
BUDISMO PARA FILÓSOFOS

—●—

Juan Ignacio Iglesias

No creáis nada por el simple hecho de que muchos lo crean o finjan que lo creen; creedlo después de someterlo al dictamen de la razón y a la voz de la conciencia
(Buda).

No sin cierto aire de superioridad intelectual, desde el pensamiento contemporáneo el budismo está siendo observado con abierta simpatía, con una indisimulada complacencia. Existen, en apariencia, buenos motivos para ello: se trata de una deliciosamente vaga y anti-metafísica forma de religión (además de supuestamente “atea”), no exenta además de rasgos que podríamos definir como filosóficamente pintorescos, como la afición de ciertas escuelas budistas a las paradojas, o el papel esencial que juegan en sus doctrinas nociones como la de “vacuidad”, o la de “impermanencia de los fenómenos”, muy en sintonía con ciertos postulados filosóficos e incluso científicos. El mismo Einstein se refirió al budismo como la única religión verdaderamente compatible con la ciencia, y la idea

budista de que en el ámbito fenoménico todo es relativo e insustancial tiene evidentes paralelismos con la moderna teoría de la Relatividad y la Física cuántica. Desde otro ángulo, la tesis humeana de que el yo es una mera construcción de la memoria y el hábito, fue formulada por el Buda dos mil trescientos años antes.

Pero, aunque hay muchos más elementos que podrían, a mi juicio, justificar esta sintonía, como más adelante veremos, no podemos olvidar un hecho esencial: existe, entre la tradición filosófica occidental (así caracterizada, sin demasiadas sutilezas) y el budismo (al igual que otras tradiciones de lo que podríamos denominar genéricamente como “sabiduría oriental”, para entendernos), un hiato difícilmente superable. Este hiato es, para adelantarlo brevemente, la ausencia, en nuestra tradición, de un camino de autoexploración (de carácter empírico, directo y experimental) desde el que verificar y corroborar la validez de nuestras hipótesis. Dicho de otro modo: no existe, en la tradición filosófica occidental nada semejante a un “yoga” o disciplina psicosomática a partir del cual abordar experimentalmente, y no sólo intelectualmente, la búsqueda interior de lo Real.

He dicho “experimentalmente” y lo mantengo, pese a que se trata de una afirmación filosóficamente fuerte y cargada de un gran potencial para todo tipo de malentendidos y fricciones. Pero, para abordar la cuestión con método, es preciso dar un pequeño rodeo.

El budismo *ordine geométrico*

Quisiera proponer al lector un acercamiento insólito al budismo, un acercamiento que no se fundamente ni en el análisis doctrinal ni en una interpretación en clave sociocultural de sus corrientes y escuelas (por otro lado, modelos que pueden ser muy fructíferos) sino en la siguiente propuesta: el núcleo teórico último del budismo histórico, el budismo que dimana de la palabra del Buda Sakyamuni, es una rigurosa aplicación, en el ámbito de la subjetividad, de una metodología que podríamos considerar, *mutatis mutandi*, estrictamente científica.

Existen, en mi opinión, al menos tres aspectos relevantes del budismo primitivo que avalan esta propuesta: en primer lugar, el énfasis anti-dogmático con el que el Buda intentó impregnar todas sus enseñanzas, y que podríamos considerar resumido en la exhortación del Buda, dirigida a sus discípulos, de no aceptar ninguna verdad proveniente de ninguna autoridad que no fuera directamente corroborada por ellos mismos. En segundo lugar, lo que ha venido denominándose últimamente como “el silencio del Buda” respecto a las grandes cuestiones metafísicas (la existencia de Dios, el origen del universo, o el sentido último de la existencia humana, por tomar los ejemplos más relevantes), silencio que, en última instancia, parece brotar tanto de la constatación de la impotencia del lenguaje para expresar una Verdad elusiva y esquiva, como del deseo de evitar un posicionamiento doctrinal que, eventualmente, llevara a sus discípulos a vanas disputas interpretativas y

teóricas. Y, en tercer lugar, pero no por ello el menos importante, porque lo que el Buda eligió como punto de partida de su formulación doctrinal, lo que en su primer sermón transmitió a sus discípulos, fue la cuestión crucial y acuciante del sufrimiento humano. ¿Por qué eligió el Buda este punto de partida?

La cuestión es que el Buda eligió, como punto de partida, un hecho fácilmente verificable, un hecho observable en todas las dimensiones de la existencia humana: la realidad (al parecer inherente a la vida) del dolor, del sufrimiento. Si consideramos este punto de partida (la primera Verdad Noble) como un primer axioma, es evidente que nos encontramos ante una doctrina revolucionariamente nueva. Examinemos, antes de proseguir con nuestra hipótesis primera, algunas de sus implicaciones. ¿Qué características podemos deducir acerca de una religión cuyo primer postulado es una verdad en apariencia tan obvia? Consideremos que ese primer axioma es como un fogonazo de luz, como un flash fotográfico. ¿Qué es lo que nos muestra?

Quizás lo primero que podríamos decir es lo siguiente: resulta insólito -cuando no absolutamente revolucionario- que la piedra angular de una doctrina religiosa se ciña de un modo tan radical y explícito a la experiencia vital más común del ser humano, lo cual nos lleva, de inmediato, a la consideración de que se trata, obviamente, del ser humano concreto y real, no de una abstracción, no de una teorización acerca de qué es el ser humano, ni de una Humanidad genérica y grandiosa, sino de la criatura doliente y sujeta a

los avatares de la vida y sus dolores. En segundo lugar podríamos, quizás, hacer hincapié en lo que ese “fogonazo” de luz no nos muestra. No ilumina un paisaje cosmológico, esotérico o metafísico. No nos muestra el rostro terrible y ontológicamente distante, o vengativo, de un Dios que es el Rey de la Creación. Tampoco nos ofrece el misterio de fe, ni un dogma inverificable como punto de partida. No: el rostro que nos ofrece es el del padre que ha perdido a sus hijos en el tsunami del Pacífico, o el del niño hambriento que busca la comida en los estercoleros de las grandes urbes, o el del enfermo de SIDA pobre y sin esperanza del tercer mundo... Por haber elegido el dolor humano como punto de partida, el fundador de esta doctrina nos escogió a cada uno de nosotros, con nuestra pequeña o grande historia de sufrimiento, como punto de partida. Y así, el “patrón oro” de dicha doctrina es el ser humano considerado en su más concreta y abrumadoramente real circunstancia. Todo se desenvuelve desde él, por él y para él, y todo lo que venga quedará, pues, dibujado a escala humana.

Un humanismo de cuño tan pragmático y radical, ¿qué motivación podría tener? Elegir el dolor humano como punto de partida no es baladí. Debe perseguir algo, obedecer a un propósito que esté en sintonía con la radical novedad del primer axioma, con su carácter revolucionario. ¿Y qué puede ser más revolucionario que proponer resueltamente la posibilidad de liberar al hombre de su sufrimiento? Ahora bien: si es un hecho que el sufrimiento existe (y que es un fenómeno

tan hundido en la experiencia vital humana que merece ser punto de partida de la doctrina), y en su postulado encontramos la huella de una motivación liberadora, parece claro que debe existir un camino, y que éste debe mostrar tanto las causas del sufrimiento como la posibilidad de trascenderlas... lo cual nos lanza a una dimensión completamente inesperada de la doctrina. Las consecuencias surgen por doquier. Si es posible liberarse del sufrimiento, es porque éste no es inevitable. Si no es inevitable, es porque no está inscrito en la naturaleza humana. Y, si no está inscrito en la naturaleza humana, entonces es que su verdadera naturaleza es algo por desvelar, y el sufrimiento obedece, pues, a este oscurecimiento de la verdadera naturaleza del ser humano...

Y así, acaso, ese primer axioma alcanza la plenitud de su sentido: el sufrimiento, inevitable como fenómeno, es ilusorio cuando desvelamos lo real.

También podríamos, por supuesto, seguir otro sendero deductivo (paralelo, con todo, al anterior). Supongamos que quien propuso dicha doctrina quiso establecer el sufrimiento como categoría para el entendimiento, es decir, como una especie de perspectiva a partir de la cual explorar y caracterizar la realidad humana. Lo primero que llama la atención es lo absolutamente democrático de la propuesta. No es este hombre -rico, pobre, culto o inculto- el que sufre, sino TODOS. Y no es esta sociedad, o esta época, las que sufren, sino TODAS... La universalidad del sufrimiento remite, así, no a causas meramente circunstanciales, ni conduce por tanto a remedios

circunstanciales, sino que parece reclamar de nosotros una visión más radical, una seriedad y un empeño que vayan más allá de la tupida y engañosa malla de los fenómenos y sus avatares. En otras palabras: lo que la universalidad del sufrimiento ilumina es la universalidad del engaño, del error, de la ignorancia, pero sobre todo nos enseña algo de importancia trascendental: no existe ninguna posible combinación de circunstancias fenoménicas que nos libre del sufrimiento. Por lo tanto, la liberación del sufrimiento debe hallarse fuera del ámbito fenoménico. Y, si esto es así, la clave de la ignorancia -y, con ella, del sufrimiento- humana ya ha sido potencialmente desvelada: si buscamos nuestra felicidad en lo fenoménico, estamos condenados a sufrir. La salida del sufrimiento, sea cual fuere, debe conducir indefectiblemente más allá de los fenómenos.

Ahora, dando por concluido este ejercicio de deducción, creo que merecería la pena retomar nuestro punto de partida. Estamos, sin duda, ante una formidable apuesta, pero que va más allá de las obvias consecuencias que hemos examinado. En efecto, no se trata tan sólo de insinuar un acercamiento a lo trascendente tomando como punto de partida la realidad humana dada, concreta, ni de proponer un alivio para el dolor humano, sino de situar al discípulo en una esfera radicalmente novedosa: la de la experimentación. En realidad, el sufrimiento es un hecho que debe ser entendido, un fenómeno sobre el cual se va a formular, como veremos, una hipótesis,

hipótesis que va a ser, luego, puesta en cuestión, sometida a verificación “experimental”. Y hay que entender esto tanto literal como contextualmente. Literalmente, porque en efecto contamos con todos los elementos que definen la metodología científica: un fenómeno que desvelar y comprender, una hipótesis acerca de dicho fenómeno y un diseño experimental que validará -o no- nuestra hipótesis inicial. Ahora bien, ¿dónde tiene lugar el experimento? ¿Cómo se considera verificada -o refutada- la hipótesis? Aquí entramos en terreno resbaladizo: en el ámbito de la subjetividad, de la vivencia subjetiva. El sufrimiento es un observable, pero, ante todo, sobre todo, en el sufrir hay una dimensión subjetiva, psicológica. No es posible, pues, una verificación que pueda someterse a un escrutinio basado en criterios medibles, directamente observables. Ese proceso experimental se sitúa, pues, en un contexto en el que la dimensión científica de la evaluación por parte de una hipotética comunidad de científicos se hace, cuando menos, problemática. Reproducir el experimento de la liberación del sufrimiento solamente puede hacerse a escala individual, requiere años de intensa dedicación y, por ello mismo, existen tantas variables, intervienen tantos elementos, que es imposible garantizar una uniformidad y un consenso estricto en cuanto a los resultados.

Una psicología liberadora

Pero prosigamos con nuestra propuesta. Si el primer axioma del Buda constituía, además de

una propuesta humanista, un problema cuyo desvelamiento y resolución es abordable desde una metodología científica, la segunda y tercera Nobles Verdades constituyen, a mi parecer, el siguiente paso de cualquier aproximación científica a la resolución de un problema: la formulación de una hipótesis y de una consecuencia verificable de la misma. Digamos, de un modo resumido, lo que proponen la segunda y tercera Nobles Verdades: la causa del sufrimiento es el deseo (segunda noble verdad, o hipótesis) por lo que, extinguiendo el deseo, se extinguirá el sufrimiento (tercera noble verdad, o consecuencia verificable).

Sin embargo, como ya hemos dicho, se trataría, en todo caso, de verificar esta hipótesis en el ámbito psicológico, por lo que es preciso que profundicemos en esta dirección. Y, más que de una psicología budista, yo hablaría de psicologías: una pragmática, dirigida a la liberación del sufrimiento, y otra profunda, que nos propone una osada mirada sobre el fenómeno humano. Ambas, por supuesto, están íntimamente relacionadas, y si las separamos es tan sólo por pura conveniencia.

Lejos de visiones moralizantes y admonitorias, la visión que el budismo nos transmite acerca del deseo es mucho más radical. Por paradójico que parezca, esa visión es radical precisamente porque no trata de entablar un conflicto con el deseo, pese a que el objetivo último sea su extinción, sino que busca un esclarecimiento comprensivo de sus mecanismos, de su aparición y desencadenamiento, de sus resultados

y secuelas. Lo inteligente no es, pues, oponerse al deseo, sino comprenderlo. En ese sentido, la carga de profundidad de la segunda noble verdad consiste en una singular propuesta: el deseo es la clave para comprendernos, para llegar hasta lo más hondo de nosotros mismos. Y el deseo está aquí, disponible, siempre manifiesto, siempre actuando.

Aun a riesgo de ser imprecisos, podríamos considerar que el deseo es el aspecto *motivacional del ego*. Sé que los freudianos ortodoxos se escandalizarían ante semejante definición: para ellos, el deseo viene de lo profundo, del inconsciente, de lo biológico, mientras que el ego es orden, control, racionalidad. De ahí el conflicto y el origen de todas las formas de neurosis: mientras que el ego obedece al mandato social y cultural de amoldarse al “principio de realidad”, el deseo es por naturaleza caótico, impulsivo, asocial. Aquí nos encontramos con una visión del deseo que surge como contraste ante unas normas culturales represivas y rígidas. En contraste, la propuesta budista proporciona una visión de las cosas muy distinta. ¿Cuál de las dos es más certera?

La clave para adentrarnos y resolver esta pequeña disputa radica en la relación que el Buda estableció entre *deseo y sufrimiento*. Según Freud, el sufrimiento humano (sufrimiento psicológico) es el síntoma de un desajuste entre la naturaleza y la cultura, desajuste que, como tal, es irresoluble. De ahí que la liberación del sufrimiento solamente sea posible bajo la forma de un compromiso entre ambas facetas del ser humano, compromiso que, una vez

resuelto pragmáticamente, conduce al individuo a la resignación y a la mediocridad.

Para el budismo, sin embargo, la relación deseo/sufrimiento es diferente. El deseo, como figura psicológica, carece de las connotaciones culturales que Freud le otorgó. Habría que hablar, en consecuencia, de una descripción *funcional* (es decir, que hace referencia a su función en la construcción psicológica del ego) del deseo, en contraposición con la visión eminentemente *material* (o sea, anclada en los *contenidos* del deseo, en sus *objetos*) del psicoanálisis.

La visión del Buda es, así mismo, y para utilizar una expresión filosófica de moda, “deconstructiva”. “Deconstrucción” es un término que hace referencia a la importancia de advertir y desvelar los artificios y mentiras que subyacen en la aparente “naturalidad” de los constructos sociales, culturales y personales. En la esfera de la subjetividad, implica ser conscientes del modo en que está cimentado nuestro sentido de la individualidad, en el cual el deseo juega un papel esencial, y que se encuentra en la mismísima médula de nuestro sufrimiento. De ahí que la búsqueda del fin del *sufrimiento* en la visión budista nos conduzca a la necesidad de desvelar la naturaleza ilusoria de la construcción egoica, es decir a “deconstruir” el ego. El psicoanálisis, sin embargo, hace hincapié en la dialéctica persona/cultura, en cuyo dinamismo el deseo, y su represión, juega un papel esencial, hasta el punto de que ahí se encuentra el origen del sufrimiento. Pero el sufrimiento, en esta visión, no es más que un síntoma, el síntoma de un malestar cultural, de un conflicto en el fondo irresoluble.

Pero el valor esencial de la visión budista está un paso más allá de esta aparente disputa teórica y radica, como apuntaba al principio, en su extraordinario valor pragmático. Para el Buda, el sufrimiento es un indicador existencial de primera categoría, no un mero síntoma de una disfunción cultural. Señala una constante del ser humano, más allá de su condición social e histórica, y por eso nos catapulta a una búsqueda radical y definitiva de su origen, de su causa. Y, al señalar el deseo como tal origen, apunta decididamente hacia el interior, hacia la mente, hacia la esfera de las interpretaciones, de las reacciones, de los pensamientos y de las emociones. Es decir: sitúa la cuestión del sufrimiento en un territorio inédito, el de la mente. No se trata, entonces, de un conflicto del ser humano con la sociedad, ni de una disfunción de la cultura, ni de un problema proveniente del "exterior". El sufrimiento radica en nosotros y además parece emanar de nuestra permanente insatisfacción, del impulso interminable por obtener, por conseguir y acumular.

La investigación del origen del sufrimiento nos lleva, así, a la observación de nuestra estructura psíquica. Es ahí donde debemos indagar. Y es ahí donde nuestra investigación nos va a deparar grandes sorpresas. Porque el deseo, como resorte clave de nuestro psiquismo, indica un apetito de felicidad y plenitud que no podemos ignorar. El deseo es sufrimiento, o implica sufrimiento, pero a la vez implica, como un retrato en negativo, que lo que anhelamos, la felicidad, la plenitud, nos pertenece

por derecho propio. Indagar en la fuente del deseo es, entonces, en aparente paradoja, indagar en lo que realmente somos, en la verdadera naturaleza de la realidad.

Aquí situados, es posible que tenga lugar un salto cualitativo, una comprensión súbita de eso que somos. Pues, si fuéramos lo que creemos ser, individuos separados, “yoes” cerrados en nosotros mismos, ¿no existiría el deseo! Pero la idea que tenemos de nosotros mismos nos lanza a una insatisfacción que permanentemente exige su tributo. Torpemente, intentamos aliviar esa deuda ontológica mediante lo que los antropólogos llamarían un “sacrificio sustitutorio”, un permanente halago a los dioses fenoménicos del cuerpo y los sentidos, de la mente y las sensaciones. La impotencia de este sacrificio, su inutilidad, la insatisfacción y el tedio resultantes, todas las secuelas que la dinámica del deseo genera, deberían ser honradas con respeto por todos nosotros, porque en sí mismas son punto de partida, el acicate que necesitamos para cambiar el ángulo de nuestra búsqueda.

Comprendamos el deseo. Comprendamos el sufrimiento. He aquí el mensaje del Buda, afilado y sutil, acertando de pleno en el corazón de la ignorancia. No es necesario que elaboremos intrincadas teorías. No es necesario que realicemos laboriosas sesiones de psicoterapia. Nuestro deseo, que es nuestro sufrir, es toda la información que necesitamos. Solamente hace falta que seamos honestos con esa información, que no la traicionemos, que asumamos por completo

toda su carga, toda su verdad. La liberación solamente puede llegar de la mano de la aceptación de lo que es, de lo que hay, sea esto lo que sea.

El experimento de la libertad

Volvamos, después de este segundo rodeo, al comienzo. Entonces decíamos que entre los paradigmas filosóficos de “occidente” y el budismo existe un hiato difícilmente salvable: el de la existencia (o inexistencia) de una praxis liberadora. Lo cierto es que, más allá de todos los posibles puntos de encuentro entre filosofía y budismo, que son abundantísimos y no precisamente superficiales, existe, como hemos ido viendo, un rasgo definitorio en el budismo que lo sitúa, en mi opinión, un paso más allá de la Filosofía, en un ámbito más profundo y auténtico de la consciencia. De no ser así, el budismo quedaría reducido a una mera postura intelectual, rematada por una ética de corte pragmático y adornada por ciertas especulaciones de rango metafísico anti-realista y poco amigo de nociones como la de substancia o “ser”. Sin embargo, esta visión es radicalmente incompleta. Es, precisamente, ese ámbito ya mencionado de una praxis liberadora el núcleo esencial del budismo. Me propongo, ahora, culminar mi análisis de esta dimensión insólita del budismo.

Cuando propuso su Cuarta Noble Verdad (conocida como el Óctuple Noble sendero, es decir, recta comprensión, recto pensamiento, recto modo de expresión, recta acción, recto medio de vida,

recto esfuerzo, recta atención y recta concentración), lo que el Buda estaba proponiendo era ni más ni menos que el experimento de la libertad, es decir, la verificación, por cada uno de nosotros mismos, en nuestra propia experiencia, de la existencia de ese ámbito suprafenomenico en el que se disuelve el sufrimiento. Es ahí, en esa esencia última de lo que somos, donde radica nuestra libertad, y es en esa dirección hacia donde el Buda instaba a sus discípulos a mirar. Existen, en el budismo primitivo, detalladísimas “instrucciones” acerca de cómo realizar ese valioso experimento, el experimento de nuestra liberación del sufrimiento. Instrucciones, por supuesto, que cualquiera puede seguir, si éste es su propósito, y cuyos resultados son verificables por cualquiera que ponga en ello el afán y la paciencia necesarias. No es éste, por supuesto, el lugar donde examinarlas exhaustivamente, pero sí es necesario no olvidar un rasgo esencial: en ellas, a través de ellas, se invita al practicante, al meditador, a abandonar (poco a poco) el ámbito del pensamiento para adentrarse en el territorio de la consciencia sin objeto, es decir, de la experiencia de la autoconsciencia, experiencia que solamente puede producirse cuando se hace un silencio de lo pensado, cuando el torrente de los pensamientos se detiene. Es, por lo tanto, en el ámbito del pensamiento donde anida el deseo, que es el origen del sufrimiento, pero es posible trascender ese ámbito, encontrar nuestra verdadera identidad no en lo pensado, sino en la pura consciencia, y trascender entonces la esfera del deseo, liberarnos del sufrimiento.

Es ahí, desde ese ámbito, desde donde hablaba el Buda y a donde incesantemente invitaba a mirar. Y es en torno a la búsqueda de ese ámbito donde se vertebran todas las diversas tradiciones budistas, que no por casualidad han buscado insistentemente el silencio monástico, el aislamiento y la soledad como formas de vida. Vipásana, zazen, samatha, son todas ellas formas tradicionales de meditación budista, y es a través de ellas desde donde mejor puede el interesado adentrarse en una comprensión esencial del budismo. Todas ellas invitan a detener el pensamiento, o más bien, a romper con la poderosa identificación que nos hace creer “pensadores de nuestros pensamientos”, una creencia en la que radica buena parte de nuestro sufrir.

¿Qué hay más allá del pensamiento? He aquí, finalmente, la pregunta, la pregunta definitiva. Y he aquí la razón por la cual la filosofía, que se sitúa en el ámbito del pensamiento, no puede acercarse a una comprensión veraz de lo que el budismo propone. Más allá del pensamiento, en el silencio contemplativo, nos aguarda una insólita revolución interior: la revolución de la Libertad.

BIOGRAFÍA

Juan Ignacio Iglesias

Juan Ignacio Iglesias nació en Madrid en 1960. Ha ejercido diversos empleos, pero en la actualidad es profesor de Filosofía en el IES El Brocense, de Cáceres. Es autor de una novela, *Ouarzazate*, y de dos libros que giran en torno a la exploración meditativa de la conciencia: *La meditación deconstruida* y *Un camino de libertad*.

Asimismo, es autor de numerosos artículos relacionados con la práctica de la meditación, publicados en su mayoría en *Cuadernos de Budismo*