VII JORNADA DE BUDISMO EN CATALUÑA

Barcelona 2017

LA MUERTE, UN MISTERIO

Pepe Aponte Carrasco.
Presidente de la Coordinadora Catalana de Entidades Budistas

Buenos días amigas y amigos. En nombre de la Coordinadora Catalana de Entitades Budistas quiero daros las gracias por estar hoy con nosotros. Gracias Lama Tsondru por dirigir nuestra meditación y regalarnos este momento de silencio que nos permite empezar la jornada serenamente. Como presidente me corresponde daros la bienvenida y dirigiros unas palabras para abrir el acto de hoy.

Antes que nada quiero explicar muy brevemente, la pequeña historia de la Coordinadora. Para empezar quiero aclarar que ni yo ni la junta de la Coordinadora tenemos identidad alguna. De hecho ni siquiera la Coordinadora como tal tiene existencia propia. La coordinadora no es una entidad autónoma, autosuficiente y separada de vosotros. Me explicaré.

Los que en este momento estamos representando a la Coordinadora tan solo somos como un holograma, una ilusión surgida para pilotar por breve tiempo la manifestación de una conciencia que, además de mostrarse bajo infinitas formas, ha querido aparecer en este nuestro tiempo y lugar bajo la forma de Coordinadora Catalana de Entitades Budistas. Esta, a su vez no es otra cosa que la ilusoria reunión de las entidades que contribuyen a difundir y dar a conocer esa conciencia en nuestro país. Todos nosotros, directiva, entidades, personas comprometidas, personas próximas, simpatizantes, vosotros que estáis aquí ahora, todos somos como pequeñas células de un organismo llamado Coordinadora, que un día del año 2007 nació y se puso a caminar para dar testimonio de esa conciencia que es su fundamento. De esto hace ahora justamente diez años.

La Coordinadora ha nacido con la vocación de aglutinar y dar voz y rostro visible al budismo en nuestro país. La Coordinadora no son unas pocas personas. La Coordinadora somos todos. Todos somos imprescindibles para que ese organismo crezca fuerte y sano. No importa si somos junta directiva, centros asociados, simpatizantes o curiosos. Todos configuramos una gran familia budista y en una familia todos son importantes. En la Coordinadora no hay cosas tales como roles inferiores, roles humildes, roles directivos, roles privilegiados. No hay roles codiciables y roles rechazables. Cada rol tiene sus alegrías, sufrimientos y responsabilidades, y todos los roles sirven al objetivo principal de este organismo que es el beneficio de todos los seres sin distinción. Si todos y cada uno de nosotros aportamos nuestras capacidades y habilidades con alegría y espíritu comprometido, esta familia budista estará unida y podrá alcanzar metas ahora inimaginables. Si miráis detenidamente y con cariño la web de la Coordinadora, veréis que ya existen algunos proyectos que ahora parecen muy lejanos pero que marcan una línea a seguir. Permitamos que nuestros sueños se hagan realidad y sean de beneficio para todos, budistas o no budistas

En estos diez primeros años de vida la Coordinadora ha ido organizando actividades siempre con un espíritu de servicio a la comunidad budista. Se han tocado muchos temas y se ha mantenido una digna presencia ante la sociedad y las instituciones del país. En las primeras ediciones de las Jornadas de Budismo en Catalunya se crearon Grupos de Trabajo, de los cuales dos de ellos prosperaron y siguieron con sus investigaciones y actividades: "Budisme i psicologies contemporànies" y "Viure la pròpia mort i la dels altres". Ambos grupos han ido desarrollando sus trabajos vinculados a la Coordinadora, hasta que uno de ellos, "Viure la pròpia mort i la dels altres", enfocada a promover el acompañamiento con presencia despierta, ha decidido constituirse en asociacion independiende con estatutos propios y darse de alta en el registro de asociaciones con el nombre de Anitya, que significa transitoriedad. Este proceso es coherente con la filosofía de la Coordinadora que consiste en facilitar y dar apoyo institucional al desarrollo de inciativas interesantes y actuales en el campo del budismo para que prosperen, se consoliden y se independicen. Y dado que Anitya es una asociación con la que compartimos el objetivo de fomentar valores humanos en todos los ámbitos de la sociedad y promover el bien común desde la inspiración compartida de las enseñanzas budistas, no hemos tenido ninguna duda en solicitar su colaboración para ayudarnos a organizar y dar contenido a esta VII Jornada.

Así que aquí estamos. Hemos hecho muchas reuniones, hemos puesto todos muchas ganas en la preparación de este evento y nos hemos quedado muy gratamente sorprendidos por el interés despertado, a la vez que muy entristecidos por no haber podido dar cabida a todas las personas que hubieran querido estar hoy aquí.

No tengo ninguna duda de que todos habéis consultado la web y tenéis claro cómo se va a desarrollar esta jornada. Tenéis el programa en estas paredes para consultar los horarios de las ponencias, los talleres, los descansos, etc. Os ruego que seais extremadamente puntuales en las entradas y salidas. Nosotros, por nuestra parte, nos comprometemos a dar ejemplo empezando siempre a las horas anunciadas.

En esta primera intervención titulada "la muerte, un misterio" quiero esbozar un marco general en el que situar todo lo que vamos a hacer después.

Propongo entrar en materia con las conocidas palabras de San Pablo a los Corintios: "Muerte ¿dónde está tu victoria? Sepulcro ¿dónde está tu aguijón?" ¿Qué quieren decir estas palabras? La muerte no tiene victoria y el sepulcro no tiene aguijón porque transcendemos la muerte. Y si además comprendemos qué es la muerte, no sufriremos en el tránsito.

Veamos ahora cuál es la visión del budismo sobre la muerte.

La muerte, no hay duda, produce miedo y temor, y muchas veces terror, pero hay un arte de morir bien, que no es otro que el arte de vivir bien, vivir una vida llena de significado, en el sentido de conocer y saber qué lugar ocupamos en el universo y de actuar consecuentemente. El arte de morir bien y el arte de vivir bien son la misma cosa, porque tal como construimos nuestra vida así será nuestra muerte. Por eso, es muy importante que mientras estemos vivos aprendamos a mirar directamente y sin miedo a los ojos de la muerte y a darnos cuenta de que detrás de esos ojos no hay nada, de que lo que llamamos muerte no existe, porque no es más que un momento dentro de un proceso de cambio y transformación. Si podemos mirar la muerte sin temblar le

arrebataremos el poder que le hemos dado nosotros mismos con los miedos surgidos de nuestros conceptos erróneos. Por tanto comprender cuáles son nuestros conceptos erróneos es de vital importancia.

Para ilustrar lo que digo os explicaré una pequeña historia personal. Hubo un tiempo en que yo amaba las rosas, me refiero a la rosa, la reina de las flores. No es que ahora no las ame, pero las amo de manera diferente. Me cautivaba el tacto sedoso de su pétalos, su perfume, su elegancia. Las rosas son poderosas cuando las vemos en forma de ramo o aisladas, pero lo son más todavía cuando están en su propia mata. Son poderosas por su belleza y son poderosas por sus espinas. Las espinas dan a las rosas un cierto dramatismo que refuerza su belleza. En ese tiempo yo todavía estaba apegado a la forma. Admiraba la rosa en su esplendor y la rechazaba como algo desagradable cuando se marchitaba y se convertía en un manojo de pétalos muertos que terminaban por desprenderse y caer al suelo. No veía, no era capaz de ver, que la flor es solo un momento de un largo proceso también lleno de belleza. Al estar acostumbrado a ver las cosas como si estuvieran separadas de sus antecedentes y de su devenir no podía ver que la rosa procedía de una semilla, que de la semilla surgía mágicamente una planta minúscula, que si la plantita encontraba las condiciones apropiadas, crecía y crecía hasta convertirse en una planta poderosa, que la planta producía brotes, brotes que se abrían desplegando abanicos perfumados de pétalos de color que atraían a los insectos polinizadores, que esos insectos ponían en contacto el polen que se pegaba a sus cuerpos con los pistilos, y que de esa poliniación surgía el fruto que contenía las semillas que permitirían que el ciclo se repitiera una y otra vez.

En ese amplio y maravilloso arco de vida, la flor llamada rosa tiene un papel muy breve, aunque tan poderoso que atrapa a los insectos y también, por cierto, nos atrapa a nosotros. Llamamos rosa a la flor de unos días y llamamos rosal al resto de la planta. Nos quedamos cautivados y atrapados en la flor, nos apropiamos de ella para nuestras actividades humanas, poesías, relaciones, sentimientos, y nos olvidamos del rosal. Ahora bien, si aprendemos a ver las infinitas interrelaciones e interacciones entre todas las cosas, nuestra mente se abre a una perspectiva mucho más amplia, tan amplia como el universo entero. Desde que comprendí eso, ahora, cuando veo una rosa marchita mi corazón se ensancha, no se queda bloqueado por la melancolía ni por emociones antiguas, porque estoy siendo testigo privilegiado de cómo trabaja la vida, y sé que la rosa es una flor pero también, sobre todo, es un ciclo vital completo. Cuando digo "rosa" ya no veo solo la apariencia de un momento, sino todo el proceso, desde la semilla hasta la semilla. Esa es la verdadera rosa, la gran rosa, la rosa que yo amo. Un misterio y un milagro, un potencial que nunca cesa, incansable, siempre creando, siempre puro momento presente.

Haríamos bien, nos relajaríamos y seríamos mucho más felices, si deshiciéramos ese nudo conceptual que nos mantiene encerrados en una perspectiva corta, estrecha y miedosa, el nudo conceptual de creer que somos entes independientes y separados de todo lo demás, como si el mundo estuviera allí y nosotros aquí. Esta creencia da lugar a la conocida dualidad entre sujeto y objeto, entre yo y lo otro, que nos hace ver las cosas como si estuvieran separadas entre ellas y nos impide tener conciencia de que todo, absolutamente todo, está relacionado entre sí por infinitas cadenas de causas y efectos. Nos enganchamos, como si fuera con pegamento, a lo que nos atrae, lo convertimos en la figura protagonista de nuestra percepción, nuestra atención se centra única y exclusivamente en esa figura y todo el resto queda en segundo plano de nuestro campo de visión, como un fondo difuminado al que no concedemos ningún valor, sin

percatarnos de que sin el fondo la figura no existiría. Esa separación se produce en el mismísimo instante inicial de nuestro acto de percibir, porque estamos programados para ello y lo hacemos sin tener ninguna conciencia de que esa percepción dualista es la que nos mantiene prisioneros de la rueda de la existencia y del sufrimiento inherente a ella. Si ese error fundamental, ese apego inmediato e inconsciente, automático, lo reconociéramos en el mismísimo instante en que surge, se disolvería sin dejar rastro. Y si, uno tras otro pudiéramos disolver todos los sucesivos apegos en el mismo momento y lugar en que surgen, despertaríamos en la realidad más allá de las apariencias y veríamos con claridad prístina. Cuando recuperemos esa visión pura el mundo seguirá siendo exactamente igual que ahora, funcionando igual que ahora, pero lo veremos de manera muy diferente. Percibiremos la intrincada e infinita red de relaciones de causa y efecto en plena actividad creadora, en perfecta acción coordinada y simultánea, como un gigantesco organismo vivo. Y veremos con claridad y sin dudas que la muerte no existe, que nuestros cuerpos serán un día como las rosas marchitas pero que nuestra vida va mucho más allá de ese momento. Cuando adquirimos esa comprensión nuestra relación con la muerte cambia radicalmente, y cuando ésta llega la recibimos con alegría, como hacen los meditadores experimentados.

La muerte es un misterio si desde la visión dualista la consideramos separada del proceso de la vida, pero si comprendemos que la muerte no es más que la vida que cambia de forma, el misterio queda resuelto. Vista así la muerte deja de ser terrorífica y se convierte en una buena compañera de viaje. Una compañera que hace su trabajo con eficacia y profesionalidad y con la que se pueden tener interesantes conversaciones mientras está con nosotros.

Pero por supuesto, una cosa es la comprensión intelectual y otra muy diferente ser capaz de superar condicionamientos fuertemente arraigados cuando nos toca a nosotros pasar por el trance de nuestra propia muerte o por el trance de ayudar en la muerte de seres queridos o próximos. Sería muy conveniente entrenarnos adecuadamente para esos momentos que sin duda llegarán un día. El entrenamiento puede variar en técnicas y en detalles, según la tradición budista en la que estemos involucrados, pero en esencia se trata de vivir el momento presente en todo instante, porque como ya sabemos, según sea nuestra vida así será nuestra muerte. Si durante la vida nos hemos entrenado en vivir siempre en el momento presente, conscientes de la interdependencia de todos los fenómenos y de la unidad fundamental de todas las cosas, no tenemos que preocuparnos de lo que hay que hacer en el momento de la muerte, de la misma manera que si estudiamos y profundizamos en una materia no hay que preocuparse por un examen sobre esa materia, porque seguro que saldrá bien.

En todas las escuelas de budismo el entrenamiento se basa fundamentalmente en erradicar los conceptos erróneos y desarrollar la conciencia del presente, es decir, darse cuenta de todo lo que hay y de todo lo que sucede en cada momento, fuera y dentro de nosotros, y darnos cuenta de que nos damos cuenta. Se dice que la conciencia del presente es el verdadero Buda, o que viviendo en el presente veremos nuestro rostro original, o también que lo que hay que conocer es nuestra verdadera naturaleza. Son maneras diferentes de decir lo mismo. Hay aparente diversidad pero unanimidad en la esencia.

En lo que se refiere al acompañamiento del tránsito a la muerte, es decir en el morir, tampoco hay grandes diferencias. En todas las escuelas budistas se acompañan esos momentos con cánticos de sutras, de preceptos, de refugios, con recitaciones de versos o

textos de maestros del linaje correspondiente, si es posible en presencia de la persona que está en el tránsito. El propósito de ello es recordar a esa persona sus vínculos con su práctica y con su entrenamiento, porque en esos momentos lo más fácil es olvidarse de todo lo aprendido y entrar en un estado de sueño profundo o pérdida de conciencia que puede borrar todo lo que no se haya logrado establecer firmemente en el subconsciente durante la vida.

En el estado post mortem es donde puede haber más diferencias. En el budismo tibetano se da mucha importancia al bardo, el estado intermedio entre una vida y la siguiente, o entre una vida y la disolución definitiva en el espacio, y para ello durante la vida se hace un entrenamiento en el yoga del sueño, puesto que el sueño se asemeja a una pequeña muerte. También se hacen unos rituales específicos en los que se acompaña al difunto en el bardo de la muerte. En las demás tradiciones, hasta donde yo sé, no se trabaja en el mundo de los muertos sino en el mundo de los vivos, preparando a los practicantes para vivir una vida plena, suficiente para garantizar que el tránsito hacia otra vida, si la hubiera, colocará a cada uno en el nivel que haya logrado alcanzar en esta vida. En este caso, los rituales post mortem consisten también en cánticos y comentarios sobre la persona difunta, elogiando lo bueno que ha hecho en la vida y completando el cuadro señalando sus imperfecciones, siempre desde una visión ecuánime y compasiva.

Todas estas diferencias son secundarias comparadas con la unanimidad en el esfuerzo común de todas las escuelas budistas para desarrollar una visión correcta del sentido de la vida y de sus características fundamentales: la insatisfacción, la transitoriedad, la interdependencia y la vacuidad.

El entrenamiento para adquirir la visión correcta se practica de una manera u otra en todas las escuelas de budismo y para quien quiera hacer ese trabajo están los centros budistas a los cuales hay que remitirse. Pero paralelamente a ese entrenamiento conviene ralizar otro tipo de entrenamiento más terrenal, que consiste en familiarizarse con la muerte, con el morir y con el sufrimiento que hay en ambos. Hay en ese terreno mucho trabajo que hacer para vencer resistencias y rechazos. Se dice que la sociedad nos esconde la muerte, pero eso no es exactamente así. La vemos cada día en los telediarios, en la literatura y en el cine, solo que con demasiada grandilocuencia y muy distorsionada. Lo que sí se nos esconde es el morir como un proceso natural que forma parte de la vida, porque eso no da dividendos actualmente. No sabemos abordar la muerte, las emociones nos nublan la mirada y no sabemos qué hacer cuando nos toca de cerca. Nadie nos ha explicado cómo se aprende. En ningún sitio se habla de ello con un enfoque tranquilo, sereno y sencillo. No hay cultura de la normalidad de la muerte y el morir.

Por eso nos ha parecido imperioso paliar esa carencia organizando esta Jornada. Y la enorme respuesta, tan grande que ha desbordado nuestras previsiones, confirma que efectivamente hay una necesidad que se debe cubrir. Las ponencias que se presentan a continuación son un paso más en la dirección de subsanar esta falta. Y ojalá que esta Jornada despierte en muchas personas el deseo de formarse en este campo y de crear redes de apoyo y de práctica solidaria y ampliar las existentes.

¡Aprendamos a ver a nuestros moribundos como bellas rosas marchitas y ayudémosles a marchar felices de haber vivido!