

Karma, renacimiento y mente

Esta es la versión para imprimir de: http://www.berzinarchives.com/web/es/archives/sutra/level2/lamrim/initial_scope/karma/karma_renacimiento_mente.html

Alexander Berzin
Bogotá, Colombia, 25 de enero de 1992

Originalmente publicado como
Berzin, Alexander. *Karma, Renacimiento y Mente*.
Bogotá, Colombia: Karma Chö Phel Ling, 1992.

Hoy vamos a hablar acerca del Karma, el renacimiento y la mente. Esta charla versará sobre el renacimiento sin necesidad de hablar sobre el tema de la muerte, aunque por supuesto, tocaré algunos puntos relativos al proceso de morir. Aunque este tema es muy importante, Su Santidad el Dalai Lama ha dicho que "para ser un buen budista, no es necesario creer en la reencarnación; lo importante en el budismo es ser una persona amable y esto se puede lograr sin necesidad de creer en el renacimiento".

La esencia de las enseñanzas budistas está en tratar de ayudar a otros de la mejor forma posible. Si no podemos ayudar, por lo menos no debemos lastimar a nadie. Esto es muy importante. A menudo las personas pierden la pista de las prioridades y sienten extrema fascinación por rituales exóticos sin tener un verdadero sentimiento por ellos, sobre todo cuando se hacen en lenguas extranjeras como el tibetano. Es probable que nos guste la tonada y pensemos que es encantadora; además, con esas campanitas que a veces se tocan; todo parece muy divertido.

Hacer ese tipo de cosas no va a cambiar en nada nuestra mente o nuestro corazón. En lo que tenemos que trabajar, y esto es muy importante, es con nuestras actitudes. Los rituales pueden en un momento dado ayudarnos, pero ellos en sí no van a ser tan efectivos si no existe el sentimiento. Es por eso que no debemos olvidar las prioridades. Algunas personas pueden llevar a cabo toda clase de rituales y meditaciones y al mismo tiempo ser muy crueles con su esposo, esposa o hijos. Éste es un ejemplo de no llevar las enseñanzas al corazón. Es como alguien que se sienta a meditar sobre el amor y cuando sus hijos vienen y le piden algo, la persona les grita: "Váyanse, no me molesten, estoy meditando sobre el amor". De nuevo, es importante tener en cuenta las prioridades.

El Fenómeno del renacimiento

Aunque uno puede ser una persona muy amable sin tener que creer en el renacimiento, hay muchas evidencias importantes que indican que es una realidad. Su Santidad el Dalai Lama ha dicho: "Si los científicos pueden demostrar que el renacimiento no existe, tengo la mejor intención de descartar esa creencia del budismo". Es una actitud supremamente amplia de parte de un líder, jefe y cabeza de una religión mundial. Y su Santidad continúa diciendo: "y si los científicos no pueden probar que el renacimiento no existe, es su responsabilidad investigar con métodos válidos los fenómenos que indican que éste sí existe". Con el fin de comprobar si el renacimiento existe o no, en primer lugar, es importante tener un correcto entendimiento de lo que éste es; también es importante revisar los beneficios que trae pensar en términos de vidas pasadas, presentes y futuras.

Primero, miremos los beneficios que tiene el pensar en términos de vidas pasadas y futuras. Si estamos tratando de ayudar a otros, lo cual es el punto esencial del budismo, a menudo tenemos la tendencia de identificarnos con un pequeño grupo de personas (los de nuestra misma edad o los que vienen de la misma clase social, gente de nuestro mismo género o de nuestra misma cultura o país). Entonces pensamos que no podemos relacionarnos ni entender a personas que tienen un bagaje distinto al nuestro. Pero si pensamos en términos de las innumerables vidas pasadas, vemos que hemos sido jóvenes, viejos, hombres o mujeres de todas las culturas. Esto nos permite relacionarnos con otras situaciones de manera más fácil. No nos identificamos solamente con ser una persona joven que no puede entender a los viejos. Ahora, si pensamos en términos de vidas futuras, eso nos lleva a considerar a los demás de tal forma que no podemos tener la actitud de que: "la gente no vale nada." A menudo, cuando tenemos una relación difícil con alguien, simplemente abandonamos a esa persona; eso es como tirar a la otra persona a la basura, simplemente deshacernos de ella. Pero si pensamos en términos de vidas futuras no podemos simplemente tirar a los demás a la basura. Tenemos conexiones y aunque en el presente las relaciones sean difíciles, si no tratamos de mejorarla esa situación surgirá de nuevo en una vida futura. Y aunque a veces es difícil continuar con algunas relaciones, si terminamos esa relación causándole a la otra persona una gran cantidad de dolor, eso es algo que en vidas futuras seguirá causando cantidad de dolor, no sólo a la otra persona sino a nosotros mismos. Entonces, si tenemos que romper una relación, tratemos de hacerlo de manera que no cause un gran dolor y no haga a la otra persona supremamente infeliz. Pensar en términos de vidas futuras nos ayuda en este tipo de procesos. Aún si las vidas futuras no existieran, es cierto que lo mejor es que un divorcio termine de una manera amistosa y no en odio.

Ahora, si pensamos en nuestro desarrollo en términos de un verdadero crecimiento y no simplemente con el deseo de ser unas personas maravillosas, hay varias consecuencias buenas cuando pensamos en términos del renacimiento. El renacimiento no es algo sencillo de entender, no es pensar en un alma que sale volando de un cuerpo y se introduce en otro. Si eso fuera así, el budismo diría que no existe. Con alguna frecuencia, cuando criticamos y encontramos fallas en la creencia del renacimiento, objetamos cosas que los mismos budistas objetan. Por esto, es muy importante saber que dice y que no dice el budismo al respecto.

La mente: ¿qué es lo que renace?

Para comprender el renacimiento debemos entender qué es la mente. Éste es un tema bastante complejo por las palabras que están involucradas. La palabra "mente" tiene significados diferentes en español, en sánscrito y en tibetano. Primero debemos entender lo que nuestro término significa para no confundirnos y pensar que estamos hablando de lo que no es. Cuando hablamos de reencarnación, hablamos de la mente y es importante saber qué es a lo que se refieren los budistas. En nuestras lenguas occidentales hay siempre una diferencia entre la mente y el corazón. La mente con frecuencia se relaciona con el pensamiento racional y el corazón con las emociones, los sentimientos y las intuiciones. Si pensamos en la mente como algo intelectual probablemente diríamos que un perro no tiene mente. Ese es el concepto occidental. Si discutimos esto en francés o en alemán las cosas son aún más complicadas, puesto que las palabras francesa y alemana significan también espíritu. Entonces, tampoco es que nuestros lenguajes occidentales estén unificados. Si nos preguntamos dentro de nuestros conceptos occidentales cuál es la relación entre cerebro y mente veremos que tampoco hay una respuesta fácil, como tampoco la hay para la relación que existe entre percepción y mente. En efecto nuestra definición occidental de mente no es clara.

Ahora, en el budismo, todo se define de forma muy precisa; esa es la tradición de India que llevo al Tibet. Cuando vemos la gran cantidad de estudios que se han hecho en los monasterios tibetanos, (en todas las tradiciones del budismo tibetano) la palabra tibetana para cubrir todo ese cuerpo de estudios es la palabra "definición"; la razón de esto es que para poder meditar, para poder desarrollar nuestra mente, si no sabemos de lo que estamos hablando, no lo podremos hacer.

Ahora bien, la definición de mente en tibetano es mera claridad y darse cuenta. Debo también anotar que cuando se pasa del inglés al español uno se preocupa por problemas que en la mayoría de los casos son completamente irrelevantes, como la preocupación por la diferencia que hay entre "consciousness" y "awareness". En realidad esto no tiene nada que ver con los términos tibetanos; seria mucho mejor ir directamente del tibetano al español sin tener que pasar por la confusión del inglés.

Primero, en tibetano y en sánscrito no hay ninguna diferencia entre corazón y mente. En ellos, nos referimos a estas dos cosas con una misma palabra. Esto es un poco difícil cuando tratamos de traducirlo a lenguas occidentales. La gente escoge la palabra mente y se transmite la impresión equivocada, porque cuando se utilizan expresiones como "la necesidad de entrenar la mente" (y en el budismo hay un gran cuerpo de enseñanzas que tienen que ver con esto) la gente se imagina que se trata de entrenar el intelecto y la concentración. El verdadero énfasis está en entrenar el corazón y trabajar con nuestras actitudes. Entonces, la palabra tibetana cubre lo que tiene que ver con corazón, mente y también con las percepciones sensoriales. La definición, como ya lo dije, es mera claridad y darse cuenta.

Cuando hablamos de la mente, estamos hablando de un "evento" que ocurre. No estamos hablando de una cosa; nadie esta negando el cerebro ni el sistema nervioso; ésta es la base física de lo que esta sucediendo. Pero cuando hablamos de la mente, hablamos de lo que realmente está sucediendo, de la experiencia, del evento que percibimos. Podemos describir esto en términos de procesos químicos y eléctricos, pero esto es simplemente la manifestación de lo que esta ocurriendo. Eso es lo que pasa en el cerebro cuando estamos furiosos, cuando vemos algo o cantamos. En el budismo no estamos hablando de eso, aunque por supuesto no se niega que es una descripción válida. En el budismo más bien estamos hablando en términos de experiencia, de lo que es experimentado, de lo que se siente. Eso que se experimenta es simple claridad y darse cuenta. Estas palabras, mera claridad y darse cuenta, deben ser entendidas como verbos y no como sustantivos. Cuando hablamos de mente, siempre estamos hablando de una relación con un objeto.

Antes de seguir es importante que aclaremos algo: cuando escuchamos enseñanzas relativas a la no dualidad entre sujeto y objeto, estas no quieren decir que la mente y el objeto sean exactamente lo mismo. La rabia no es lo mismo que una puerta; nosotros podemos estar furiosos con una puerta, pero eso no quiere decir que la rabia sea la puerta. Cuando hablamos de no-dualidad, a lo que nos referimos es a que no hay una mente que exista completamente separada del objeto de su percepción; no es posible tener un pensamiento que exista separado del proceso de pensar, de la mente que está pensando. Lo visto no es distinto del proceso de ver. Normalmente hacemos una diferencia entre la pared y la visión de la pared, pero lo que vemos no esta separado de la visión en si, solamente existe en términos de poderla ver. Cuando hablamos de no-dualidad, estamos hablando de eso; no estamos hablando de que la pared y la mente sean la misma cosa. Esto puede que suene complicado, pero para el budista es importante; el punto es entender. No queremos pasarnos la vida pensando y rascándonos la cabeza; verdaderamente queremos entender las cosas.

El pensamiento budista es bastante lógico y aterrizado, a pesar de la mala publicidad que el budismo y en particular el tibetano tengan, mucha gente los asocia con la magia y el misterio. Varias personas a finales del siglo diecinueve y principios del veinte tuvieron una visión distorsionada y escribieron muchas cosas basándose en esta visión sin importarles si lo que escribían era de ayuda o no. Éste es un asunto completamente distinto que no vamos a discutir. Sin embargo, es de notar que para obtener reconocimiento y justificación sobre lo que escribieron, estas personas manifestaron que los conocimientos que presentaban les habían llegado de maestros que estaban en cuevas. Decían que les habían sido transmitidos de forma telepática, bien sea del Tibet, del antiguo Egipto o mejor aún de la Atlántida. Y puesto que no había nadie por ahí que fuera del Tibet, o del antiguo Egipto y mucho menos de la Atlántida para desmentirlo y decir: "Nosotros no creemos en eso", estas personas lograron que sus aseveraciones fueran aceptadas como verdaderas. Esto es lo que yo llamo "explotación espiritual".

Bueno, pero ahora que los tibetanos están en el mundo, ya pueden decir: "Oigan, nosotros no andamos por ahí abriéndole huecos a la gente en el entrecejo para abrirles el tercer ojo, eso es ridículo". Hay que entender que, obviamente, las enseñanzas tibetanas provienen de los tibetanos y que es de ellos directamente de quienes las debemos aprender. En ese caso, nos daremos cuenta que los tibetanos son gente supremamente práctica. Ellos no andan en las nubes, volando y haciendo magia a toda hora. Por supuesto, muchas de las cosas que se encuentran en la cultura tibetana son para nosotros algo exóticas. De la misma forma, para ellos muchas de las cosas de nuestra cultura, son también exóticas. Recuerdo una vez que fui a Nueva Delhi con un amigo tibetano. Era la primera vez que él iba a una ciudad moderna. Caminamos y entramos a un edificio. Nos metimos en un cuartito, las puertas se cerraron y yo apreté un botón. El cuarto se empezó a mover. Cuando las puertas se abrieron, estábamos en un lugar completamente diferente. Si esto no es exótico para un tibetano que jamás en su vida ha visto un ascensor, díganme entonces qué es exótico. Eso no quiere decir que nuestro ascensor sea una cosa mágica y mística. Es algo lógico que puede ser explicado y de la misma forma podemos ver las cosas que ocurren en la cultura tibetana. Todas estas cosas se puede explicar, se pueden entender, aunque para nosotros, como para el tibetano, resulten algo exóticas y extrañas.

Bueno, estábamos hablando de la mente y la mente se relaciona con los objetos. Recordemos también que tenemos que entender la claridad y el darse cuenta como verbos. Entonces se trata de estar claro acerca de algo, o hacer que algo sea claro. Esto tiene que ver con formas transitivas e intransitivas; es decir, darse cuenta de un objeto o hacer de ese objeto algo de lo que nosotros nos damos cuenta, como un evento que esta ocurriendo.

Ahora, las palabras "mera claridad y darse cuenta" también pueden tener significados confusos. En nuestras lenguas occidentales, claridad significa algo que está enfocado y darse cuenta significa que nosotros entendemos algo. Eso tampoco es de lo que hablan los tibetanos. De nuevo, tenemos que ir a las definiciones. Tener claridad o ser claro acerca de algo significa que este algo surge dentro de nuestro espacio de percepción. Es la misma palabra que se emplea para la aurora, cuando el sol surge o se levanta sobre el horizonte. Entonces podemos tener un pensamiento que surge. Podemos tener una visión o un sonido que surge; puede haber un sentimiento o una emoción que surge, o también una intuición o un sueño. Cuando dormimos y no soñamos, lo que surge es la oscuridad. Bueno, siempre hay algo surgiendo. Lo que surge, no necesariamente tiene que estar en foco como implicaría en occidente la palabra claridad; puedo quitarme las gafas y lo que surge es borroso, pero de todas maneras hay algo que surge. La confusión puede surgir. Todas estas cosas están incluidas en esta palabra que generalmente se traduce como claridad. Realmente se trata de todo el espectro que va desde lo

que conocemos como claro hasta lo que no está claro; cualquier cosa que quepa dentro de ese espectro llena la definición, cumple los parámetros.

En un espejo las cosas también pueden surgir. Para diferenciar la mente de un espejo, tenemos la palabra darse cuenta (inglés: awareness). Si atendemos a la definición de darse cuenta, vemos que implica una interacción, una relación con un objeto. Cuando hablamos de relación con un objeto, lo que queremos decir es que hacemos algo con ese objeto. Hay varias posibilidades: ver el objeto, pensar en el objeto, escuchar el objeto, entender el objeto, pero también no entender el objeto. Saber lo que es el objeto o no saber, verlo en forma directa o simplemente inferirlo. Estas son algunas de las formas en las que uno puede interactuar o relacionarse con un objeto que surge en la mente. También por supuesto ahí estaría incluido el no tener conciencia del objeto. Por ejemplo, hay casos en los que podemos tener una hostilidad inconsciente. Ésta surge y la forma en que nos relacionamos con ella es siendo inconscientes del hecho; sin embargo, esto no quiere decir que no esté sucediendo.

Entonces, la palabra darse cuenta incluye también todo un espectro que va desde ser consciente hasta no ser consciente o desde entender hasta no entender. Es cualquier tipo de relación con el objeto. Ahora, si agregamos a los términos anteriores la palabra mera, meramente o simple, a lo que nos referimos es a una base mínima. Es decir, no tiene que haber nada más que un surgimiento y una relación; por ejemplo, si estamos durmiendo sin tener sueños, hay un surgimiento de oscuridad y nuestra relación para con eso es estar sumidos en ella y no darnos cuenta de nada más. La mera claridad y darse cuenta también incluye el sueño profundo. Esta es la definición básica de mente. Estamos hablando de eventos que ocurren sin ninguna ruptura o interrupción, aunque quizá muchas veces desearíamos que hubiese una pausa (risa). Descansemos entonces unos diez minutos y volvemos.

Los niveles burdos y más sutiles de cuerpo y mente

Hemos estado discutiendo sobre la mente. Hemos visto que en el budismo, cuando hablamos de mente, hablamos de un evento que se define como mera claridad y darse cuenta. A lo que se hace referencia es al surgimiento de un evento u objeto y la relación que tenemos con él. Estas dos cosas no ocurren consecutivamente, sino que ocurren simultáneamente. No es que primero surja un pensamiento y luego lo pensemos. Se trata más bien de que el surgimiento del pensamiento y el pensamiento en sí son lo mismo; son procesos simultáneos. Lo mismo ocurre con lo que vemos y el proceso de ver.

Ahora bien, cuando hablamos de renacimiento estamos hablando de continuidad. Y cuando se habla de continuidad estamos hablando de la continuidad de ciertas cosas. Cuando hablamos de mente y de la continuidad de la mente de una vida a otra, es necesario entender los diferentes niveles de la mente y también los diferentes niveles de cuerpo. Tenemos la mente burda; ésta se refiere a la conciencia sensorial. Por ejemplo, uno puede conocer a una persona simplemente con verla y esa es la forma más burda de conocer. También hay una mente sutil y ésta se refiere más a la percepción mental. Ésta puede incluir dos cosas: primero, lo conceptual; relacionarnos con alguien a través del pensamiento. Eso es más sutil que simplemente ver a la persona, o puede ser no conceptual, como soñar con la persona y eso es ya mucho más sutil. Cuando hablamos de estar en un estado más sutil o de cosas más sutiles, a lo que hacemos referencia es a que el cuerpo es cada vez menos el soporte para la mente. Por ejemplo, cuando vemos a alguien, este proceso está soportado en el hecho de que existe el ojo o el sentido visual físico y también el sentido auditivo. En cambio, cuando estamos durmiendo, los aparatos sensoriales no actúan de manera tan determinante como una base para la conciencia. La mente esta retraída en sí misma, aunque no retirada en forma completa. Por

supuesto, podemos oír el reloj despertador. Si la mente estuviera completamente retirada, no podríamos escuchar la alarma. Podemos estar viendo, pensando, soñando o durmiendo sin tener sueños; cada vez más sutil. Y aún más sutil sería estar bajo el efecto de la anestesia. Cuando estamos anestesiados no oímos el reloj despertador porque la mente está aún más retirada, pero por supuesto que nos podemos volver a despertar. Aún más sutil sería estar en un coma. En este caso, la mente está tan retirada que resulta muy difícil despertar.

Podemos hablar del estado más sutil de la mente utilizando la analogía de un radio. Todos estos niveles de los que ya hemos hablado serían equivalentes a diferentes volúmenes del radio cuando está en una misma emisora. El nivel más sutil, sería cuando el radio simplemente esta prendido sin ningún volumen. Esto es la claridad y el darse cuenta proveyendo la continuidad; es la base mínima para la continuidad. La característica es un surgimiento y una relación con el objeto a pesar de que acá el surgimiento es la ausencia de objetos burdos, como cuando dormimos y no soñamos. En este caso, incluso hay una ausencia de oscuridad descrita como la luz clara; completa oscuridad sin necesidad de luz de sol o luz de luna o incluso oscuridad física. La relación es estar totalmente sumergidos en ella.

La continuidad, que es el funcionamiento del radio o estar prendido, sin embargo persiste. Pasar a otra emisora es como pasar a otra vida. Así pues, cada vida sería como estar en una misma emisora con volúmenes diferentes.

Además de estos niveles de la mente, también hay niveles de cuerpo. Está el cuerpo burdo, es decir, nuestros huesos, nuestra carne y los órganos de los sentidos. Éste es la base para las formas de conciencia burda como el ver, el escuchar, el oler y el tocar. También hay cuerpos sutiles y hay muchos niveles. Son como diferentes flujos de energía dentro del cuerpo. Es el caso de los canales y los chakras, los flujos de energía utilizados en la acupuntura y energías más sutiles que son la base para la mente conceptual.

Si estamos muy nerviosos, nuestra energía es temblorosa y nuestra mente también lo es. No es que una cause la otra sino que se dan juntas. Cuando la energía está calmada, los pensamientos también son calmados. Hay un nivel mucho más sutil de energía, y esto puede ser equivalente a la electricidad que hace que el radio se mantenga encendido. Se le llama "La Energía Sutil que Sustenta la Vida", que en nuestra cultura occidental sería algo así como "La Chispa de la Vida". Ésta es la que pasa de vida en vida. No es el cuerpo burdo, pues éste se desintegra. No es el cuerpo sutil, pues esa energía también se desintegra cuando muere el cuerpo burdo. No es nuestra mente burda, porque el oír y el ver también se van. Tampoco es nuestra mente conceptual, nuestra mente sutil o los sueños, pues estos también se van. Lo que continúa es la mente más sutil: la más sutil energía que tan sólo mantiene el radio encendido. Los programas en una emisora no continúan en la otra, pues eso tendría que ver con lo burdo. Pero tanto la energía como el hecho de que el radio esté prendido continúan.

La continuidad de la mente

Y, ¿qué significa continuidad? Veamos dos analogías. La primera sería el tener una banda sin fin, como en los aeropuertos, y una estatua sólida de nosotros moviéndose sobre la banda de un lugar a otro. La estatua se mueve del pasado al presente y del presente al futuro, de vida en vida. Éste no es el modelo budista. El segundo modelo sería el del cine. Cuando vemos una película vemos una continuidad de cuadros. No existe nada sólido que continúe de un cuadro al siguiente cuadro, pero sí existe continuidad. Éste es el modelo budista. Tenemos pues, continuidad de los eventos que ocurren, eventos entendidos como el surgimiento y la relación con los objetos. Esto es lo que continúa sin necesidad de que haya algo sólido que continúe.

No estamos hablando de "una entidad" detrás de estos eventos, de un "yo"; no hablamos de la continuidad de la cámara que toma los cuadros fotográficos. Hablamos de la continuidad de los eventos.

Estos eventos, esta continuidad, no tienen ni principio ni fin. Esto no es fácil de entender para nosotros los occidentales. En lenguaje científico decimos que la energía ni se crea ni se destruye, y que sólo se transforma. De la misma forma, en el budismo decimos esto sobre la mente. Estos eventos no pueden ser creados ni destruidos, sino únicamente transformados.

Tenemos que destacar algunos puntos importantes o consecuencias de lo anterior. En primer lugar, el que no haya principio ni fin. En algunas enseñanzas budistas escuchamos que la mente es impermanente y en otras que es permanente. Debemos comprender que la posible confusión generada es debida a la traducción al Español y al Inglés de una palabra en Tibetano. Esta palabra puede ser traducida de dos formas distintas. El primero de estos significados se refiere a la duración: hay cosas que permanecen para siempre y otras que duran un corto tiempo. El segundo significado habla del cambio: un objeto sufre mutación o es estático. Entonces, si utilizamos la palabra permanente para designar las cosas que duran para siempre, diríamos que la mente es permanente. Para el otro significado, que se refiere a que las cosas cambien o que no cambien, sin importar el tiempo que éstas existan, diríamos que la mente no es estática, que no es permanente. No tenemos el mismo cuadro fotográfico durante toda la película. A cada momento surgen objetos diferentes y en este sentido decimos que la mente no es estática. De ahí que decir que la mente es impermanente (cambiante) y que es permanente (no tiene principio ni fin) no es una contradicción. Lo que se dice es que la mente dura para siempre, pero que siempre está cambiando.

La individualidad

Otro punto importante es el de referimos a la continuidad de la mente con la expresión "flujo mental." En el budismo, todo flujo mental es individual. De ahí que incluso un Buda mantenga su individualidad. El ego y la individualidad no son lo mismo. Esto es diferente de la visión hinduista, que considera que así como los ríos confluyen al mismo océano (que es como el todo), así sucede con las mentes. Por consiguiente, para los hinduistas todas las mentes son una. En ese sentido, la separación entre la mente y todas las cosas es una ilusión. El Budismo dice que todos somos individuos. Si no lo fuésemos, todos seríamos uno. En ese caso, si usted tuviese hambre y yo comiese usted debería quedar lleno, lo cual no es cierto. Mi película no se convierte en su película. Yo experimento algo y usted no lo recuerda, pero yo sí. La película siempre es individual; no cambia caóticamente y se convierte en la película de otro.

En el Budismo decimos que "las cosas son como una ilusión" y no que "son una ilusión". Es como la diferencia entre parecerse a una cosa y ser igual a esa cosa. Es diferente el ser similar a algo y el ser igual a algo. "Son como una ilusión" en el sentido de que "parecen sólidas" y la diferencia entre las cosas parece también sólida cuando en efecto no es así. Por ejemplo, no es que yo siempre tenga la razón y usted siempre esté equivocado o viceversa. Creemos que este tipo de diferencias son estáticas, pero no es así. Son como una ilusión, pero no igual a una ilusión. La ilusión de la comida no hace que nos sintamos llenos. Entonces tenemos individualidades. Incluso un Buda es un individuo; pero los Budas son omniscientes, lo que significa que la mente de un Buda puede reflejar y entender todo a la perfección. Análogamente, es como un espejo infinito. Es posible tener muchos espejos infinitos, cada uno reflejando la misma cosa, lo cual no hace que todos estos espejos sean un solo espejo. El logro, la realización de todos los Budas es lo mismo, pero esto no hace que todos los Budas sean uno.

Cuando hablamos de seres sintientes, nos referimos a un ser que tiene una mente, pero una mente que es limitada. Un Buda no es un ser sintiente porque su mente no es limitada. Las mentes de los animales, de los seres humanos y de los espíritus son limitadas.

El proceso del morir

Ahora, aunque la individualidad y la continuidad se mantienen, éstas no existen en forma estática. Un momento previo de mente da surgimiento al siguiente y lo que hay entre estos dos momentos es lo que se denomina bardo o estado intermedio. Entre una vida y otra, los seres sintientes pasan por distintos tipos de bardo.

El primero de ellos es el bardo de la muerte, el cual empieza con una enfermedad mortal o con otras causas que nos conducirán a la muerte. Nuestro cuerpo es un agregado de cuatro elementos, que durante este bardo se disuelven. La disolución de los elementos está marcada por diferentes experiencias. La primera experiencia es la pérdida del control físico, que corresponde a la disolución del elemento tierra. Luego viene una sensación de tener secas la boca y las mucosas nasales, que corresponde a la disolución del elemento agua. Sucede entonces la disolución del elemento fuego, marcada por la pérdida del calor corporal. Por ultimo, la disolución del elemento aire cuando la respiración cesa. Enseguida hay tres niveles de mente conceptual muy sutil que empiezan en este momento a disolverse.

Primero está la que se conoce como la apariencia blanca, que se parece a un claro de luna. Ésta corresponde al movimiento descendente de la energía blanca, que durante la vida esta localizada en la coronilla de la cabeza; es el elemento que obtenemos del padre en el momento de la concepción. En este momento, las treinta y tres clases de pensamiento que se originan con la ira desaparecen. Luego hay una apariencia roja, que se parece al sol cuando se pone de este color. Esta corresponde al movimiento ascendente de la energía roja, el elemento que obtenemos de la madre y que está localizado cuatro dedos por debajo del ombligo. En este momento desaparecen los cuarenta tipos de pensamiento que se originan con el apego. Luego hay una apariencia negra que es como la oscuridad total; sucede cuando la esencia blanca del padre y la esencia roja de la madre se unen en el área del corazón. En este momento los siete tipos de pensamiento que se originan con la ignorancia se disuelven. Finalmente está la luz clara, que es cuando nos sumimos en la conciencia más sutil. Ahí ya no hay nada como la luz de la luna ni el rojo del sol. Es como cuando se está acabando la noche, ese instante en que se esta pasando de la noche al día. No hay ninguna luz blanca ni apariencia roja. Tampoco hay oscuridad completa, como cuando se está totalmente de noche. Ésta es la apariencia de la luz clara de la mente. Este es el momento real de la muerte. En este momento es cuando la chispa de la vida de la que hablábamos antes abandona el cuerpo.

Ahora, es posible hacer distintas meditaciones en las cuales podemos reconocer esta luz clara y entenderla en términos de la vacuidad. Esto puede ser visto de varias formas: como la ausencia de los niveles más burdos o como la ausencia de las fantasías de la existencia. Esas son dos formas de ver la vacuidad, aunque esto no significa que la podamos reconocer. Sin embargo, alguien que esté muy avanzado en las prácticas tántricas superiores puede usar ese momento en el que aparece la luz clara para hacer la "meditación sobre la vacuidad"; en ese caso, la conciencia permanece en el cuerpo mientras se hace la práctica, aunque la persona parezca muerta.

La muerte de practicantes avanzados

Cuando el Karmapa murió, los médicos occidentales pudieron comprobar que el área del corazón permaneció caliente por varios días. Cuando el maestro más antiguo del Dalai Lama, Ling Rimpoché, murió, permaneció en esta meditación por dos semanas. Mucha gente desfiló enfrente de él, y lo pudieron ver personalmente. Y aunque eso fue en la India, con un clima muy caliente, su cuerpo no se descompuso. El olor característico de la descomposición no se presentó y él permaneció sentado en posición de meditación aunque ya no había ninguna respiración. Tan pronto termina la meditación, la energía sutil abandona el cuerpo; éste cae y comienza a descomponerse, a la vez que bota sangre por la nariz.

Entonces, es a través de este proceso que existen las líneas de los llamados tulkus, que son Lamas encarnados. Estas son personas que pueden controlar el proceso del renacimiento. Se les da el título de Rimpoché, aunque no todos los Rimpochés son tulkus. A los abades de los monasterios también se les llama Rimpoché, y hay gente que llama a su propio maestro Rimpoché por respeto. Cuando decimos que estos tulkus son Lamas encarnados, también tenemos que entender la palabra Lama. En algunos casos la palabra Lama significa algo así como monje. En otras partes, a quienes han hecho retiros de tres años se les llama Lamas aunque no sean monjes. En otras partes, Lama significa maestro altamente realizado, aunque no necesariamente sea un monje y no necesariamente haya hecho un retiro de tres años. Muchas personas que han hecho retiros de tres años no necesariamente son grandes maestros. Generalmente sólo pueden enseñar sobre los rituales y las demás cosas que aprendieron en el retiro. En el Tíbet normalmente se trasladaban de aldea en aldea para efectuar los rituales que se les pedían a la manera de un cura. Entonces, cuando se le llama a una persona que ha hecho un retiro de tres años Lama, eso es muy distinto del significado de Lama cuando se utiliza para designar a un gran maestro como Kalu Rimpoché.

Entonces, cuando hablamos de Lamas reencarnados o tulkus, estamos hablando de la reencarnación de maestros altamente realizados. Estos tulkus no necesariamente son Budas. Dentro de los tulkus hay muchos niveles. Al nivel más alto serían Budas. Alguien que inicia un linaje de tulkus puede dirigir su renacimiento a voluntad. Para ello se necesita como mínimo ser un Bodisatva, una persona cuyo corazón está completamente dedicado a convertirse en un Buda para ayudar a otros de la mejor manera posible, y siendo ésta es su motivación principal en todo momento. Eso es un Bodisatva. Fuera de eso, se requiere que haber logrado un cierto nivel de habilidad en las prácticas tántricas más elevadas. Eso quiere decir que hay que tener una maestría, especialmente en las visualizaciones que tienen que ver con el proceso de la muerte y el renacimiento, todo con una motivación muy profunda de querer continuar en la vida para poder ayudar a otros. De esta forma es posible dirigir los renacimientos.

Lo que quiero decir es que no necesariamente se tiene que ser un Buda para poder hacer esto. Probablemente haya unos mil linajes de tulkus, la mayoría de ellos Tibetanos, pues al renacer entre ellos tienen una mejor oportunidad de recibir los estudios y la educación que necesitan. Pero los tulkus también nacen en otros lugares donde se practica el budismo tibetano, como Mongolia, Asia central, Siberia y los demás países del Himalaya. La cultura tibetana se ha regado por una enorme área. El idioma, el budismo, la astrología, la medicina, el calendario, su literatura, el arte y la danza han tenido un rol muy importante en el Asia central. Es como la influencia de la lengua latina en la Europa de la Edad Media. Algunos tulkus han nacido entre estos otros pueblos y más o menos diez han nacido en occidente, aunque esto ha sucedido en familias que están íntimamente ligadas con el Budismo tibetano; de lo contrario sería muy difícil encontrarlos.

El renacimiento

Pero para todos aquellos que no somos tulkus, no hay control sobre el proceso del renacimiento. Uno simplemente se agarra de lo que puede. Entonces, cuando uno muere atraviesa por el periodo del que hablamos anteriormente, y que es conocido como bardo o estado intermedio y dura inicialmente 7 días. Si durante este periodo no encontramos otro nacimiento, se repite el bardo otra vez hasta un máximo de siete veces. Es decir, un total máximo de 49 días. Al final de los 49 días tomaremos nacimiento en alguna forma, así sea como un pequeño insecto con una vida muy corta. Morir es similar a dormirse; el bardo es similar a los sueños y el renacimiento es similar al despertar. En este momento, la mente y la energía más sutil se conectan con un espermatozoides y un óvulo. Éste es el evento determinante para que un espermatozoides y un óvulo se desarrollen en un bebé. Es el momento del renacimiento.

Cuando morimos, la conciencia se retira del cuerpo denso y se vuelve más sutil. Pasa por los distintos niveles que delineamos anteriormente y llega a los niveles más sutiles, que es lo que se conoce como la luz clara. Luego, la energía se densifica más y ocurre el bardo. Después de esto tenemos un renacimiento.

Para resumir, hemos visto cómo a través de ciertas prácticas de meditación es posible controlar hasta cierto punto este proceso, de tal manera que uno pueda dirigir el renacimiento en la forma que lo hacen los que se conocen en el Tibet como tulkus o Lamas reencarnados. También mencionamos que esta continuidad de la mente no tiene principio ni fin, y que continúa incluso cuando llegamos al nivel de un Buda. Un Buda es una persona que ha logrado deshacerse de las limitaciones y oscurecimientos de la mente. Un Buda no sólo se ha liberado de algunas limitaciones, sino de todas ellas, de tal forma que puede ver las cosas y entenderlas perfectamente. Nuestra mente tiene el potencial de entenderlo todo, y los Budas son aquellos que han logrado desarrollar ese potencial. Esto es lo que significa convertirse en Buda: alcanzar el nivel más alto de la evolución. El propósito detrás de todo esto es poder ayudar a los demás de la mejor forma posible. Un buda continúa apareciendo sin fin, pues su flujo mental continua para siempre. Un Buda, sin embargo, no renace en la forma que discutíamos antes. Un Buda tiene total control sobre el proceso, y esto le permite aparecer en la forma y en las circunstancias que le sean más propicias para ayudar a los demás.

Ahora, hablemos un poco sobre la lógica que tiene el proceso del renacimiento. Básicamente, tiene que ver con la continuidad. Si nosotros experimentamos continuidad de un momento a otro, no tiene ninguna lógica decir que la mente no viene de ninguna parte. El mecanismo para que se dé la continuidad de la mente y se genere el momento siguiente es básicamente lo que se conoce como "el deseo" o "el aferramiento a la continuidad de la existencia". En occidente llamamos a esto "el instinto de conservación" o "de supervivencia". Es como cuando metemos la cabeza dentro del agua y en corto tiempo nos desesperamos por sacarla y tomar un respiro. ¿Por qué lo hacemos? Porque nos aferramos a la necesidad de continuar existiendo; ésta surge casi automáticamente. Si éste es el mecanismo a través del cual producimos el momento uno, que nos lleva al momento dos y éste al momento tres, entonces; ¿por qué el momento tres no habría de producir un cuarto momento, incluso cuando el momento tres es el momento de la muerte? Si todavía existe el deseo y el aferramiento a la existencia, no tiene sentido pensar que este último momento de esta vida no debe producir otro momento.

Otra cosa que nos podemos preguntar es: ¿de dónde surge el carácter de un niño? Cuando un niño nace, no viene al mundo como un cassette virgen. El niño tiene una personalidad y eso es fácil de ver. Unos son calmados y otros lloran todo el tiempo. También, ¿cómo se explican ciertos talentos o gustos y disgustos? Tiene que haber algún tipo de explicación. La genética

ofrece explicación para algunas cosas, pero no para todas. Entonces, si pensamos en términos del renacimiento, todo esto queda muy bien explicado. Bueno, sobre esto volveremos en un momento cuando hablemos de los instintos y de los hábitos.

La mente sin principio

Cuando nos preguntamos de dónde viene el flujo mental antes de la concepción, la mayoría de los occidentales piensan en términos de una creación, pues les es difícil creer que no haya principio. Pero si pensamos que Dios fue el que creó al flujo mental, entonces nos podemos preguntar quién creó a Dios. Si decimos que Dios siempre ha estado ahí, que no tiene principio, llegamos a la misma conclusión: no hay principio. Bueno, otra respuesta que podemos dar es que antes de que un flujo mental comience no hay nada: que las cosas vienen de la nada. Entonces nos podemos preguntar de donde viene la nada, y tendríamos que decir que la nada no viene de ningún lado, que siempre ha existido; de nuevo estamos afirmando que no hubo principio. Entonces, no importa qué solución le demos: siempre tenemos que admitir que no hubo principio.

Nos podemos preguntar de dónde es que viene el flujo mental: ¿de nuestros padres? ¿es algo que procede de la materia? ¿o proviene de la unión del esperma con el óvulo? Para entender esto, tenemos que entender el modo de operación de la continuidad. La continuidad se aplica a cosas dentro de la misma categoría. Por ejemplo, podemos tener un árbol que se convierte en madera, que a su vez se convierte en una puerta y es posible que la puerta eventualmente se queme y se convierta en cenizas y humo. Éste es un proceso de continuidad al nivel de la materia física. Ahora, cuando hablamos de eventos mentales, estos también tienen continuidad dentro de la misma categoría. La infelicidad puede convertirse en ira; la ira puede convertirse en cansancio; y este a su vez en felicidad. Todos estos están en la misma categoría. Pero la ira no se puede convertir en una puerta. Cuando hablamos de continuidad, la ira nunca se convertirá en puerta porque todo debe permanecer dentro de su propia categoría. No podemos decir que el esperma y el óvulo, que son parte de la continuidad de dos cuerpos, se convierten en una mente. No podemos decir esto, aunque por supuesto el cuerpo puede ser la base física para una mente. Por esto pensamos que el flujo mental no viene del espermatozoide y el óvulo.

La continuidad del flujo mental

Tenemos varias opciones para explicar la continuidad de la mente. Como alternativas, podemos pensar que el flujo mental viene del flujo mental de nuestros padres, que Dios lo creó o que viene de su momento previo de continuidad. Si el flujo mental proviene de Dios, enfrentamos muchas inconsistencias lógicas. Dios por definición debe ser absoluto, completo e incambiante, por lo cual no tiene lógica que Él creó un flujo mental de sí mismo. Pero este no es momento para entrar en una larga y profunda discusión al respecto.

Ahora, contemplemos la posibilidad de que el flujo mental provenga de nuestros padres. Si esto fuera así, tendríamos que tener algún tipo de mecanismo mediante el cual éste se transfiere de los padres al niño. Estamos hablando de la continuidad de un fenómeno: la continuidad de una conciencia capaz de percibir el surgimiento de un objeto mental. En el análisis presente, esta conciencia debería provenir en parte del padre y en parte de la madre. Entonces tendríamos que encontrar un mecanismo y un momento de surgimiento tal como el del orgasmo o de la fecundación, porque si el flujo mental surgiese en sí del espermatozoide y del óvulo, entonces estos también tendrían que tener una conciencia propia y sabemos que

esto no es así. Es muy difícil pensar que pueden ser ellos los que transportan la mente del padre y de la madre. Por lo tanto, no tiene mucho sentido pensar que el flujo mental proviene de los padres.

La única alternativa que nos queda es pensar que proviene de su propia continuidad, de su momento previo de existencia. Una evidencia de esto es el hecho de que muchos niños tienen gustos muy distintos a los de sus padres. Incluso en el caso de los gemelos, que tienen una composición genética parecida, no existen los mismos gustos y preferencias. Entonces nos vemos forzados a la conclusión lógica de que la continuidad de la mente de un individuo proviene del momento previo de ese mismo individuo.

Implicaciones del no-principio y la continuidad de la mente

Una implicación de esto es que no hay nuevas mentes o flujos mentales que se estén creando. Muchos aquí preguntan: ¿por qué está creciendo entonces la población mundial? Bueno, podemos comparar la idea budista con algunas de las respuestas que dan otras filosofías no-budistas que también creen en el renacimiento. Aquí en occidente algunas ideas dicen que los humanos siempre nacen como humanos, que los animales nacen siempre como animales y que uno siempre va en un camino ascendente. Esa no es precisamente la creencia budista, que afirma que, dependiendo de las acciones que uno lleve a cabo, puede tener un mejor o peor renacimiento. Es decir, que si uno va por el mundo haciendo mucho daño, matando mucha gente, evidentemente las cosas no pueden ir mejor. Hay otras formas de vida distintas a la humana y a la animal en las cuales podemos renacer, ya sea en este planeta o en otros, y es por eso que la población humana puede crecer. Por ello, al aumentar la población humana no necesariamente está aumentando el número de flujos mentales. El budismo dice que los seres sintientes no están restringidos a este planeta y que no tiene sentido decir que la Tierra es el único lugar donde hay seres que tienen mente. Posiblemente haya muchos otros planetas donde viven seres sintientes.

La base física de la vida y la evolución

Ahora, las formas de vida de este planeta siguen un curso evolutivo como lo sugirió Darwin. Pero esto se refiere a la forma física que sirve de soporte a la mente, y no necesariamente a las mentes en sí. Su Santidad el Dalai Lama dijo algo muy interesante al respecto, cuando le preguntaron si los científicos serían capaces de producir una computadora que tuviese mente. Él respondió: "Los científicos no pueden crear una mente. Pero si llegan a crear una computadora suficientemente sofisticada como para que fuese el soporte de una mente, no hay razón para pensar que un flujo mental, en las circunstancias apropiadas, no pueda renacer en esa computadora". Esto plantea la posibilidad de los androides, que es interesante, pues haría posible una etapa distinta de evolución en este planeta. Especialmente cuando vemos a los fanáticos de las computadoras, pueden estar creando las causas que los lleven a renacer precisamente en una computadora.

Cuando hablamos de diferentes clases de seres sintientes, la gente comúnmente pregunta si las plantas también tienen mente. Por eso responderé la pregunta antes de que la hagan. Hay una diferencia muy grande entre los seres vivientes y los seres sintientes. Los seres vivientes incluyen a todo lo que se conoce como vida biológica. Aquí están incluidas las plantas y los animales. El término "ser sintiente" no se refiere al espectro completo de todas las formas de vida. Sólo se refiere a los seres que tienen una mente en la forma en la que ya hemos definido

en el budismo. Entonces, cuando preguntamos a los científicos cuál es la diferencia entre las plantas y los animales, nos dicen que los animales tienen sistemas nerviosos y transmiten la información a través de las células por medio de una diferencia de potencial eléctrico, mientras que las plantas no transmiten la información de esta manera. Las plantas ciertamente responden a estímulos como la luz, la música o las emociones de las personas, pero se trata de una respuesta química en vez de eléctrica. En el caso de animales muy pequeños o unicelulares, la división no es muy clara. Básicamente, las plantas no tienen el evento de objetos que surgen y la capacidad de relacionarse con ellos, pues esto implica una energía que sea la base para esto y para tomar las decisiones en base a esta información. Entonces, desde un punto de vista budista, las plantas no tienen una mente. Por ello, no podríamos renacer como una planta. Ahora, puede que haya cierto tipo de espíritus que habitan en las plantas y tal vez se pueda renacer como ellos, pero no propiamente como un árbol.

Evidentemente hay distintos niveles de vida que poseen mente. En el budismo se habla incluso de más seres sintientes de los que podemos ver con nuestros ojos. Por ejemplo, se habla de espíritus. Para nosotros los occidentales esto no es fácil de comprender. Para ayudarnos a entender esto, hay una analogía que considero puede ser útil. Como seres humanos, no podemos ver sino una porción del espectro total de luz y oír una pequeña parte del espectro sonoro. Por ejemplo, un perro puede escuchar cosas que nosotros no podemos. Sólo porque los humanos no podemos oír estos sonidos no quiere decir que no existan. Entonces, aunque no podamos ver los rayos X, ultravioleta o infrarrojos no quiere decir que estos carezcan de existencia. No hay razón lógica para pensar que los seres sintientes existentes se limitan a aquel espectro que nosotros podemos ver. No quiero decir que existan seres sintientes en esos rangos del espectro electromagnético. Pero al pensar de esta forma podemos abrir nuestra mente y considerar la posibilidad de que haya seres sintientes que no podemos ver con nuestros ojos.

Podemos renacer en una situación mejor o peor. Esto es algo muy importante, pues implica que una mente no está ligada permanentemente a una forma de vida en particular. A veces nos preguntamos, ¿en qué iré a renacer?, como si el flujo de la mente fuera inherentemente "yo" o "Alex". Pero un flujo mental no es intrínsecamente animal o humano, masculino o femenino. Dependiendo de las circunstancias y de los potenciales que ha acumulado, la continuidad de ese flujo mental se conectará con una base física que dará origen a un cuerpo humano o animal, a un hombre o a una mujer. Uno tiene que pensar en esto por un buen rato antes de entender de lleno todas las implicaciones que tiene. Lo que sí es cierto es que cambia radicalmente la forma en la que percibimos a otros. Ahora, lo que determina la forma en la que vamos a renacer es el Karma, y es sobre éste que discutiremos a continuación.

El karma y su definición

La palabra *Karma* se utiliza en diferentes sistemas con diferentes sentidos. En nuestro lenguaje occidental ha adquirido un significado que no es exactamente el que tiene dentro del budismo. Si alguien es atropellado por un carro, en occidente decimos, "bueno, pero era su Karma". En ese sentido lo asociamos con "el destino" o con "la voluntad de Dios". Pero esto no es budismo.

El entendimiento hinduista de Karma también difiere del budista. En el hinduismo, el significado de Karma es algo así como "el deber". Nacemos dentro de cierta clase social o casta, como por ejemplo en una familia militar o una casta de aquellos que se dedican a limpiar sanitarios. Podemos renacer como hombre o como mujer. Ahora, en la literatura clásica hindú hay descripciones de la perfecta esposa, el perfecto sirviente o el perfecto militar

y es nuestro deber o "nuestro Karma" cubrir los requisitos de ese modelo. Si lo hacemos correctamente, en la próxima vida tendremos un mejor renacimiento.

En el budismo, la idea de Karma no es ninguna de las anteriores. Con Karma más bien nos referimos a un "impulso". Hablamos de un impulso que surge y nos lleva a hacer esto o aquello; por ejemplo, el impulso de ser amables con alguien o de herirlo, o el impulso de cruzar la calle en el preciso momento en el que un auto está pasando. Estos impulsos surgen como consecuencia de nuestras acciones del pasado. Dependiendo de cómo hablemos o actuemos, crearemos distintos potenciales, tendencias y hábitos. Estas tendencias continuarán y cuando ciertas circunstancias se conjuguen, darán origen a otro impulso o Karma. Esto es lo que se llama "maduración del Karma", que es la tendencia a repetir una acción similar en circunstancias similares, o a involucrarnos en una situación en la que una cosa similar sucedió.

De esta forma, si herimos o matamos a alguien, el impulso de hacer daño o de ser sádicos surgirá de nuevo. Surgirá el impulso de meternos en situaciones donde, ya sea que matemos o hiramos a otros, o nos maten o nos hieran a nosotros. De la misma forma, si mentimos o engañamos, no sólo continuaremos haciéndolo a otros, sino que las causas surgirán para meternos en situaciones en las que los otros nos mientan o nos engañen. Así funciona el Karma, y no como un sistema de castigo y recompensa. Simplemente creamos un tipo particular de energía. Ahora, estas cosas repercuten en vidas futuras, de tal forma que el Karma puede madurar en ellas. Si actuamos de una forma determinada en una cierta vida, cuando las condiciones sean similares en una vida futura, surgirán los impulsos para actuar de esta misma manera. Entonces, el mecanismo a través del cual esto se transmite de una vida a otra son los potenciales y los hábitos.

Hábito

¿Qué es un hábito? Podemos tener el hábito de tomar café por la mañana. El hábito no es en sí el tomarnos el café. El hábito no es algo físico. Tampoco es algo mental; no es el deseo de tomarnos el café. Entonces, ¿qué es? Lo único que podemos decir es que hay una secuencia de eventos similares: tomamos café hace dos días, tomamos café ayer y tomamos café hoy. Hay una secuencia de eventos parecidos, y basados en esto podemos decir o inferir que hay un hábito. Es una abstracción, y sobre la base de esta abstracción podemos inferir que es probable que mañana tomemos café. Podemos tener secuencias de eventos similares en una vida o secuencias de eventos similares en varias vidas. Por ejemplo, hay alguien que toca el piano muy bien en una cierta vida. Luego, si aparece un niño que tiene muchas habilidades para el piano en el futuro, podemos inferir que ha habido un hábito que continuó. Es como alguien que ha nacido en Colombia y desde pequeño ha mostrado gran interés en el yoga indio. Uno podría inferir que esto viene de una serie de eventos similares en vidas pasadas, que no necesariamente ocurrieron aquí en Colombia, y que han hecho que la persona se relacione tan íntimamente con el yoga. De esta forma, los hábitos pasan de una vida a otra y explican mucho de porqué nos interesamos en una cosa o en otra. El hábito no es una cosa concreta y sólida que pasa de una vida a otra, sino que es una abstracción. Podemos hacer esa abstracción con base en el flujo mental, que es lo que continúa.

También hay potenciales que son responsables de ciertos impulsos, gustos o reacciones que surgen. Estos pueden ser positivos o negativos. Generalmente esto se traduce de forma muy incorrecta como "mérito" y "pecado". El sistema budista no trabaja con los conceptos de recompensa o castigo, ni con juicios de valor. Más bien hablamos de potenciales positivos y potenciales negativos. Estos se construyen sobre la base de nuestras acciones. Podríamos decir que son como vibraciones de energía que pasan de una vida a otra, como las vibraciones de

electricidad que mantienen un radio funcionando. Es este tipo de mecanismo que hace que el Karma pase de una vida a la otra.

Karma y renacimiento

De esta forma hacemos las cosas que hacemos y nos metemos en las situaciones en las que nos metemos. Normalmente no tenemos ningún control sobre esto. Dependiendo de qué clase de acciones hayamos hecho o desarrollado en el pasado, y también del tipo de potenciales que tenemos, en el momento de la muerte vamos a activar algunos de ellos. Hay que tener en cuenta que hemos construido millones y millones de potenciales. Dependiendo de lo que hayamos hecho con más energía y del estado mental en que muramos, se activan ciertas configuraciones de potenciales. Esto es lo que va a dar forma al tipo de renacimiento al que nos dirigiremos.

El aferramiento a la continuidad de la existencia hace que sintamos pánico cuando la conciencia se retira del cuerpo. Lo que generalmente sucede es que primero nos da tanto pánico que nos tratamos de aferrar al cuerpo. Después, al no poder hacerlo, buscamos uno nuevo. Luego, de entre los potenciales que estén activos en ese momento, un tipo particular de impulso va a surgir que nos llevará a aferrarnos de un tipo particular de esperma y óvulo. El objetivo es poder obtener un cuerpo con el cual podamos seguir existiendo. Es como una rata en el agua que se agarra de lo que puede. De esto no tenemos ningún control, porque funciona en términos de impulsos. La razón es que en última instancia lo que buscamos es una base sólida de la cual nos podamos agarrar para experimentarnos en términos de un "Yo".

La forma de controlar todo este proceso tiene que ver con no aferrarnos a la idea de "Yo". Así, se crea una especie de espacio donde podemos decidir qué tipo de renacimiento queremos. Como lo dije antes, éste es un logro bastante grande y difícil; no es tan sencillo como pudiera parecer. El pánico que sentimos es demasiado íntimo, algo sobre lo cual no tenemos ningún control.

Entonces, así se crean las distintas situaciones de renacimiento en las que los diversos Karmas que hemos generado se van a desarrollar. Si hemos sido muy crueles, no sólo vamos a nacer en una situación en la que volveremos a ser crueles con los demás y los demás serán crueles con nosotros, sino que este Karma nos llevará a un país, a una familia y a situaciones en donde este tipo de cosas es común. Esto se puede ver en la configuración astrológica de la persona en el momento del nacimiento.

Somos responsables de nuestras acciones

Con esta forma de ver las cosas, todo encaja. Aunque podamos decir que la situación económica y social de nuestra familia ha influenciado nuestra forma de ser, no podemos culpar completamente a la sociedad o a nuestra familia. Pero sí podemos observar que toda la configuración de nuestra vida es el resultado de las acciones del pasado. Éstas son algunas de las consecuencias de pensar en términos de renacimiento y Karma. Si nacemos en una situación familiar difícil, de nada sirve enojarnos, decir que no es justo, echarle la culpa a la familia y tener un profundo resentimiento hacia nuestros padres. Básicamente, el budismo dice que la responsabilidad es nuestra. Esto tampoco quiere decir que podemos decir "cállese porque se lo merece". Más bien quiere decir que si somos responsables de lo que estamos experimentando, entonces también somos responsables de lo que nos sucederá en el futuro. De esta forma, si no queremos que las cosas continúen siendo terribles, debemos tratar de

entender los patrones en los que estamos metidos e intentar cambiarlos para que nuestra situación en el futuro mejore.

Aunque tengamos el impulso de herir a alguien, el secreto de todo esto es darnos cuenta que nada nos está obligando a actuar de tal o cual forma. Tenemos opciones, y esto es precisamente lo que nos distingue de los animales, pues la mayoría de ellos actúa ciegamente llevados por sus impulsos. La principal diferencia entre los seres humanos y los animales es la capacidad de discriminar entre lo dañino y lo que puede ser benéfico. Entonces, si podemos darnos suficiente espacio, nos es posible ver con más claridad qué es de provecho y qué no lo es. Así no seremos guiados automáticamente por los impulsos.

El desarrollo de nuestros potenciales

Es posible mejorar y cambiar nuestra situación, trabajando para acercarnos cada vez más a la Budeidad. Dentro del budismo creemos que todos tenemos la habilidad de convertirnos en Budas: las mujeres, los hombres y los animales. Y esto es porque todos tenemos el material básico para llegar a ser Budas. Estos factores básicos se conocen con el nombre de Naturaleza Búdica. Todos tenemos una mente; todos tenemos eventos que surgen y la capacidad de relacionarnos con ellos. Incluso un gusano tiene esto: el gusano puede ver donde está la comida e ir hacia ella.

Esta mente es algo con lo que se puede trabajar para lograr un pleno entendimiento y convertirnos en un Buda. Todos tenemos un corazón; tenemos sentimientos. Estos pueden ser desarrollados de tal manera que tengamos infinito amor por los demás. Todos tenemos la clase de energía que sustenta la vida, y ésta también puede ser desarrollada hasta tener la suficiente y convertirnos en un Buda. Todos tenemos la habilidad de comunicarnos, y esto también puede ser desarrollado para podernos comunicar en la forma perfecta en que lo hace un Buda. El budismo es muy optimista en este sentido, pues sostiene que todos podemos llegar a ser Budas.

¿Cómo puede un animal crear el buen Karma para llegar a ser humano? Como siempre surge esta pregunta, la voy a contestar de una vez. Tenemos que entender esto tomando un ejemplo de nuestra vida como seres humanos. Si tenemos un tipo de Karma que nos lleva a tener una relación con alguien, éste hace que surjan impulsos que nos hacen desear estar con esta persona. Creo que todos hemos tenido la experiencia de una relación que llega a su fin, y el querernos separar. Éste es el fin del Karma. Entonces, los impulsos de querer estar con esa persona ya no surgen. El potencial para estar con esta persona se ha agotado, y queremos separarnos. Lo mismo sucede en el renacimiento de un animal. El potencial que hizo posible que el flujo mental se conectara con un cuerpo animal eventualmente se agota y otros potenciales se pueden presentar, creando la situación para un renacimiento que podría ser humano. Estos potenciales fueron creados en vidas pasadas, en las que era un ser humano.

Implicaciones del renacimiento

Hemos visto entonces que para poder entender el renacimiento es necesario entender la mente, y qué es lo que continua de una vida a otra. Es necesario entender también un poco acerca del Karma y como de un nacimiento a otro cargamos con patrones unidos a nosotros. Este entendimiento no es simplemente el material de una interesante charla intelectual, sino información importante y útil que nos ayuda a enfrentarnos a muchas situaciones de la vida.

Es como mi caso. Nací en Estados Unidos y desde niño siempre estuve interesado en las cosas orientales, especialmente en las Tibetanas. Nadie más en mi familia tenía este tipo de intereses. Uno puede pensar que estaba loco o que tenía alguna conexión pasada con los tibetanos. Esto podría explicar por qué me llegaron estos impulsos de querer aprender de los tibetanos. Nos da la confianza de seguir el camino al que hemos sido llamados instintivamente, aunque éste difiera de las costumbres de la familia o de nuestra cultura.

Si pensamos en términos de una vida futura, no queremos renacer en una situación desfavorable. Y no sólo en vidas futuras, sino también en esta misma vida, no queremos situaciones desagradables. Esto nos lleva a entender cómo podemos darle forma al futuro, cómo podemos trabajar con nuestras actitudes a través de las técnicas de meditación. También, si pensamos en vidas pasadas vemos que lo hemos sido todo: hombres, mujeres, jóvenes, viejos, etc. Esto nos permite relacionarnos con los demás de una forma mucho más amplia e íntima. Podremos sentir más empatía, y esto naturalmente nos inclinará a querer ayudar más a otros. También vemos que si no cuidamos nuestras relaciones presentes, éstas se seguirán presentando en el futuro de acuerdo a las leyes del Karma.

Este no es el modelo que se presenta en algunas de las filosofías ocultistas de occidente. Muchas de ellas enseñan que hay cierta lección que debemos aprender, y que hasta que no la aprendemos vamos a tener que repetirla para poder seguir con otra. Este modelo está basado en un Dios todopoderoso que nos reparte lecciones a la manera de repartir un naípe. Nadie nos está repartiendo lecciones. Somos nosotros los que nos repartimos las cartas a través de las distintas acciones que realizamos. De esta forma experimentamos las distintas situaciones que nos llegan.

Hay muchas cosas útiles que surgen del entendimiento del renacimiento. Simplemente creer en el renacimiento no es algo tan sencillo; no se trata de que de un momento a otro aparece una luz y... ¡Aleluya!. Necesitamos tiempo para acostumbrarnos a la idea. Primero, necesitamos un correcto entendimiento y una correcta explicación. El paso siguiente es pensar en ella para poder entenderla. Luego tenemos que trabajar para asimilarla en nuestra vida diaria y pensar en todas sus consecuencias. Luego, con los años empezamos a sentirnos más cómodos con la idea hasta que empieza a formar parte de nuestra vida.

Su santidad el Dalai Lama también ha dicho que si la idea del renacimiento no tiene ningún sentido para nosotros debemos simplemente olvidarla. Lo más importante es ser personas cordiales y poder ayudar a los demás, pues esa es la esencia del budismo.

Preguntas

Pregunta: ¿Por qué se dio el principio, si estábamos tan felices y contentos allá arriba? ¿Por qué tenemos que pasar por todo lo que tenemos que pasar?

Respuesta: Ésta es una muy buena pregunta. Saca a relucir algo que me hizo falta en el modelo del que hablábamos al principio. No es que al principio estuviéramos en un paraíso maravilloso, y luego de alguna manera llegó la ignorancia, caímos, y se dio el renacimiento. Ése es el modelo bíblico, no el budista. Más bien lo que decimos es que el flujo mental no tuvo principio, y la confusión tampoco lo tuvo. Aunque el flujo mental no tiene fin, la confusión sí puede tener final. La razón es que la confusión carece de una base válida. Cualquier persona que pueda ver las cosas en toda su validez puede entender que nuestra confusión no corresponde a la realidad. Así, aunque esta confusión no tiene principio, sí puede tener fin, dado que no corresponde a la realidad.

Pregunta: Entonces, ¿vamos a seguir reencarnando y reencarnando para siempre, sin ningún final? ¿No habrá un punto donde no tengamos más Karma y podamos dejar de vivir?

Respuesta: Un flujo mental continúa para siempre. Sin embargo, la situación de estar siempre controlados por impulsos y acciones compulsivas no necesariamente tiene que continuar. Uno se puede sobreponer al Karma; se puede purificar a través de ver la realidad como es y todo lo demás que es necesario. Después de esto uno puede continuar de tal forma que pueda ayudar a los demás, como un Buda.

Pregunta: Si no hay fin, entonces, ¿todos terminaremos convirtiéndonos en Budas? Y, ¿cómo hacemos para saber si somos un Buda?

Respuesta: Teóricamente es posible para todo el mundo convertirse en un Buda. Pero no es el caso que sea inevitable. No podemos esperar que Dios lo haga todo por nosotros. Ahora, los Budas pueden inspirar a otros a sobreponerse a sus confusiones y entender la realidad. Pero tenemos que entender la realidad por nosotros mismos. Teóricamente todos podemos convertirnos en Budas, pero ello requiere una gran cantidad de esfuerzo de parte de uno mismo. Lo que los Budas pueden hacer es inspirar y enseñar a los demás. Pero un Buda no puede iluminar a la gente como si se tratara de sacarles una espina del pie. Si pudieran hacerlo, ya lo hubieran hecho.

En cuanto a cómo saber si uno es un Buda, tenemos que ver las características de uno. Hay dos tipos de logros: uno que se conoce como Liberación y otro como Iluminación. Cuando estamos liberados, estamos libres del sufrimiento y de la infelicidad; ya no estamos perturbados y no nos sentimos incómodos en ninguna situación. No hay rabia, ni apegos y no tenemos situaciones ni renacimientos incontrolables. Aún siendo seres liberados, no podemos ayudar a otros de la mejor forma posible porque la mente todavía tiene limitaciones. Todavía no somos capaces de entender y comprenderlo todo. El logro de la Iluminación o Budeidad está mucho más allá de esto porque es el estado en el que la mente ya no tiene limitaciones. Somos capaces de entenderlo todo de forma perfecta. Somos capaces de utilizar todos nuestros potenciales y de ayudar a otros de la mejor forma posible. Tenemos energía ilimitada para ayudar a otros. Somos capaces de comunicarnos en una forma tan perfecta que todo lo que decimos puede ser de ayuda a los demás. Ya no nos ponemos nerviosos ni nos cansamos, y sabemos qué es lo que va a ser de mayor ayuda. Estas son algunas de las cualidades de un Buda. Un Buda ayuda a todos por igual; no ayuda como un favor o con favoritismos. No le importa si lo alabamos o no, si nos gusta o no. Un Buda de todas formas ayuda a todo el mundo como un sol que alumbra en todas las direcciones. Pero tenemos que salir al sol; de lo contrario no podremos recibir su calor.

Pregunta: ¿Un Buda reencarna?

Respuesta: Un Buda continúa apareciendo, aunque no tiene ninguna compulsión de hacerlo. Un Buda siempre aparece, tal como el sol siempre ilumina. A veces se presentan en forma de un maestro, aunque no necesariamente. Todo el propósito de convertirse en Buda es el de ayudar a otros. Por esta razón, los Budas siempre aparecerán. Sin embargo los Budas sólo aparecen en los sitios y en las épocas en las cuales la gente es receptiva a sus enseñanzas. Si la gente no es receptiva, no tiene sentido el aparecer.

Pregunta: Un Buda, ¿tiene emociones negativas, como el enojo?

Respuesta: No. Por definición, un Buda no puede tener emociones negativas.

Pregunta: ¿Puede un Buda caer de su estado?

Respuesta: No.

Pregunta: ¿Puede un Buda reencarnar en alguna otra parte, como en otro planeta?

Respuesta: Un Buda aparece en cualquier lugar donde pueda ser de beneficio. En las eras oscuras, donde la gente no es receptiva, los Budas no aparecen.

Pregunta: ¿Cómo se relaciona nuestra mente con los movimientos del universo?

Respuesta: De acuerdo con la astrología occidental, la posición de los planetas en el momento del nacimiento determina la calidad de nuestro código genético.

Pregunta: ¿Qué dice la astrología tibetana? ¿Qué aportes tiene en cuanto al Karma y al renacimiento, como para podernos colocar en posiciones auspiciosas o propicias?

Respuesta: En el budismo no decimos que los planetas son la causa, o que determinan la forma en que nacemos. Pero la configuración de los planetas refleja como un espejo la situación kármica. En una carta astrológica podemos leer mucho sobre el Karma de un individuo. Pero no es que los planetas sean la causa de éste. Hay que tener en mente que las cartas astrológicas muestran una parte del Karma, pero no lo muestran todo. Si lo mostraran todo, como dijo un maestro tibetano: "Un ser humano y un perro que nacen en el mismo lugar y a la misma hora deberían experimentar las mismas cosas durante su vida". Pero esto no es así porque hay muchos otros factores kármicos que no se ven en una carta astral.

Pregunta: ¿Tiene la astrología Tibetana los mismos puntos de vista que la occidental, o se trata de otro sistema?

Respuesta: Tendría que volver y darles una conferencia sobre astrología Tibetana. Es un tema muy extenso. Hay varias cosas en común, porque muchos aspectos de la astrología Tibetana vienen de la India. La India y la antigua Grecia tenían algunas cosas en común. Los signos del zodiaco y las casas son similares, aunque la astrología tibetana toma muchas otras cosas en cuenta. Es mucho más compleja, especialmente en cuanto a las predicciones sobre lo que va a suceder en una vida. Hay algunas cosas que son similares a la astrología de India y otras cosas que son similares a la astrología China. La astrología Tibetana es bastante compleja y muy completa. La próxima vez, si así lo desean, puedo enseñarles sobre astrología.

Pregunta: Al iluminarse un Buda, ¿adquiere conocimiento de vidas pasadas?

Respuesta: Sí. No sólo de las propias sino de las de otros, y no sólo de las pasadas sino también de las futuras. Esto nos trae a otro punto importante. En el budismo no existe nada que se pueda considerar como predeterminación. La predeterminación implica que algún ser, tal vez como un Dios, ha decidido qué es lo que le va a pasar con alguien. Pero el budismo dice que no, que nadie ha decidido con antelación qué es lo que debería suceder. Sin embargo, sí es posible saber qué es lo que va a pasar. Hay una diferencia entre decidir y saber lo que va a pasar. Un Buda conoce todo sobre todo el mundo. Conoce todos los potenciales y todos los impulsos a los que estamos sujetos. Un Buda puede saber qué será lo que vamos a escoger. Desde el punto de vista de las personas individuales, tenemos la oportunidad de decidir, y así es como lo experimentamos. Puede ser que el Buda sepa qué vamos a escoger, pero esto no significa que él decida por nosotros. Nos puede ayudar a escoger, pero no puede elegir por

nosotros.

No hay predeterminación, pero tampoco hay total libre albedrío. Si así fuera, podríamos hacer cualquier cosa: podríamos salir volando por la ventana, o yo podría dar esta conferencia directamente en Español. Me es posible dictar esta conferencia en Inglés o en Tibetano porque he creado las causas para ello al estudiar ambas lenguas. Aunque pueda entender algo de Español, no podría dictar la conferencia en este idioma porque no he construido las causas para hacerlo. No hay predeterminación, porque la podría dictar tanto en Inglés como en Tibetano. Un Buda sabe que la dictaría en Inglés, porque al no tener un traductor, sería estúpido hacerlo en Tibetano. Es evidente también que no tengo suficiente libre albedrío para decidir que la voy a dictar en Francés, en Portugués o en Zulu.

Pregunta: ¿Qué diferencia hay entre Dios y un Buda?

Respuesta: Todo depende de como se defina a Dios.

Pregunta: ¿Cómo lo define usted?

Respuesta: Eso no importa. Depende de cómo se defina. Si hablamos del amor como un principio del universo, el budismo acepta eso. Si hablamos de un orden del universo, el budismo acepta eso. No lo llamamos Dios, pero de todas formas lo aceptamos. Realmente no importa qué nombre le demos. Y si hablamos de seres que están mucho más desarrollados que nosotros y que están involucrados con el mundo de una forma compasiva, el budismo también acepta esto. Si hablamos de Dios en términos de una mente omnisciente que lo conoce todo, el budismo también acepta esto. Eso es un Buda. Pero la cualidad de Dios que el budismo no puede aceptar es la de creador omnipotente, porque genera muchas inconsistencias de orden lógico. Si fuera posible ser omnipotente, y si ese ser omnipotente fuera también un ser amoroso y compasivo, entonces ¿por qué habría ese Dios de crear el sufrimiento o de permitir que los seres sufran? Simplemente lo eliminaría, y así debería hacerlo si es que es todo amor. Decir que Dios permite que los seres sufran para probarlos contradice la idea de Dios como un ser completo, permanente, autosuficiente e íntegro. Si tuviera estas características, no tendría necesidad de probar a nadie.

Entonces lo que el budismo dice es que no hay tal ser omnipotente. Por supuesto puede haber un Dios. Incluso en el círculo del Samsara hay un tipo de seres sintientes llamados dioses que pueden tener toda clase de cualidades increíbles, como un inmenso amor y otras. Pero estos dioses no son omnipotentes. La creencia en un Dios surge cuando los universos pasan a través de los distintos ciclos. En un momento parece que evolucionan, luego parece que están estables y finalmente se desintegran para volver a evolucionar. Hay muchos universos pasando por estas etapas, no sólo uno, y las etapas por las que están pasando son distintas. Cuando un universo se desarrolla y aparece un primer ser sintiente en él, ese será su dios. Luego, todos los demás lo seguirán. Ese dios será también el ultimo en desaparecer. Todos los que vienen después piensan que este dios es el creador, y ese dios también pensará que él es el creador. Esa es la explicación budista desde un punto de vista sociológico de la creencia en un Dios como un ser omnipotente y creador absoluto.

Pregunta: Quisiéramos agradecerle su visita y enviarle unos saludos muy especiales a Su Santidad el Dalai Lama. ¿Puede decirnos algo acerca de él y de su posible viaje a Colombia?

Respuesta: Muchas gracias. Con mucho gusto le transmitiré sus saludos a Su Santidad. En junio de este año estará viajando por Sudamérica, visitando Brasil, Chile y tal vez Venezuela.

También ha manifestado su deseo de visitar Colombia. Esto tendrá que ser evaluado en los próximos días. Las cosas dependen de muchos factores, en términos de la posición del gobierno aquí y de su agenda y los compromisos que ha adquirido con anterioridad. La posibilidad de que su santidad visite Colombia en junio o que posponga el viaje para otra ocasión es algo que tendrá que ser decidido en el futuro. Ciertamente a Su Santidad le gusta visitar países donde la gente es receptiva y donde existe la necesidad. Estoy seguro que vendrá a Colombia cuando las circunstancias sean propicias. Muchas gracias por su deseo e interés y así se lo comunicare a Su Santidad.

Ahora diré algo muy breve sobre el Dalai Lama. Su Santidad es la cabeza espiritual del Budismo Tibetano. Es el líder espiritual de todas las tradiciones tibetanas. El Dalai Lama es encontrado como una reencarnación y el presente es el decimocuarto. No sólo es la cabeza espiritual de los budistas en Tibet, sino también en Mongolia, Siberia y los demás lugares donde se practica el budismo tibetano. Desde el quinto Dalai Lama ha sido también el jefe político del Tibet. Por lo tanto ha sido el jefe del gobierno tibetano en el exilio desde 1959 cuando los Chinos invadieron al Tibet y muchos refugiados tuvieron que escapar.

El Dalai Lama no ha manifestado ningún interés en mantenerse apegado a ese poder y en estos momentos hay un gobierno elegido democráticamente para los exiliados tibetanos. Pero en lo que sí está trabajando con mucho entusiasmo es en solucionar el problema de los tibetanos de una forma pacífica. Es su deseo evitar que los chinos acaben completamente con los derechos humanos de los tibetanos.

Los Chinos han asesinado a una quinta parte de la población tibetana en campos de concentración. También los han hecho morir de hambre. De un total de 6200 monasterios que existían, sólo han dejado 150. Los demás los han destruido. Han seguido una política colonialista, moviendo grandes cantidades de población china hacia el Tibet, de tal forma que hay ya mucho más chinos que tibetanos en la región. Han cortado también gran cantidad de árboles. Los países europeos le pagan a la China para que tire sus desechos nucleares; esto lo están haciendo en Tibet. Han continuado arrestando, torturando y asesinando a la población tibetana. El Dalai Lama ha estado trabajando para lograr resolver este problema en forma pacífica. En 1989 ganó el Premio Nobel de la Paz por sus esfuerzos. También sostiene una gran cantidad de diálogo con otros líderes religiosos del mundo, y en especial con Su Santidad El Papa. Juntos trabajan para lograr la armonía religiosa en el mundo. Trabaja también con muchos científicos para lograr la armonía entre el budismo y las ciencias. Viaja por todo el mundo dando enseñanzas y ofreciendo un mensaje de paz y armonía. Es muy difícil decir si el Dalai Lama es un Buda o no, pero ciertamente si hay alguien que está cerca a convertirse en uno, es él.

Ahora hagamos una dedicación. Pensemos que cualquier energía positiva y potencial que hayamos acumulado a través de estas charlas pueda contribuir a que todos superen sus limitaciones. Que todos los seres actualicen sus potenciales. En otras palabras, que todos puedan llegar a ser Budas para el beneficio de todos los seres.