

Alan Watts

BUDISMO



Alan Watts posee una facilidad prodigiosa a la hora de hacer asequible al gran público conceptos densos y complejos de la mística o la espiritualidad oriental. No en vano ha sido considerado el mejor comunicador de la filosofía oriental en el mundo occidental.

Este libro —compuesto íntegramente por sus famosos «seminarios japoneses»— es una lección magistral acerca del pensamiento y la enseñanza budistas. Watts parte del contexto indio en el que el budismo surgió, hace 2500 años, y presenta las similitudes y diferencias con respecto al hinduismo. Seguidamente, en el capítulo «El camino medio», toca las enseñanzas capitales del budismo, entre las que destacan las «cuatro nobles verdades» y el «óctuple noble sendero». Luego pasa a explicar el método del despertar a la experiencia del no-yo y de la no-religión, un tipo de instrucción que todavía subsiste en la tradición Zen y, finalmente, nos introduce en el universo del budismo tibetano y acaba explorando el simbolismo de los yogas tántricos.

Se trata, en suma, de una visión completa y didáctica del budismo y sus distintas escuelas, escrita con el estilo directo y cautivador característico de Alan Watts. Por su brevedad, sencillez y brillantez el presente volumen constituye una de las mejores introducciones al pensamiento budista.

Índice de contenido

Cubierta

Budismo

INTRODUCCIÓN

1. EL VIAJE DESDE LA INDIA
2. EL CAMINO MEDIO
3. LA RELIGION DE LA NO-RELIGIÓN
4. EL BUDISMO COMO DIÁLOGO
5. LA SABIDURÍA DE LAS MONTAÑAS
6. TRASCENDER LA DUALIDAD

Sobre el autor

*Dedicado a las enseñanzas vivas de Shunryu
Suzuki, Roshi.*

INTRODUCCIÓN

La amplia influencia alcanzada por el budismo se debe, en gran medida, a la habilidad con que un camino de liberación originario de la antigua India se vio transformado por sus seguidores hasta acabar convirtiéndose en algo accesible para gentes de culturas muy diversas. Como diría Alan Watts en el curso de un seminario celebrado a bordo de su casa flotante en Sausalito (California), a finales de los años sesenta:

Los hinduistas, los budistas y otros pueblos antiguos no establecen, como hacemos nosotros, diferencia alguna entre la religión y los demás aspectos de la vida. La religión no es un compartimento aislado de la vida, sino algo que la impregna por completo. Pero cuando una religión y una cultura se hallan tan profundamente imbricadas, resulta muy difícil exportar la religión, porque entra en conflicto con las tradiciones, formas y costumbres establecidas por otros pueblos.

De modo que ante la pregunta, «¿cuáles son los fundamentos esenciales del hinduismo que podrían ser exportados a otras culturas?», la respuesta más apropiada sería la siguiente: el budismo. Como ya he explicado en otras ocasiones, la esencia del hinduismo, su raíz más profunda, no es una doctrina ni una disciplina especial aunque, obviamente, implica disciplinas muy diversas. La esencia del hinduismo es la experiencia de la liberación, una experiencia llamada *moksha*, es decir, la disolución de la ilusión de que los hombres y las mujeres son entidades separadas en un mundo que no es más que un

agregado de cosas separadas nos permite descubrir que, si bien en cierto nivel, somos una ilusión, en otro nivel somos lo que ellos denominan el Sí mismo, el Único Sí mismo, la Totalidad de cuanto existe.

El interés de Alan Watts por el pensamiento oriental se remonta a su infancia, una época en la que vivió rodeado de arte oriental. Su madre daba clases a los hijos de los misioneros que viajaban al extranjero, de modo que, muy frecuentemente, cuando volvían de China, le regalaban bordados y pinturas de paisajes del estilo de los grandes artistas clásicos de Asia. Años más tarde, mientras estaba realizando un viaje por Japón con un pequeño grupo de estudiantes, Watts relató del siguiente modo el origen de su interés por el arte y la filosofía del lejano Oriente:

Estaba absolutamente fascinado por la antigua pintura china y japonesa: los paisajes, el tratamiento de las flores, la hierba y los bambúes. En todo ello había algo que me resultaba muy atractivo, aunque el tema fuera extremadamente ordinario. Incluso siendo niño sentía la necesidad de saber cuál era ese extraño elemento que impregnaba los bambúes y la hierba. Esos pintores, claro está, me enseñaron a ver la hierba, pero había algo más en sus pinturas que nunca acababa de aprehender. Ese «algo más» era lo que llamaré la religión de la no-religión, el máximo logro de un buda, algo que no puede ser detectado y que no deja huella alguna.

De joven, viviendo en Kent (Inglaterra), la curiosidad de Alan Watts por las filosofías orientales le llevó a explorar las librerías de Cambridge e ingresar, finalmente, en la *Buddhist Lodge* de Londres, en donde asistió a las charlas de Christmas Humphreys y conoció al erudito budista Zen D. T. Suzuki. Los primeros artículos de Watts sobre el budismo, que pueden hallarse en la recopilación de sus primeros escritos, reflejan una comprensión del pensamiento budista

bastante avanzada para la época. Sus dos libros posteriores sobre budismo Zen gozaron de una amplia popularidad y, a principios de los sesenta, vivía en California, escribía sobre pensamiento oriental y recorría los Estados Unidos y Europa dando giras de conferencias. Durante este período, Alan Watts viajó a Japón en un par de ocasiones, una en 1963 y la segunda en 1965. Fue durante esta segunda visita cuando grabó la serie de conferencias que hoy en día se conocen con el nombre de «Seminarios japoneses» y que constituyen una de las más completas introducciones al budismo existentes escritas en lengua inglesa. En estas conferencias, Watts presenta los principios fundamentales del budismo de forma muy concisa, enriqueciéndolos con ilustrativas historias impregnadas del espíritu de esa gran tradición. El presente volumen está compuesto de cuatro capítulos pertenecientes a los «Seminarios japoneses» —*El viaje desde la India, El camino medio, La religión de la no-religión, El budismo como diálogo*— y dos capítulos sobre budismo tibetano grabados cuatro años después, en 1969, a bordo de su casa flotante en Sausalito (California), *La sabiduría de las montañas y Trascender la dualidad*, configurando una selección que proporciona una visión profunda y global acerca del desarrollo del pensamiento budista y constituye una excelente introducción a uno de los caminos de liberación más fascinantes de todo el mundo.

MARK WATTS
agosto de 1995

1. EL VIAJE DESDE LA INDIA

Del mismo modo que para comprender a Dante y a la cristiandad medieval hay que conocer la cosmología y cosmovisión ptolemaica, cualquier introducción al budismo debe tener también en cuenta los antecedentes de la cosmovisión y la cosmología hindú. Porque, si bien éstas y su visión del universo han terminado impregnando muchos aspectos de la vida japonesa a través del budismo son, no obstante, muy anteriores a él. El budismo simplemente las adoptó como una verdad de hecho, como nosotros adoptaríamos la cosmología de la astronomía moderna si actualmente inventáramos una nueva religión.

Los seres humanos han tenido tres grandes maneras de ver el mundo. Una de ellas es la visión occidental, que, por analogía con la alfarería o la carpintería, lo considera como una construcción o un artefacto; luego tenemos la visión hinduista, que lo considera como una representación, como una obra de teatro; y, en tercer lugar, está la visión orgánica china, que lo ve como un organismo, como un cuerpo vivo. La visión hinduista, pues, considera al mundo como una representación o, dicho de otro modo, como lo que siempre es, siempre ha sido y siempre será, el Sí mismo (en sánscrito, *atman*). El *atman* también es llamado *brahman*, un término que procede de la raíz *bri*, que significa crecer, expandirse o hincharse (y que está relacionado con la palabra inglesa *breath*, que significa respirar). De este modo, *Brahman*, el Sí mismo de la cosmovisión hindú, juega al escondite consigo mismo desde el comienzo de los tiempos. ¿Y

hasta qué punto podemos perdernos? Según la visión hinduista, cada uno de nosotros es la divinidad que se pierde por el mero goce de volver a encontrarse. Porque, por más terrible que esto pueda parecer en ocasiones, despertar de ese sueño siempre resulta extraordinario. Ésa es la idea fundamental de la visión hinduista del mundo, una idea tan sencilla que hasta un niño podría entenderla.

Esta cosmología o visión del universo presenta muchos rasgos diferentes, entre los cuales cabe destacar los *kalpas*, los inmensos períodos de tiempo a través de los cuales discurre el universo. Otra de sus facetas son los «seis mundos» o «senderos de la vida», una idea muy importante en el budismo, aunque procede del hinduismo y está representada en lo que se denomina la *phava chakra* (de *phva*, que significa «devenir» y de *chakra*, que quiere decir «rueda»). La «rueda del devenir» —o «rueda del nacimiento y de la muerte»— cuenta con seis divisiones. En su parte superior se hallan situados los llamados *devas* (o ángeles, seres que representan los logros supremos de la vida mundana) y los que ocupan la parte inferior son los *naraka* (seres que permanecen en el tormento del infierno y representan el mayor fracaso de la vida mundana). Ésos son los polos extremos y en ellos se encuentran los seres más felices y los más desdichados. Y entre unos y otros se halla el mundo de los *pretas* —o espíritus hambrientos—, seres frustrados que poseen bocas diminutas y enormes estómagos, con apetitos desmesurados pero con unos medios muy limitados para satisfacerlos y que se hallan próximos a los *naraka* del infierno. Por encima de los *pretas* se encuentran los seres humanos, que se supone ocupan una posición intermedia en esta disposición de los seis mundos. Por encima de los seres humanos se hallan los *devas* y a continuación se empieza a descender de nuevo. El siguiente mundo es el de los *asuras*, en donde moran los espíritus coléricos o iracundos, personificaciones del desdén y de la furia y violencia de la naturaleza. Por debajo de ellos están los animales, que ocu-

pan una posición intermedia entre el mundo de los *asura* y el infierno.

No tenemos que interpretar literalmente esta visión porque estos mundos se refieren a modalidades diferentes de la mente humana. Así, cuando nos sentimos frustrados y atormentados, estamos en el mundo de los *naraka*; cuando nos hallamos crónicamente frustrados, moramos en el mundo de los *preta* cuando nos encontramos en un estado de ecuanimidad o equilibrio mental, habitamos en el mundo humano; cuando somos muy felices nos hallamos en el mundo de los *devas*; cuando estamos furiosos, vivimos en el mundo de los *asura* y, cuando somos estúpidos, lo hacemos en el mundo animal. Ésas son todas las modalidades y resulta de capital importancia comprender que, según el budismo, cuando mejor estamos, más ascendemos hacia el mundo de los *devas* y, cuando peor, más descendemos hacia los infiernos de los *naraka*. Pero la cuestión es que no se puede mejorar indefinidamente y que todo lo que asciende acaba descendiendo. Cuando uno mejora más allá de un cierto límite, lo único que ocurre es que se empieza a empeorar, como cuando se afila demasiado un cuchillo y éste comienza a quedarse sin hoja. La budeidad, la liberación o la iluminación, por su parte, no se encuentra en ningún punto de la rueda sino en su centro. El camino de ascenso, el camino que nos lleva a ser mejores, nos ata a la rueda con cadenas de oro y el camino de descenso, el camino que nos hace empeorar, nos ata con cadenas de hierro. Pero el buda es aquél que se desembaraza de todo tipo de cadenas.

Eso explica por qué el budismo, a diferencia del judaísmo y del cristianismo, no se halla obsesionado por la idea de la bondad sino de la sabiduría y de la compasión y con el desarrollo de una profunda simpatía, comprensión y respeto por la gente ignorante que no sabe que lo es y se encuentra perdida en el extraño juego de ser «tú y yo». Ésa es la razón por la que los hinduistas no se saludan con un

apretón de manos sino uniendo las palmas de las manos en posición vertical y haciendo una reverencia. Y ésta es también, básicamente, la razón por la que los japoneses se saludan inclinándose y por la que los rituales budistas están llenos de reverencias porque, en tal caso, uno está honrando al Sí mismo que desempeña la totalidad de los papeles de todos los seres. En este sentido, hay que presentar el más sincero de los respetos al yo que ha olvidado lo que está haciendo y que, en consecuencia, se encuentra en la más singular de las situaciones. Ésa es la visión básica del mundo hinduista y, en consecuencia, de la cosmología que acompaña al budismo.

Según las inclinaciones, el temperamento, la tradición, las creencias populares, etcétera, existe la idea adicional de que, cuando el Señor, el Sí mismo, pretende ser cada uno de nosotros, lo primero que afirma es la existencia de un alma individual llamada *jivatman*, que se reencarna en vidas sucesivas a través de toda una serie de cuerpos. Así es como nuestras acciones van sucediéndose en una serie que se halla ligada a un encadenamiento inexorable según lo que se denomina *karma*, que literalmente significa «acción» o «la ley de la acción». De este modo, el *karma* de cada uno es la trayectoria vital que va elaborándose a lo largo de innumerables vidas. Pero, en cualquiera de los casos, se trata de un tema en el que no voy a profundizar porque hay muchos budistas que no creen en él.

Los practicantes del Zen, por ejemplo, no creen en la existencia literal de la reencarnación, ni tampoco creen que, después de nuestro funeral, vayamos a convertirnos en alguien diferente que viva en algún otro lugar. Según ellos, la reencarnación se deriva de la creencia de que somos la misma persona que hace un rato entró por esa puerta. Cuando uno se libera comprende que las cosas no funcionan de ese modo. El pasado no existe y el futuro tampoco, lo único que existe es el presente. Y en él mora el único yo real. El maestro zen Dogen lo expresó del siguiente mo-

do: «La primavera no se convierte en verano. Primero viene la primavera y después lo hace el verano». Del mismo modo, el «yo» del pasado no se convierte en el «yo» del presente. T. S. Eliot explicaba la misma idea en su poema *Cuatro cuartetos*, donde dice que la persona que se sienta en el tren a leer el periódico no es la misma que hace poco esperaba en el andén. Si uno cree que es el mismo yo, está encadenando secuencialmente momentos diferentes, lo cual le atará inexorablemente a la rueda del nacimiento y de la muerte hasta que comprenda que el instante presente es el único verdadero. Es por ello que un maestro zen puede decirle a alguien: «Levántese y camine por la habitación» y luego preguntarle: «¿Dónde están sus huellas?», queriendo con ello decir que el pasado no deja rastro y desaparece por completo.

¿Dónde estamos? ¿Quiénes somos? Cuando alguien nos pregunta quiénes somos, solemos contar una especie de relato histórico: «Soy Fulanito de tal. Mis padres me pusieron tal nombre. He ido a tal y cual colegio. He hecho ésta y aquella otra cosa» y recitamos una especie de biografía. El budista, por su parte, le dirá: «Olvídese de todo eso. Eso no es usted. Ésa no es más que una historia que forma parte del pasado. Yo quiero ver el "tú" real, el "tú" que usted es en este momento». Nadie sabe quién es, porque sólo nos conocemos a nosotros mismos a través del acto de escuchar el eco de nuestra voz y de utilizar nuestros recuerdos. ¿Quién soy yo realmente? Más adelante veremos el modo en que los *kôan* del Zen nos obligan a salir del caparazón protector en que nos refugiamos y descubrir quiénes somos en realidad.

En la India, esta visión del mundo está ligada a una cultura que impregna todas las facetas de la vida cotidiana. Pero el hinduismo no es una religión en el mismo sentido que el protestantismo o el catolicismo, el hinduismo no es tanto una religión como una cultura y, en este sentido, se asemeja más al judaísmo que al cristianismo, porque una

persona sigue siendo reconocida como judía, aunque no vaya a la sinagoga. Los judíos descendientes de un linaje de padres y antepasados judíos que hayan sido judíos practicantes siguen conservando ciertas actitudes y formas que no tienen tanto que ver con la religión como con la cultura. Algo parecido ocurre en el caso del hinduismo, que también constituye una cultura de fondo religioso. En este sentido, para ser un verdadero hinduista, hay que vivir en la India, porque existen ciertas condiciones climáticas, artísticas y tecnológicas que impiden ser hinduista en Japón o en los Estados Unidos, por ejemplo.

El budismo es un hinduismo diseñado para la exportación. El Buda fue un reformador en el sentido más profundo del término, alguien que quería llegar a la esencia original para adaptarla a las necesidades de una determinada época. Al igual que *Cristo* no es el apellido de Jesús sino un apelativo que significa «el ungido», la palabra *buda* no es un nombre propio —no es el apellido del Gautama— sino un título que significa «el que ha despertado» (y que proviene de la raíz sánscrita *budh*, que significa «saber»). El Buda, por tanto, es el hombre que despertó y descubrió su verdadera identidad.

La cuestión en la que el budismo difiere fundamentalmente del hinduismo es que no nos dice quiénes somos, es decir, no parte de ninguna idea ni concepto preconcebidos. Quisiera subrayar de nuevo este punto diciendo que el budismo no cuenta, por ejemplo, con ningún concepto de dios, porque no está tan interesado en conceptos como en la experiencia directa. Desde el punto de vista del budismo, todos los conceptos son erróneos, de la misma manera que nada es realmente lo que decimos que es. ¿Es acaso este mueble un taburete? Porque el hecho es que, cuando lo pongo boca abajo, parece una papelera y, cuando lo golpeo, se convierte en un tambor. Este objeto, por tanto, es aquello para lo que sirve. Si tenemos ideas muy rígidas acerca de qué es un taburete y nos limitamos a sentarnos

sobre él, terminaremos atrapados en el concepto pero si, por el contrario, consideramos todas las posibilidades que nos brinda, acabaremos dándonos cuenta de que un objeto puede ser muchísimas cosas. De la misma manera, el budismo no se ocupa de definir lo que somos porque, en tal caso, la búsqueda de seguridad espiritual nos obligaría a aferrarnos a una idea y, de ese modo, correríamos el peligro de quedarnos atrapados en ella.

Mucha gente afirma que la religión le da la seguridad necesaria para soportar la vida, pero el budista, por su parte, afirma que tenemos que acabar con ese tipo de vínculos. Mientras sigamos teniendo la necesidad de aferrarnos a algo, nos hallaremos muy lejos de la verdadera religión. Sólo podemos ser religiosos cuando nuestra cordura y felicidad no dependen de ninguna idea o creencia y podemos desapegarnos de todo. En este sentido, podría llegar a creerse que el budismo resulta muy destructivo, porque no cree en dios, en la existencia de un alma inmortal ni tampoco busca consuelo en ningún tipo de idea acerca de la vida después de la muerte sino que, por el contrario, se enfrenta abiertamente a la impermanencia. Como no hay nada a lo que podamos aferrarnos y tampoco existe «alguien» que pueda aferrarse a nada, la única posibilidad real de la que disponemos es la de soltar... Y el budismo es la disciplina que nos ayuda a ubicarnos en esta actitud, en cuyo caso uno llega a descubrir algo mucho mejor que la creencia, porque entonces habrá alcanzado lo real, aunque no pueda explicar de qué se trata.

El Zen afirma que la persona que alcanza la iluminación se parece a un mudo que ha tenido un sueño maravilloso que no puede contar a nadie. Según los budistas, la realidad —que ellos llaman *nirvana*—, constituye un equivalente de *moksha*, la liberación. El término *nirvana* significa «exhalar» —el suspiro de alivio—, algo de lo que nos alejamos en el mismo momento en que retenemos la respiración. Cuando nos aferramos a nosotros mismos, a la vida, a

la respiración, al espíritu o a dios, todo queda reducido a algo tan inerte como una piedra o un ídolo. Pero cuando soltamos y exhalamos, la respiración volverá. Eso, precisamente, es el *nirvana*.

La doctrina budista es el más elevado de los negativismos. Los budistas denominan *sunyata* —que significa vacuidad— a la realidad esencial, algo que, en japonés, se llama *ku* y que se escribe con el mismo carácter caligráfico utilizado para referirse al «cielo» o al «aire». En este sentido, el segundo carácter utilizado en Japón para los sobres de correo aéreo es *ku* (aire), que significa vacuidad. Ése es el carácter con el que traducen el término *sunyata*, la vacuidad; la naturaleza fundamental de la realidad, el cielo. Pero el cielo no es una vacuidad negativa, pues nos contiene a todos nosotros y está lleno de todo tipo de acontecimientos, aunque no se puede clavar en él un clavo y convertirlo en algo concreto. Es por ello que el budismo sostiene que no precisamos ningún tipo de artilugio —como la religión, las imágenes, los templos, los rosarios, etcétera— para acceder al meollo de la cuestión. Pero cuando uno arriba al punto en que sabe que nada de eso resulta imprescindible —que ya no se necesita ninguna religión— es cuando la religión comienza a resultar divertida. Tal vez en ese momento se nos podrá recomendar el uso de rosarios, campanas, tambores, címbalos y el canto de *sutras*. Pero lo cierto es que nada de todo ello nos ayudará lo más mínimo y, si los utilizamos como métodos para acercarnos a la realidad, no haremos más que confundirnos. Es la compasión —que no el intento de demostrar lo inteligentes que son— lo que mueve a los maestros budistas a desenmascarar a sus discípulos. Y así, al igual que el cirujano extirpa un tumor o el dentista arranca una muela cariada, el maestro budista nos hace el favor de desembarazarnos de las ideas absurdas a las que nos aferramos para matar la vida.

Existen dos tipos de budismo, uno de ellos es el llamado Mahayana (de *maha*, la palabra sánscrita que significa