tendrán que contar con una base sólida en:

- .. La práctica de la meditación,
- .. El entrenamiento en la compasión,
- .. La comprensión de la naturaleza de la mente.

En mi trabajo a lo largo de los años he descubierto hasta qué punto es importante que los estudiantes establezcan esta base del Darma y consigan de verdad una comprensión interior, en el entorno adecuado. Es algo a lo que necesitarán volver una y otra vez, perseverando, apoyándose en las diferentes formas de soporte y siguiendo una vía progresiva de estudio y práctica con la que puedan lograr lo que puedan al nivel en que se encuentren.

Tal y como yo lo veo, el enfoque más apropiado es el Mengak Ñongtri Chempo, el método de Patrul Rimpoché, según el linaje Dzogchen, en el que el maestro aplica el entrenamiento a la experiencia del estudiante. La exigencia tradicional de la práctica puede adaptarse, en cierto modo a la experiencia del estudiante.

Transmitir enseñanzas de Buda es una inmensa responsabilidad y exige siempre un examen de nuestra propia motivación. Uno de mis maestros, Ñoshul Khen Rimpoché, me contó una vez que alguien le había preguntado: «¿Cuáles son las virtudes necesarias para enseñar el Darma?» y que él contestó: «Tener una motivación pura». La principal preocupación de los maestros tibetanos será siempre que 1) la fuente de transmisión sea pura, y 2) que la motivación para enseñar sea pura –el ideal del bodhisattva. Las virtudes esenciales de un practicante del Darma, que según lo que yo sé, un maestro busca siempre en previsión de la continuidad del linaje, son que el practicante sea un buen ser humano: digno de confianza,

auténtico, cuyo carácter y personalidad al nivel más fundamental, estén domesticados por las enseñanzas del propio Darma, y cuya motivación sea la bodichita. El Dalai Lama nos ha prevenido: «Demasiada gente habla del Darma sin parar. En lugar de utilizar el Darma para destruir sus propias emociones negativas, ven en el Darma una especie de posesión y a sí mismos como los propietarios.» El que enseña tiene que evitar a toda costa traicionar al budadarma, con sus limitaciones personales, su ego y sus propias ideas.

II. Las enseñanzas

Otra tarea cuya importancia es igualmente crucial es la de mantener la integridad de lo que en tibetano se llama el Shedrup kyi Tempa, la enseñanza del estudio y la práctica. Tienen que ir siempre juntas. Muchos maestros tibetanos están preocupados al ver que la gente estudia sin un plan de conjunto, en lugar de seguir una vía completa, estudiando los principales textos budistas. El estudio del Darma es esencial, así que la finalidad no es simplemente aprender por aprender: el estudio tiene que ir siempre aliado con la práctica. El Dalai Lama ha escrito: «El budismo concede una gran importancia a la investigación interior, al entrenamiento del desarrollo de la mente. Desde un punto de vista budista, enseñar y estudiar el Darma no constituye sólo una búsqueda académica. Estudiamos y enseñamos el Darma para disciplinar nuestras mentes turbulentas.»

Esta tradición ha dado lugar a los practicantes eruditos más asombrosos, que entraron profundamente en la experiencia de la práctica de las enseñanzas. Pienso una vez más en Su Santidad, como ejemplo de primer orden. Cuando se trata de estudio y práctica del Darma, no hay que comprometer su profundidad, su sabiduría y sus medios hábiles, si no podríamos encontrarnos en el futuro con un budismo que no se apoya en las enseñanzas de Buda. En una sociedad sin cultura espiritual y sin el discernimiento que ésta procura, la gente es crédula y por tanto incapaz de distinguir entre un budismo auténtico y uno que no lo es.

Existen dos cuestiones particulares que, tal y como yo lo veo, tienen un significado fundamental para el futuro: la necesidad de cultivar una apreciación mucho más profunda de las enseñanzas y lo que verdaderamente ofrecen y representan; y la atención que hay que acordar a la forma en que una verdadera integración de las enseñanzas puede producirse en la mente y el corazón del estudiante.

I. La apreciación

Siempre me sorprende el poder de transformación de las enseñanzas y hasta qué punto pueden resultar terapéuticas. Cada vez más, me voy dando cuenta de hasta qué punto estamos ciegos a las respuestas que contienen las enseñanzas; no obstante, si se las explora, se las experimenta plenamente y se las dirige hacia la esencia de un problema o una ilusión, pueden tener efectos extraordinarios. Creo que a menudo no exploramos de verdad las enseñanzas en sí mismas por lo que contienen, o que no dejamos hablar a nuestro corazón de las dificultades reales que la gente y los practicantes del Darma atraviesan hoy en día. Hace ya muchos años que estas preguntas atraen mi atención: ¿Cómo puede la gente inspirarse y apoyarse en el camino espiritual? ¿De qué forma pueden obtener el máximo

beneficio de su comprensión y su realización? ¿Cómo podemos de verdad aplicar las enseñanzas a nosotros mismos y a las dificultades que encontramos?

En abril de 1998 pasé un mes en retiro con un grupo de estudiantes en nuestro centro de retiros y comunidad del sur de Francia. Penetramos y profundizamos en las enseñanzas; examinamos las enseñanzas fundamentales, pero desde el punto de vista más elevado, y juntos, exploramos su significado, a lo largo de una contemplación y una reflexión tranquilas; me maravillaron las realizaciones y los progresos que los estudiantes llevaron a cabo en su comprensión, en tan poco tiempo. Ello me demostró que en un entorno especial, los estudiantes pueden descubrir cosas en sí mismos que conservarán por mucho tiempo, clarificando las zonas oscuras, transformando de verdad su forma de verse a sí mismos y ofreciéndoles una nueva capacidad para superar los desafíos que la vida les pone delante y los obstáculos que surgen en sus mentes. Esto me conmovió enormemente y los felicito por su comprensión, su valor y su entrega sin reservas.

Por ejemplo, alguien dijo que de repente empezó a ver claro en las estratagemas del ego, y a desenmascarar la ilusión en tanto que tal –una mascarada detrás del humor cotidiano y la frustración monótona que le ocultaban el Darma y lo privaban de la posibilidad de cambiar. Otra persona dio con un método que le permitió con habilidad, ser más astuto que una de las trampas que el ego le tendía habitualmente. Varias personas consiguieron un grado de compromiso nunca antes logrado que les permitió tomar personalmente la responsabilidad de entrenar su propia mente. Una practicante del Darma desde hacía mucho tiempo, comprendió una noción habitual que la perseguía sutilmente desde hacía mucho tiempo –según la que la felicidad existía fuera de sí misma y «en otra parte». Descubrió además que el Darma es una fuente inmensa de logros, de satisfacción interior y de contentamiento; se dio cuenta de que hasta que podamos encontrar la felicidad y la alegría en el Darma, será difícil renunciar completamente al samsara, y que una verdadera renuncia está lejos de ser sombría, triste o implacable.

Existen diferentes aspectos de las enseñanzas –meditación, reflexión, amor, compasión y visualización- que cuando se exploran con profundidad e inspiración, se dirigen cada uno a su manera, a nuestros aspectos «difíciles», ayudándonos a que caigan las máscaras tras las que nos escondemos. Un cambio aparente extremadamente simple puede tener un efecto enorme en la vida de una persona: la decisión de ser feliz, o de abandonar o terminar con una historia del pasado.

En semejantes momentos los estudiantes se pueden permitir cortar con su apego al samsara y sus escondites secretos. Pueden reconocer que la ilusión y el sufrimiento que los aprisionan desde hace años en su corazón y su mente, sólo existen en su mente y en ninguna otra parte. Y una vez que ha sido reconocida por lo que es, la ilusión deja de tener el poder de engañarnos.

El hecho es que, creo que las enseñanzas por sí mismas, tal y como las conservamos ahora, si las aplicamos con sabiduría y perseverancia, pueden ayudarnos en los problemas que afrontamos hoy en día.

Pongamos un último ejemplo: ¿qué mejor fuente de inspiración y de curación para los que sufren de falta de amor, que están atascados en una historia dolorosa, o que piensan que nunca han sido amados, que descubrir cómo recibir amor y bendiciones de los Budas, gracias a las enseñanzas. Ellas pueden aportarle una nueva forma de ver y enseñarle que existe en su interior un tesoro inagotable de amor y compasión, que lo único que está esperando es la apertura de su corazón

para liberarse. Penetrar en el amor y la compasión de las enseñanzas hace brotar en nosotros una fuente de amor, de la que podremos más tarde extraer y distribuir a los demás.

II. La integración

Por otra parte para que las enseñanzas y la práctica tengan todo su impacto, lo que es muy importante y a menudo descuidamos, es la integración. Para que el Dharma se fortifique en el futuro y que la gente sobreviva y lleguen a un logro en el camino espiritual, es necesario examinar en detalle como un estudiante puede ser ayudado a atravesar las diferentes etapas del camino, que Gampopa, el discípulo de Milarepa, describió en su célebre oración:

Otórgame tus bendiciones para que mi mente se vuelva hacia el Dharma.

Otórgame tus bendiciones para que el Dharma progrese a lo largo del camino.

Otórgame tus bendiciones para que el camino clarifique la confusión.

Otórgame tus bendiciones para que la confusión se transforme en sabiduría.

Con demasiada frecuencia la gente que entra en el Dharma se conforma con esperar pasivamente a que las enseñanzas lleguen a ellos. Nuestro compromiso con las enseñanzas debería de ser más activo. Tenemos que aplicárnoslas a nosotros mismos y hacer un esfuerzo consciente para mantenerlas vivas. Quizá escuchamos las enseñanzas, pero ¡las ponemos tan poco en acción! Por eso es necesario escucharlas una y otra vez hasta que lo que tenemos que hacer se vuelva tan evidente, que se convierta prácticamente en nuestra segunda naturaleza. Luego, por la práctica, esto se convierte en una buena costumbre natural. Si no, habrá una brecha enorme entre lo que aspiramos a ser y lo que somos, y nuestras aspiraciones espirituales se mantendrán a distancia.

A menudo nos resistimos al cambio y nos arraigamos en el samsara, dejando a la verdad de las enseñanzas pasearse a nuestro alrededor como una brisa, que sólo nos toca superficialmente. En cierto modo rechazamos la verdad de las enseñanzas racionalizándolas, reduciéndolas a lo ordinario o «espiritualizándolas», en lugar de tomarlas como algo personal.

Nuestro mayor problema es sin duda el olvido. Olvidar es ignorar e ignorar es ignorancia. Podemos en un momento dado comprender profundamente algo sorprendente y estar terriblemente inspirados y, un rato después, con la distracción, el ego y el samsara, se terminó. Muchos maestros tienen a menudo que sentirse como Avalokiteshvara que, tras haber salvado a innumerables seres de los infiernos, fue sobrecogido por el dolor al mirar atrás y ver que un número incalculable de seres caían en ellos de nuevo.

Así que sea cual sea nuestra realización o nuestra comprensión, tenemos que dejarla asumir todo su impacto; esto es lo único que va a permitirle aportar una transformación. La realización es una cosa y seguirla y mostrarse a la altura de la situación, es otra. Recordando constantemente nuestros momentos de realización, sumándolos, incluso escribiéndolos en un cuaderno de intuiciones, descubriremos que confirman la exactitud de las enseñanzas y las hacen cada vez más poderosas. Es necesario que los estudiantes mantengan vivas sus realizaciones, que las cuiden y apliquen las enseñanzas para que no vuelvan a caer en sus viejas costumbres.

En cierto modo, toda realización es un compromiso con las enseñanzas, el maestro y nosotros mismos. De hecho, los estudiantes tienen una responsabilidad con respecto a las enseñanzas: la de acordarse de ellas, aplicarlas a sí mismos una y otra vez y mantener su claridad. Una disciplina como ésta se convierte en un entrenamiento para la mente: poco a poco, los oscurecimientos se desvanecen y cada vez más, vemos que las emociones negativas sólo disponen de la realidad que les acordemos nosotros mismos. Ocupar la mente con la práctica y las enseñanzas deja progresivamente menos lugar para que las emociones nos asalten y nos arrastren con ellas.

Tengo la poderosa impresión de que hay algo importante en esto si tenemos en cuenta el futuro del budadarma en Occidente.

A pesar de que existen tantas formas de quedarse atascado en el camino, distraerse o abandonar por completo, ¿qué tipo de apoyo puede encontrar la gente? Como dice Su Santidad el Dalai Lama: «En Oriente, aunque no quieras practicar, la cultura te lleva a ello; en Occidente, si de verdad quieres practicar, la cultura te lo impide.» No existe cultura espiritual en la mayoría de las regiones del mundo moderno, y todo es concebido para desanimarnos en cuanto a la práctica espiritual, en lugar de animarnos a ella. Es necesario un vigoroso esfuerzo en este sentido para ayudar a la gente no sólo a sobrevivir, sino a llevar a cabo su práctica y progresar.

En un sentido profundo, por tanto, la integración en sí misma es el porvenir, ya que cuando nos sumergimos en las enseñanzas y la práctica, salvaguardamos el Dharma en nosotros mismos. Y de ahí saldrán todo tipo de acciones apropiadas. Como ha dicho Thich Nhat Hanh: «Budismo comprometido no significa sólo utilizar el budismo para resolver los problemas sociales y políticos. Lo primero que tenemos que hacer es traer el budismo a nuestra vida cotidiana.»

III. El apoyo del Sanga

Un factor de una significación vital y creciente para el porvenir es el sanga y el apoyo que puede aportar, gracias a una verdadera comunicación con los amigos espirituales auténticos. Investigaciones como la del Dr. Dean Ornish en su « Love and Survival » (Amor y Supervivencia) han demostrado el efecto directo que el amor y el apoyo emocional tienen sobre la salud física y la longevidad. Lo mismo ocurre con un Sanga en que los practicantes se apoyan mutuamente: el efecto sobre los individuos y la aptitud de la comunidad para perpetuarse, será profundamente positivo, y un factor de curación y protección. La fuerza del sanga es particularmente importante en Occidente, en donde no existe una cultura que mantenga los valores del Dharma.

Más de una vez he podido observar como gracias al amor puro y a una amistad sincera, es posible ayudar a la gente a atravesar todo tipo de conmociones y desafíos.

Cuando los malentendidos y la confusión se apoderan de nosotros, cuando las emociones se inflaman y las circunstancias las aumentan desproporcionadamente, necesitamos que nos ayuden y nos orienten hacia buenas enseñanzas. Sin ningún tipo de juicio, sino con comprensión y una aceptación total, un amigo espiritual puede indicar y recordar el Dharma, trayendo de nuevo a la persona al camino, con tacto y sensibilidad. Igualmente el que los estudiantes compartan sus experiencias entre sí, puede animarlos enormemente y aportarles un inmenso apoyo.

La esencia del budadarma se refiere a la transformación individual y el futuro reside en los que personifican y llevan el Darma, más que en las grandes instituciones. La principal cuestión en lo que se refiere al futuro de las enseñanzas en el mundo moderno, es cómo los que siguen las enseñanzas pueden ser ayudados e inspirados para encontrar el entorno interior y exterior propicio, en el que practicar plenamente, seguir las enseñanzas hasta el final y conseguir integrar y personificar la esencia de las enseñanzas.

Crear entornos a los que la gente pueda acudir a entrenarse profundamente en el budadarma, pone de manifiesto el papel de las comunidades y su importancia para el futuro del budismo en Occidente: comunidades de individuos, donde quiera que sea, en una ciudad o en el campo, que practiquen y estudien juntos durante largos periodos.

No hay ninguna duda de la importancia de los verdaderos centros monásticos, pero ¿qué tipo de entorno vamos a crear para las mujeres y hombres que han adoptado el hábito? Si el entorno creado es fructífero, con un apoyo real, será más fácil para las monjas y monjes vivir en tanto que tales. También necesitan un apoyo emocional. A veces no basta con una institución.

Dado que la mayoría de los estudiantes occidentales es laica, también es necesario explorar una vía intermedia entre la monástica y los practicantes laicos habituales. Por ello en nuestra comunidad, hemos desarrollado lo que llamamos el «sanga practicante»: se trata de estudiantes que se consagran a la práctica y viven habitualmente en un centro, en el que comparten su tiempo entre un programa de práctica regular, el trabajo y las enseñanzas.

Otra cuestión importante es cómo ayudar a los que no tienen un sanga cerca de su domicilio. Aquí es necesaria una visión a largo plazo, y si es posible, habría que ofrecer cursos de diferentes niveles y duración variada. Tenemos que encontrar la forma de permitir a esa gente, en ausencia de sanga cercano, que se hagan amigos de sí mismos y creen un entorno de Darma en su lugar de residencia, con las enseñanzas, casetes audio y vídeos, libros y manuales. Sería bueno que se encontraran regularmente con la comunidad más próxima, clarificaran su práctica, eligieran a un amigo o hermano en el Darma con quién sintieran una afinidad particular al que pudieran llamar, y que de vez en cuando participaran en una gran enseñanza o un retiro. Utilizando elementos como estos de forma creativa, se puede encontrar de verdad ayuda en el camino y triunfar sobre los desafíos y dificultades. Esto es lo que hemos intentado desarrollar en nuestras comunidades.

Conclusión

Así que la apertura entre tradiciones diferentes; la preservación de la pureza del linaje; la paciencia, la comprensión y los medios hábiles frente al cambio; la formación de los estudiantes y los maestros; el carácter íntegro del estudio y la práctica; una apreciación, una aplicación y una integración más profundas de las enseñanzas; el apoyo del sanga y el desarrollo de comunidades y entornos del Darma: todo ello tiene un papel que jugar en la garantía del futuro del budadarma.

El budismo ha llegado a un punto en que –en lo que se refiere a la tradición tibetana, claro está- cada linaje tiene que examinar su propio porvenir y dar

conferencias o mantener asambleas con maestros eminentes, como ocurría en Samyé, en El Tíbet, en el siglo VIII.

Igualmente sólo puedo estar de acuerdo en que la educación tiene que ser nuestra prioridad y que tenemos que ofrecer distintos tipos de entrenamiento –por un lado, el entrenamiento tradicional budista en el estudio de las Escrituras y la práctica, pero dirigido a la gente de hoy en día, y por otro, formaciones destinadas a los que no se invierten con la misma intensidad, o a sectores de la comunidad con intereses específicos. Estoy totalmente de acuerdo con mi amigo Bob Thurman a propósito de la necesidad de poner lo esencial del budismo a disposición del sistema educativo, a todos los niveles, y crear universidades contemplativas.

El futuro de la humanidad está relacionado con el acceso a enseñanzas espirituales como el budadarma. A mi modo de ver, está muy claro, sea cual sea el análisis. Lo que puede volver al Dharma más accesible es el sentido práctico y la ingeniosidad de Occidente. En esta época existen una ansia y una necesidad de visión espiritual casi desesperadas. Creo que el budadarma puede jugar un gran papel respondiendo a esta necesidad en todo tipo de personas y construyendo una cultura espiritual aquí, en Occidente.

El Dalai Lama ha dicho: «La condición necesaria para una vida y una acción responsables es una nueva forma de pensar. Si mantenemos valores y creencias caducas, una conciencia fragmentada y una mente egocéntrica, seguiremos agarrándonos a objetivos y comportamientos obsoletos». Con su perspectiva íntegra del mundo, sus tesoros, tales como el entrenamiento en la compasión y el conocimiento de la interdependencia, el budadarma nos ofrece una nueva forma de pensar, y mucho más que eso. Y –como siempre- aborda directamente los problemas de nuestro tiempo.

Dedicatoria

Para terminar, me gustaría rezar por la larga vida de los que enseñan, en Oriente y en Occidente; por que las enseñanzas de Buda sigan floreciendo en Occidente; por que progrese todos rápidamente a lo largo del camino hacia la iluminación; y por que todos los seres se liberen del sufrimiento y alcancen la felicidad última de la iluminación. Me gustaría también añadir cuanto aprecio y agradezco a Al Rapaport su visión y todo el trabajo que ha consagrado a idear y poner en pie las conferencias Buddhism in America.

Publicado por The Tertön Sogyal Trust