

El Dharma (2) – Las diversas dimensiones del Dharma

Riqueza y diversidad

La semana pasada vimos las Cuatro Nobles Verdades, una de las formulaciones más concisas y ampliamente aceptadas entre las enseñanzas del Buda. Podríamos parafrasear estas Verdades diciendo que la vida, como acostumbramos llevarla, es insatisfactoria, que la causa de la insatisfacción es la aidez y la estrecha obsesión egoísta y que la forma en que nos podemos liberar de eso es seguir una vía de integridad ética, meditación y creciente visión espiritual. En éste su primer discurso el Buda utilizó la fórmula del Noble Sendero Óctuple para resumir ese camino a la liberación. Sin embargo, también uso otras formulaciones y en el milenio que siguió a su muerte sus seguidores desarrollaron otras más. Algunas de esas versiones posteriores enfatizan un elemento del Sendero Triple: ética, meditación y sabiduría. Algunas se adaptan de manera particular a las necesidades de los distintos tiempos, culturas o tipos de personas. Algunas hacen hincapié en determinados estilos de vida, cualidades o prácticas, como por ejemplo una vida monástica sencilla, largas horas de meditación, altruismo desinteresado o profunda fe.

Esta diversidad y riqueza que tiene el budismo puede parecer confusa pero va de acuerdo con la enseñanza original del Buda. Él dijo claramente que el Dharma es todo aquello que nos ayude a tener un desarrollo espiritual. También afirmó que las enseñanzas que ofreció durante su vida eran apenas una pequeña parte de las enseñanzas del genuino Dharma que podían entregarse a los seres sensibles y lo comparó con un puñado de hojas en contraste con todas las hojas que se encontraban en un bosque. Al decir eso, en efecto, estaba dando su aprobación para que sus seguidores más avanzados en las épocas que habrían de venir (ésos que habían seguido el camino y cosechado sus frutos) desarrollaran las enseñanzas convenientes a su tiempo y entorno.

El Sendero de Pasos Regulares

Sin embargo, aunque la diversidad y riqueza del Dharma es un desarrollo natural de las enseñanzas del Buda, todavía puede plantear un problema a los budistas en la actualidad. En cualquier librería tenemos fácil acceso a una vasta gama de enseñanzas, dirigidas a diferentes niveles de experiencia y provenientes de las más variadas escuelas. Es algo que nunca antes se había visto en la historia del budismo. ¿Cómo podemos encontrarle el sentido a todo eso, ya no digamos al ir a refugio a toda esa confusa masa de prácticas e ideas? Una respuesta es que debemos comprometernos, al menos por un tiempo, a practicar una versión del sendero y ver por lo pronto a *ésa* como la parte más importante del Dharma. Si tomamos un poco de un libro por ahí y practicamos otro poco de otra tradición por allá cuando nos aburramos y luego nos vamos hacia algo más que nos llame la atención no llegaremos lejos (un maestro dijo que es posible llegar de Bombay a Nueva York viajando hacia el este, al oeste, al norte o al sur pero si vamos unas cuantas millas hacia el este, luego unas pocas millas hacia el norte, después otras pocas hacia el oeste y luego unas cuantas hacia el sur terminaremos donde empezamos). En algún momento tendremos que detenernos y dejar de estar dando probaditas para comenzar a andar por el “Sendero de Pasos Regulares”.

Necesitamos seguir un camino de práctica coherente, progresivo, donde cada paso ponga las bases para el próximo, en un contexto donde podamos recibir consejo y apoyo de otras personas que han caminado antes por el mismo sendero.

El Dharma es una vía de crecimiento y éste se da de un modo sistemático, orgánico. Un paso le sigue al otro, como cuando crece una planta. No tiene caso esperar que una planta que acaba de brotar produzca flores. En este momento tendrá que producir hojas y raíces. Si no la tratamos de manera apropiada según su etapa de desarrollo no obtendrá beneficios y acaso la dañemos. Con la práctica del Dharma ocurre

algo muy parecido.

Es importante que sigamos una vía de práctica progresiva. Por lo regular, esto significa andar por el camino que establece una tradición dada, en especial cuando estamos en las primeras etapas. Al hacernos mitras nos comprometemos provisionalmente con la AOBO como nuestro contexto para la práctica. Junto con ello nos comprometemos a practicar el sendero como lo plantea la AOBO, al menos por un tiempo. Es necesario que le demos una oportunidad a este sendero, con honestidad y que veamos cómo nos funciona. El camino que ofrece la AOBO es un intento por poner en práctica las enseñanzas fundamentales del budismo de manera equilibrada, con firmes raíces en la tradición budista básica, si bien adaptada a las necesidades y condiciones actuales. Que nos comprometamos a andar por este sendero en particular no significa que no nos inspiremos en otras tradiciones, pero esto nos aporta un marco referencial esencial para entender y practicar con regularidad, beneficiándonos de lo que nos inspira en el conjunto de toda la tradición budista, en lugar de terminar confundidos y distraídos por la diversidad de enseñanzas que se ofrecen.

Qué es Ir a Refugio al Dharma

Confianza y compromiso con la práctica

El nivel más básico de Ir a Refugio al Dharma es comprometerse a practicar la enseñanza como se aplica a nuestra situación aquí y ahora, en la versión particular del sendero que estamos siguiendo y entre la comunidad espiritual con la que estamos en contacto, que en nuestro caso es la AOBO. Para la mayoría de nosotros eso comienza con el reconocimiento de que nos parecen sensatas las partes del Dharma que se nos han presentado y que las prácticas que hemos probado nos han causado un efecto positivo. También podemos ver que el sendero parece haber tenido un efecto positivo en otras personas que lo han puesto en práctica por más tiempo que nosotros. Así que desarrollamos una confianza básica en las principales enseñanzas del budismo.

Esa confianza nos va llevando a una firme decisión de practicar y eso es muy importante en esta etapa del camino, por nuestro bienestar y por el de quienes nos rodean. El compromiso que necesitamos hacer con la práctica de las enseñanzas en esta etapa en que nos encontramos es quizá la parte más importante de Ir a Refugio al Dharma. Para una persona ese compromiso puede significar meditar todos los días, hablar de una forma cada vez menos negativa o pasar un tiempo con otros budistas. Para alguien más puede adquirir una manera diferente según sus necesidades y habrá individuos para los que el modo cambie en ciertas ocasiones.

“Sentido de rectitud”

Más allá de este compromiso cotidiano de poner en práctica las enseñanzas, habrá para quienes “Ir a Refugio al Dharma” implique un sentido intuitivo y sincero de rectitud en las enseñanzas. Es posible que percibamos una especie de certeza que acaso parezca demasiado profunda como para ponerla en palabras, una sensación de suma importancia de lo que uno ha comprendido o una suerte de conexión personal, casi como si estuviera recordando las enseñanzas más que entendiéndolas por primera vez. Puede pasar que uno sienta que lo que es esencial en el Dharma emana, de hecho, de una conciencia superior y que se comprometa a abordar la práctica con el respeto y la reverencia que se merece. Puede implicar una enorme gratitud, alimentada de un reconocimiento de que sin un sendero espiritual viable la vida no tendría sentido. Esa gratitud podría expresarse mediante el deseo de contribuir a que el Dharma llegue a otras personas, sabiendo que ellas lo requieren tanto como nosotros.

La dimensión mítica

Para Ir a Refugio al Dharma de la manera más plena necesitamos liberarnos de la noción de que el Dharma consiste en ideas normales (por brillantes que sean), provenientes de gente como nosotros, como cuando leemos libros de autoayuda. Mucho de lo que se ha escrito sobre el Dharma emana del mismo Buda histórico. Otras partes se originan en otros individuos que también alcanzaron la iluminación o que quizá pudieron contactar con la mente iluminada en una profunda meditación. Como quiera que sea, el origen es la mente iluminada, un nivel de conciencia que está más allá del nuestro.

Reconocer que el Dharma viene de un nivel de conciencia o de ser superior puede abrirnos a una visión más poética o mítica que enriquezca nuestra experiencia de Ir a Refugio al Dharma. Es común que se diga que el Dharma es “la voz del Buda” y cuando se dice el Buda aquí no se refiere nada más al Buda histórico sino a un principio que opera tanto en el universo como en las profundidades de lo que somos, un principio que busca ayudarnos a crecer y evolucionar. La tradición dice que esa “voz del Buda” le habla a cada individuo en su propio idioma y le dice exactamente lo que necesita saber en su nivel actual de desarrollo.

Sangharákshita ha dicho que el Dharma es la acción de la Mente Iluminada que trata de comunicarse con seres como nosotros, no iluminados. Dice que los conceptos y el lenguaje no son el único modo en que nos habla la Mente Iluminada. De hecho, las palabras son la forma más burda que puede asumir el Dharma. Los símbolos y las imágenes son una forma más rica de comunicación:

“La Mente Iluminada desciende un escalón, como quien dice. Baja al nivel de... las imágenes. En este nivel están... las imágenes de los Budas y Bodhisatvas... imágenes benignas y coléricas. Imágenes que quizá, sobre todo, sean de colores brillantes, luminosas y surgen de las profundidades del espacio infinito. No son creadas por la mente humana individual ni por la conciencia colectiva, ni siquiera por el inconsciente colectivo. Es posible que esas imágenes no hayan sido creadas en absoluto sino que compartan, por decirlo así, una eternidad con la misma conciencia iluminada... Estas imágenes... lo revelan todo. Lo revelan como forma o color. En este nivel no son necesarios los pensamientos, las ideas o las palabras”.

Otros maestros budistas han enfatizado también que el Dharma no tiene por qué limitarse a palabras o ideas:

“El lenguaje de la religión no es el de los conceptos sino el de los símbolos. Cuando éstos se conceptualizan pierden su vitalidad, sus múltiples dimensiones y se reducen a meros clichés. Esas múltiples dimensiones de un símbolo lo hacen el representante de una realidad superior, en la que alguien religioso se halla en casa, igual que un auténtico poeta o artista. Los símbolos son la clave de la “otra realidad”. Nos abren nuevas dimensiones de la experiencia. Dondequiera que se ha establecido el budismo han florecido el arte y la literatura. La escultura, la pintura, la arquitectura, la poesía, la filosofía, la música y la danza dramática se han vuelto formas de expresión de un amplio sentimiento religioso y la naturaleza misma se convirtió en un libro de texto vivo para alcanzar una visión interior, como lo demuestran los pintores de paisajes y poetas zen del lejano Oriente.

La “otra realidad” no se puede describir utilizando las categorías de la conciencia cotidiana. Sólo se puede descubrir a través de ciertos símbolos o formas arquetípicas”.

Este otro modo más poético de hablar sobre el Dharma no es para cualquiera. Muchas personas preferirán un enfoque más aterrizado y se contentarán muy bien refiriéndose al Dharma como las enseñanzas escritas, pero para quienes piensan más en términos de símbolos e imágenes que de palabras y conceptos esta manera de ver al Dharma puede aportar mayor profundidad a nuestro acto de Ir a Refugio. Incluso para el más racionalista, un poco de este enfoque puede ser útil. Si podemos relacionarnos con el Dharma a través de la imaginación el Ir a Refugio al Dharma se convierte en un

compromiso de responder a las manifestaciones de lo que es de un orden superior en el universo y en nosotros mismos, sin importar la forma que adopte, ya sea un sentido intuitivo de fe, una respuesta sincera ante una imagen o un mantra budista, la admiración hacia una persona que tiene un gran desarrollo espiritual o un fuerte sentido de rectitud y certeza respecto a una pieza de Dharma que se expresa en palabras.

Qué no es Ir a Refugio al Dharma

No se limita a una formulación

Ante todo el Dharma es una serie de métodos para el desarrollo espiritual y no un enunciado de lo que es la naturaleza de la realidad. El Buda evitaba hablar mucho acerca de la realidad o la iluminación porque sabía que lo iban a malinterpretar quienes no habían tenido esas experiencias por sí mismos. No obstante, los humanos necesitamos algunas afirmaciones básicas acerca de la naturaleza de la verdad para ponernos en el carril correcto. Así que en algunas ocasiones el Buda sí intentó transmitir con palabras ciertas verdades sobre la realidad, aunque por lo regular tenían que ver con la condición humana y no tanto con una metafísica abstracta.

Las Cuatro Nobles Verdades, tema que vimos la semana pasada como una formulación básica que en cierto modo subyace en todo el Dharma, son una de esas declaraciones. Mas ninguna serie de palabras o ideas podrá jamás comunicar en verdad la iluminación y ni siquiera las Cuatro Nobles Verdades son la excepción. Las Cuatro Nobles Verdades nos dan un concepto útil y conciso para que empecemos por ahí pero en nuestro deseo de comprender y tener claridad no debemos pensar que ni ellas ni ninguna otra idea expresada en palabras podrá resumir el Dharma. Las Cuatro Nobles Verdades expresan tan sólo un ángulo sobre la iluminación: el hecho de que ella es la cura esencial para la insatisfacción, pero la tradición budista deja muy claro que la iluminación es mucho más que eso. Lo cierto es que cuando nos aproximemos a la iluminación nos elevaremos por encima del sufrimiento y la insatisfacción. Sentiremos la verdadera felicidad, incluso la dicha, lo cual, sin embargo, no empieza a describir en su totalidad cómo será ese estado. En realidad, la iluminación es un estado superior del ser y tiene muchas dimensiones. Se llega a ella mediante un proceso de desarrollo y evolución y queda mucho más allá de lo que ahora podemos imaginar.

No es dogmatismo ni fundamentalismo

Tenemos entonces que Ir a Refugio al Dharma no significa tener una fe ciega o seguir un dogmatismo. Tampoco significa la aceptación libre de cuestionamientos de todo cuanto se dice en las escrituras budistas. Durante cientos de años las escrituras se transmitieron de manera oral, luego se escribieron y se hicieron copias, así como traducciones a otros idiomas. Sin duda, en el proceso se añadieron y omitieron cosas y habrá partes que se malinterpretaron o distorsionaron. Es necesario que contrastemos lo ahí escrito con la experiencia. Hemos de preguntarnos qué es lo que en verdad funciona. Ésta es otra razón por la cual necesitamos practicar dentro de una tradición viva, aprendiendo de otras personas que llevan más tiempo practicando, que han tenido la oportunidad de descubrir por propia experiencia lo que mejor funciona en nuestra situación y que a su vez han aprendido también de otros.