

El mundo como un mandala

La visión sagrada del Hombre y de la Naturaleza desde el Budismo

ALEJANDRO TORREALBA

Resumen:

Desde su ser budista y desde la pasión por proteger la naturaleza como casa propia de los habitantes del planeta, el autor incide en la vinculación existente entre todos los seres. Afirma que nuestro mundo es un lugar de encuentro de caminantes, sea cual sea su filiación religiosa, del que podemos salir enriquecidos. Para ello se requiere una honda inmersión en la naturaleza, y asimismo un conocimiento estrecho de la naturaleza humana, a fin de mirar al mundo como un mandala, representación simbólica del Universo, y a los seres que lo habitan como sus deidades, reconociendo como sagrados al mundo y a los seres que lo pueblan.

Palabras clave:

Mandala, Sutra, Dharma, Buda, Bodhisatva, Milarepa.

Abstract:

From the standpoint of Buddhism and its passion to protect nature as the home of the planet's inhabitants, the author emphasizes the relationship between all beings. He affirms that our world is a meeting place for walkers, whatever their religious affiliation may be, an encounter which makes us far richer as human beings. A deep immersion in nature is required as well as a close knowledge of human nature. Then we will be able to

look at the world as a mandala, a symbolic representation of the Universe, and at the beings that inhabit it as their deities, recognizing the human being, the world and the beings that inhabit it as sacred.

Keywords:

Mandala, Sutra, Dharma, Buddha, Bodhisattva, Milarepa.

Dominad la cólera con el amor; venced el mal con el bien, derrotad al avaro con la liberalidad y al mentiroso con la verdad. Nunca ha podido ser apaciguado el odio por el odio. El odio se vence por el amor, y ésta es una verdad muy antigua. Decid la verdad, no os dejéis llevar por la ira y dad si os piden. Sed amorosos y compasivos, dad con respeto. Conducid a los demás por la igualdad y la justicia, no por la violencia.

(Siddharta Gautama)

Vivimos en un pequeño planeta que viaja por el espacio a velocidades siderales que nosotros no podemos percibir. Parecería que nada cambiara, pero en realidad tenemos la capacidad de ver más allá de lo aparente. El mundo es apenas una mota de polvo cósmico, pero es nuestro hogar y lo compartimos con innumerable seres y especies de las cuales depende incluso nuestra propia supervivencia. Si observamos bien, la vida es cambio, a nuestro alrededor todo cambia instante a instante y, por ello, todo es nuevo, limpio y fresco. Esta comprensión abre ante nosotros inmensas posibilidades para la transformación personal y social: si todo puede cambiar, también nosotros podemos cambiar, porque todo es impermanente, sujeto a cambio, tal como nos hace ver la rueda del tiempo del mandala con su representación simbólica del universo.

A la vez comprendemos que el mundo se despliega en un proceso también interdependiente, porque todos estamos inter vinculados, en un devenir donde nada hay que esté separado de lo demás. Innumerables seres habitaron este planeta antes que nosotros, innumerables seres lo habitan con nosotros en este mismo momento, innumerables seres lo habitarán en el futuro, cuando de nosotros no haya rastro alguno, salvo el que hayamos sembrado en el corazón de aquellos con quienes nos hayamos relacionado en nuestro corto tiempo de vida.

Mis Maestros lo expresaban de manera muy clara: «En este mundo, y no tenemos otro, no hay mayor error que considerarse separado del resto del uni-

verso... y el universo es el otro». El otro es aquella persona que en cada momento encontramos delante, pues ella representa el universo, la humanidad en pleno y ha de ser tratado con respeto. Así es, vivimos en un mundo interrelacionado y de condicionalidad recíproca. Desde esta apertura al otro, a mi semejante, se establece un profundo respeto a las diversas formas de ser, sentir, pensar y vivir. El amor propio y la búsqueda de la liberación personal son inseparables del amor hacia todos los seres, del deseo de liberación ajena y del compromiso que ello conlleva.

A fin de clarificar este aspecto, en las prácticas se nos enseña a descansar en el espacio de nuestros corazones, en esa calidez de la sabiduría amorosa y compasiva, de la cual emana el reconocimiento de nuestra condición plena, luminosa y despierta. Esta confianza y reconocimiento nos permiten desarrollar una mayor claridad, presencia y capacidad de análisis, reflexión y libertad para elegir cómo queremos vivir, y el Camino que desde nuestros corazones queremos seguir.

Personalmente no creo en monopolios de la verdad, ni en caminos únicos y excluyentes. Al respecto, Lao Tse afirmaba: «el camino que se cree único no es el Camino Único. La verdad que se cree eterna no es la Verdad Eterna», pero hay en común muchos valores en los distintos caminos espirituales que tienden puentes, nos acercan, nos aúnan y nos enseñan a ser más respetuosos, humildes y responsables en el encuentro con los otros. En el amor como también decía san Pablo, o bien en la compasión o en la solidaridad, todos nos hallamos estrechamente unidos, sea cual sea el camino espiritual que transitemos.

Un Sutra es una enseñanza directamente proveniente del Buda. En el Sutra de los Kalamas, que era una comunidad de libre pensadores de la época, el Buda expresaba: «Oh Kalamas, lo importante no es lo que creéis, sino lo que hacéis, lo que sois y lo que sentís. No os dejéis guiar por relaciones, ni por la tradición religiosa, ni por lo que habéis oído decir. No os dejéis guiar por la autoridad de los textos religiosos, ni por la simple lógica o por las alegaciones, ni por las apariencias, ni por la especulación sobre opiniones ni por semejanzas probables, ni porque creáis que un dios ha bajado del cielo y os ha inspirado, ni por el pensamiento de que este religioso es nuestro maestro bien amado, ni creáis en la fuerza de ritos y oraciones como vías de liberación. Pero cuando conozcáis por vosotros mismos que estas cosas no son buenas, que estas cosas, cuando son llevadas a cabo, conducen a la pérdida y el dolor, entonces rechazadlas.

De cualquier enseñanza que pueda afirmarse con seguridad que conduce a la Libertad y a la Sabiduría, y no a la esclavitud y a la ignorancia; al desapego y no al egoísmo; a la compañía de los sabios y no a la de los malvados; a la fru-

galidad y no a la avidez; a la energía y no a la pereza; a deleitarse en el Bien y no en mal, de tales enseñanzas podéis afirmar con certeza: “esta es la Enseñanza del Buda, esta es la Disciplina, este es el Mensaje del Buda”. No creáis en mi enseñanza sin previa reflexión y análisis detallado. Examinadla detenidamente, porque no debe aceptarse sencillamente por devoción y respeto a mí. No aceptéis ni siquiera mi enseñanza si no la comprendéis desde vuestro propio punto de vista. Creed únicamente en lo que vosotros mismos habéis experimentado, verificado y aceptado después de someterlo al dictamen de la razón y a la voz de la conciencia».

Nuestro mundo es realmente un «lugar de encuentro», un encuentro de caminantes, seamos conscientes o no de ello. De dicho encuentro podemos salir enriquecidos humana y socialmente. Si intentamos cultivar lo mejor de nosotros, esto puede florecer y ser ofrecido para el bien y para la felicidad de los otros seres, humanos y no humanos. Podemos también, en el terreno espiritual, comprender y considerar que todos los Caminos Espirituales genuinos enfatizan los mismos fundamentos: el desarrollo de la sabiduría, el amor, la compasión, el compromiso por la paz, la justicia y, por consiguiente, todo lo que dignifica al Ser Humano. Ello implica, para ser factible, el cuidado de la Naturaleza y, por tanto, el respeto a la vida.

Los antiguos monjes y los discípulos laicos, en sus retiros de meditación, moraban en los bosques. En uno de ellos y sentado debajo de un árbol, Siddharta Gautama vio y comprendió las causas del sufrimiento y el camino para su disolución, a nivel personal y colectivo. En otro bosque transmitió las enseñanzas denominadas el primer Giro de la Rueda del Dharma. En una montaña transmitió el Segundo Giro de la Rueda del Dharma y el Camino del Bodhisatva, que contiene cuatro grandes votos solemnes. Son los siguientes: por numerosos que sean los seres inmersos en el sufrimiento, hago votos de ayudarlos a todos; por numerosas que sean las causas del sufrimiento, hago votos de clarificarlas todas; por numerosos que sean los Dharmas, es decir, los caminos espirituales verdaderos, hago votos de comprenderlos y respetarlos todos; por perfecto que sea el bien supremo, hago voto de realizarlo y convertirme en un Buda para el bien de todos los seres. Porque la naturaleza búdica es nuestra naturaleza esencial. Buda significa aquél que ha despertado, aquel que ve en profundidad, purificado de los velos de la ignorancia y totalmente expandido, ofrecido, para el bien y la felicidad de todos los seres. En efecto, tanto Buda como los monjes estaban siempre en contacto estrecho con la Naturaleza, a donde se retiraban en el periodo de las lluvias monzónicas. Yo mismo, en mi etapa de vida monástica, viví en la jungla tailandesa, junto con los monjes del bosque, tras largos meses de trabajo en un monasterio dedicado a atender a personas con adicciones a las drogas. En otros

momentos también, pasé periodos en las montañas del Himalaya con las comunidades tibetanas.

Es esencial por eso conocer la naturaleza humana, la meditación tiene este horizonte y objetivo. De manera lamentable, frecuentemente las emociones perturbadoras, como la ignorancia, el apego, el orgullo, la codicia, la ira y los celos, nos arrastran en un girar continuo del que apenas vislumbramos salida. Pero sí la hay y por ello existen motivos para la esperanza. En el Anguttara Nikaya Sutra, el Buda decía: «Amigos, ¿cuál es la causa?, ¿cuál es la razón para el no surgimiento del odio que aún no haya surgido y para su desvanecimiento si ya ha surgido? “La liberación del corazón por medio del amor incondicional”, sería la respuesta. No surgirá el odio que aún no haya surgido y el odio que ya haya surgido se desvanecerá, en aquel que preste atención sabia a la liberación del corazón por medio del amor incondicional».

Cuando desde esta atención sabia abrimos los ojos y escuchamos el lamento del mundo, y reflexionamos y meditamos sobre sus causas, no podemos evitar vernos reflejados en «los otros», reconociendo con gratitud y como fuente de inspiración el esfuerzo generoso de todos los seres humanos, del pasado y del presente, que trabajaron y trabajan por dignificar la vida de los más desfavorecidos. Este es el camino de la acción sabia, la transformación de nuestras conductas y nuestro compromiso de ser partícipes en la construcción de sociedades más sanas, justas, pacíficas, humanas y libres. El Buda decía: «el trono de la paz se asienta en la justicia, allí donde no hay justicia no hay paz». Todos los referentes espirituales del pasado han enfatizado esta misma visión y compromiso, para con nosotros mismos y para con el mundo, ya que sin paz y desarrollo en nuestro mundo interior, no es factible trabajar por la paz social y abrirnos al encuentro con nuestros semejantes y con sus diferentes formas de ser, pensar y vivir. Abiertos por ello también al mundo, sabiendo que nadie cambia a nadie, pero que nadie cambia solo. Y podemos realmente vivir, saber para qué vivimos y poner lo mejor de nosotros mismos al servicio de la humanidad. Siempre es posible unirnos en la alegría del servicio, en la solidaridad, en el compromiso social, y desarrollar un espíritu de comunidad global.

La supervivencia de la vida misma depende de todos y de cada uno de nosotros, de nuestra relación armoniosa con nuestros semejantes y con la Naturaleza, de la que somos parte. El geógrafo francés Eliseo Reclus decía que «el Hombre es la Naturaleza tomando conciencia de sí misma», si bien en nuestro actual nivel de conciencia no habría demasiados motivos para la esperanza.

Así es, el sentido de la responsabilidad global es escaso y la codicia campa a sus anchas, destrozando, esquilmando y contaminando los recursos naturales,

de los cuales depende nuestra propia supervivencia. Las poblaciones indígenas van siendo eliminadas, el agua contaminada, los recursos sanos en riesgo de privatización y se vislumbran futuras guerras por su dominio; el aire contaminado; la tierra más y más explotada y empobrecida, donde la desertización avanza a pasos agigantados; el sol y su energía en peligro de privatización, intentos de ello vimos en España; las mismas fuentes de alimentación en peligro, al igual que la interacción con los reinos vegetal y animal, con lo que ello supone. La codicia se ha adueñado del mundo y tiene poderosos altavoces mediáticos a su servicio. El deseo se ha convertido en una pretendida fuente de derecho y en un supuesto valor en sí mismo. Frecuentemente olvidamos que este mundo no lo hemos heredado de nuestros antepasados, sino que lo hemos pedido prestado a nuestros nietos, a las generaciones futuras. Y nuestra mera existencia está en peligro.

No vale con cuidar nuestros bosques si, en un acto de gran hipocresía, destruimos los de los otros países y esquilamos sus recursos, como frecuentemente sucede. Greenpeace, ya en su informe del 2014, planteaba que la demanda de materias primas y productos básicos, como la carne, productos lácteos, soja, pienso para animales, aceite de palma, cacao y papel, hacen que la Unión Europea sea la responsable de más del 10% de la deforestación mundial y nada ha mejorado desde entonces, al contrario. Datos del Parlamento europeo siguen presentando en 2022 idénticos indicadores. En los últimos 30 años se han destruido 420 millones de hectáreas de bosques, un terreno mayor que el que ocupa la misma Unión Europea. Sin embargo, sucede lo contrario en la Unión Europea, donde los bosques aumentaron un 10% en el mismo periodo de tiempo. Ellos y otros países del llamado mundo desarrollado, como Japón, inmersos en una política de cuidar sus bosques y recursos, son partícipes en su codicia, de la destrucción del Amazonas y de los recursos y bosques en Asia, África y Latinoamérica.

René Doumond, ingeniero agrónomo francés (1904-2001), fue el fundador de la ecología política, que se centra en la atención a los países subdesarrollados, y en alzarse contra la guerra, contra el capitalismo y posicionarse a favor de la solidaridad. Es considerado el hombre que hizo posible traer las políticas ambientales de una manera directa y natural al mundo de la política. Sus obras las estudiábamos en tercero de carrera, en la Universidad de La Laguna, Tenerife, dentro de la asignatura titulada Geografía del Subdesarrollo. Doumond escribió un clarificador libro titulado «La utopía o la muerte», en el que expresaba, ya en 1973, algo muy actual: «el destino de la humanidad nunca ha estado expuesto a peligros tan grandes. Necesitamos una economía mundial, no un gobierno mundial, no necesitamos tender a una sociedad jerarquizada, sino a un mundo de menor injusticia». Algunos se preguntarán, llegados a este punto, qué tiene que ver la política con el ámbito de lo espiritual. Gandhi decía que «quien piense que

la religión no tiene nada que ver con la política, no sabe qué es la religión». Y añadía que lo que estamos haciendo a los bosques del mundo no es sino un reflejo de lo que nos estamos haciendo los unos a los otros.

Estos son tiempos de ampliar la conciencia y de generar sentido de la coresponsabilidad, gratitud y reconciliación con la Naturaleza y con los seres que la habitan. Como hemos dicho, en las enseñanzas budistas se nos enseña a mirar el mundo como un mandala, representación simbólica del Universo, y a los seres que lo habitan como las deidades del mandala, reconociendo al mundo y a los seres que lo pueblan como sagrados y, para quien sabe ver, en lo sagrado no hay nada mundano. Esta sabiduría podemos apreciarla en nuestro cuerpo, en todos los cuerpos, que presentan una intrincada red de órganos, sistemas, etc, que funcionan coordinadamente con el fin de sostener y mejorar la vida. Una gran sabiduría que nos trasciende hay en ello para quien sabe verlo. Las prácticas yógicas parten del conocimiento de esta sabiduría y de la armonización con ella. Sus diversos ejercicios y meditaciones ayudan a mantener el cuerpo y la mente sanos y en condiciones óptimas para explorar, desarrollar y aplicar en lo cotidiano nuestras más diversas y elevadas facultades. Por tanto, nos encontramos centrados en la persona y a la vez en la comunidad, en un camino para vivir plena y conscientemente, sabiendo para qué vivimos y poniendo todo ello al servicio de nuestros semejantes, de la vida misma en lo cotidiano.

Milarepa, el yogi y poeta tibetano, decía sabiamente al respecto, «si eres un ser humano, vive, siente, piensa, habla y actúa como tal. Dignifica tu condición». Esta acción en lo cotidiano es expresión de una visión Sabia y Justa, pues, al fin y al cabo, podemos vivir con plenitud y nuestra conducta será acorde a los principios que nos inspiran. Si reconocemos la Naturaleza como sagrada, lo apreciaremos en cada uno de los elementos que la conforman. «En cada brizna de hierba, en cada hoja de los árboles y en cada mota de polvo, podemos ver el universo entero», expresaba el poeta y monje vietnamita Thich Nhât Hanh. Esta es una espiritualidad de ojos abiertos y de corazón radiante. Los Budas tienen los ojos abiertos y sonríen. La alegría, la felicidad y el gozo son uno de los factores de la iluminación.

Para concluir, comparto unas enseñanzas y orientaciones que van implícitas a una ética universal, independientemente de las sendas que recorramos. Hay una misma llamada a cultivar la solidaridad, la compasión y la benevolencia, un mismo anhelo y compromiso por una vida más consciente, humana y digna para todos los seres sin excepción.

Plantemos semillas de un Corazón compasivo que desea proteger a todos los seres; de un Gran Corazón colmado de Bondad y deseoso de producir bene-

ficio a todos los seres; de un corazón colmado de comprensión que genera tolerancia y buenas disposiciones hacia todos los seres; de un Corazón Libre que desea apartar las obstrucciones de todos los seres; de un Corazón que llena el Universo entero; de un Corazón sin fin y vasto como el espacio: De un corazón sin mancha que expresa la sabiduría y los méritos del pasado, del presente y del futuro.

Avatamsaka Sutra (Sutra de la Guirnalda Floral).

En esta misma línea, permítanme despedirme recitando el canto que entonaban los monjes cuando marchaban por las calles de Rangún (Birmania), desde el hondo convencimiento de que la naturaleza es sagrada porque la vida es sagrada, porque el hombre es sagrado, porque tiene valor y mérito en sí mismo, y desde la certeza de que todos nos encontramos en el amor, en la compasión, en la solidaridad y benevolencia común a toda la raza humana, independientemente de la senda que recorre cada uno en la vida:

METTÁ BHÁVANÁ (El Amor Ilimitable e Incondicional)

Aham sukhito homi. ¡Que me encuentre bien y sea feliz!

Aham avero homi. ¡Que me encuentre libre de enemigo y daño!

Aham niddukkho homi. ¡Que sea liberado de dolor y sufrimiento!

Aham avyápajjho homi. ¡Que no sea dominado por sentimientos de odio, agresión y venganza!

Aham anígho homi. ¡Que me encuentre libre de sentimientos dolorosos, malicia y furia!

Aham sukhí attánam pariharámi. ¡Que me desarrolle y crezca con seguridad y salud!

Sabbe sattá sukhítá hontu. ¡Que todos los seres se encuentren bien y sean felices!

Sabbe sattá averá hontu. ¡Que todos los seres se encuentren libres de enemigo y daño!

Sabbe sattá niddukkhá hontu. ¡Que todos los seres sean liberados de dolor y sufrimiento!

Sabbe sattá avyápajjhá hontu. ¡Que ningún ser sea dominado por sentimientos de odio, agresión y venganza!

Sabbe sattá aníghá hontu. ¡Que todos los seres se encuentren libres de sentimientos dolorosos, malicia y furia!

Sabbe sattá sukhí attánam pariharantu. ¡Que todos los seres se desarrollen y crezcan con seguridad y salud!

Sukhí Sukhí Sukhí Que lo mejor de mi pueda florecer y ser ofrecido para el bien de todos los seres. Que todos los seres sean felices.

Fraternalmente Alejandro Torrealba
Acharya Dharmamitra
Centro Milarepa-Arya Marga Sangha
(Unión Budista de España)