

Enric Benavent

La atención a las personas vulnerables en el budismo

Recepción: 25-06-2018 / Aceptación: 19-09-2018

Resumen

El artículo recoge una entrevista a Pepe Aponte, quien se inició en el budismo hace casi cuarenta años, muy al principio de que esta religión se hiciera presente en nuestro país. Practica el budismo en el marco de la escuela Nyingma del budismo tibetano. Desde 2015 es el presidente de la Coordinadora Catalana de Entidades Budistas (CCEB). Antes de iniciar la conversación compartimos la presentación del budismo que hace la propia Coordinadora Catalana de Entidades Budistas.

Palabras clave

Diversidad religiosa, Cohesión social, Budismo, Acción social

L'atenció a les persones vulnerables en el budisme

L'article recull una entrevista a Pepe Aponte, que va iniciar-se en el budisme fa gairebé quaranta anys, molt als inicis que aquesta religió es fes present al nostre país. Practica el budisme en el marc de l'escola Nyingma del budisme tibetà. Des de 2015 és el president de la Coordinadora Catalana d'Entitats Budistes (CCEB). Abans d'iniciar la conversa compartim la presentació del budisme que fa la mateixa Coordinadora Catalana d'Entitats Budistes.

Paraules clau
Diversitat religiosa, Cohesió social, Budisme, Acció social

Attention to Vulnerable Persons in Buddhism

The article takes the form of an interview with Pepe Aponte, who was initiated into Buddhism almost forty years ago, when the religion first began to be a significant presence in this country. Pepe, who practices within the framework of the Nyingma school of Tibetan Buddhism, has been the chair of the Catalan Coordinating Committee of Buddhist Entities (CCEB) since 2015. The conversation proper is prefaced by the CCEB's introduction to Buddhism.

Keywords
Religious diversity, Social cohesion, Buddhism, Social action

Cómo citar este artículo:

Benavent Vallès, Enric (2018).
La atención a las personas vulnerables en el budismo.
Educació Social. Revista d'Intervenció Socioeducativa, 69, 153-161



ISSN 2339-6954



“Estamos construyendo una nueva consciencia que cada vez pone más énfasis en el reconocimiento del otro.”

Entrevista a Pepe Aponte, budista

Pepe Aponte se inició en el budismo hace casi cuarenta años, muy al principio de que esta religión se hiciera presente en nuestro país. Practica el budismo en el marco de la escuela Nyingma del budismo tibetano. Desde 2015 es el presidente de la Coordinadora Catalana de Entidades Budistas (CCEB).

Antes de iniciar la conversación compartimos la presentación del budismo que hace la propia Coordinadora Catalana de Entidades Budistas.

El budismo¹

Podemos resumir el camino budista en los denominados tres adiestramientos superiores, que consisten en la práctica integrada de la ética, la meditación y la sabiduría

El budismo nace hace unos dos mil seiscientos años en la India de las enseñanzas de Siddharta Gautama, conocido como Buda Sakyamuni, el sabio de los Sakya. Un buda no es un dios o divinidad, pero tampoco un ser humano corriente. Según el budismo, todos los seres tienen una naturaleza búdica, una naturaleza esencial de claridad y armonía, ahora oscurecida por actitudes y emociones ofuscadas e insanas como el apego, el egoísmo o el egocentrismo, que son la causa de la infelicidad y el sufrimiento. Pero al reconocer y liberar esa naturaleza se consigue la cesación del sufrimiento – una liberación llamada Nirvana– y finalmente el Despertar o Bodhi, la plena armonía del ser, también llamada Iluminación. Así pues, son budas aquellos que han alcanzado el estado despierto, y todos los seres tienen esta potencialidad. De acuerdo con este conocimiento y basado en su propia experiencia, el buda histórico Sakyamuni, en su determinación interior para enfrentar las realidades de la vida como son el nacimiento, la vejez, la enfermedad y la muerte, enseñó un camino no dogmático de liberación personal y universal, que constituye la base del budismo. Buda dijo:

“¡Escuchad monjes y sabios! Como el orfebre analiza el oro para comprobar su pureza, cortándolo, raspándolo y fundiéndolo, así deberéis analizar mis palabras y no aceptarlas sólo por respeto a mí”.

Podemos resumir el camino budista en los denominados tres adiestramientos superiores, que consisten en la práctica integrada de la ética, la meditación y la sabiduría. En palabras del propio Buda:

“No cometer nunca ninguna acción perjudicial, acumular una fortuna en virtud, dominar completamente la propia mente. Esta es la enseñanza del Buda”.

La difusión del budismo

Tras la muerte de Buda, sus enseñanzas y seguidores se expandieron y el budismo se extendió por toda la India, donde alcanzó su máximo esplendor en el siglo VII d. C. y hasta el siglo XIII, cuando casi desapareció del subcontinente indio y quedó relegado al norte. Sin embargo, esto contribuyó a su expansión por diferentes países y culturas de Oriente, donde se fusionó con las culturas autóctonas pero manteniendo sus fundamentos esenciales.

En el Sudeste Asiático se estableció primero en Ceilán (actual Sri Lanka) en el siglo III a. C., desde donde pasó a Birmania y Tailandia, Laos, Kampuchea o la Isla de Java. En estas culturas se establecieron y se preservaron especialmente las escuelas theravada, que practican un camino de liberación personal.

Por el norte, el budismo se expandió por los actuales Pakistán, Afganistán, hasta Asia Central; en Nepal, Bután, Sikkim, Ladakh y el Tíbet, de donde pasaría a Mongolia y la cultura buriata de Rusia; y en China, desde donde llegaría a Japón y Corea, y de aquí a Vietnam. En todas estas culturas se establecieron principalmente escuelas budistas mahayana, que practican un budismo universalista que aspira a conseguir el bienestar de todos los seres. El budismo vajrayana y el dzogchen, ligados fundamentalmente al Tíbet, enseñan técnicas basadas en la transmutación y la liberación espontánea.

El primer contacto del budismo con una cultura occidental tuvo lugar unos quinientos años después de la muerte del Buda, en la denominada cultura de Ghandara, que prosperó entre los actuales Pakistán y Afganistán, y donde los griegos bactrianos, descendientes de Alejandro Magno, habían adoptado el budismo. Esta fusión del budismo con el helenismo dio lugar a una fecunda cultura que, entre otras aportaciones, inició la tradición de representar al Buda en forma humana –hasta entonces no se hacía–, utilizando el canon artístico helénico.

Posteriormente, los contactos de Occidente con el budismo fueron aislados y esporádicos, principalmente a través de viajeros y comerciantes de la ruta de la seda, y más tarde a través de misioneros cristianos, pero sin que contribuyeran a un intercambio de pensamiento. En tiempos más recientes, fueron los países con colonias en Oriente, como Gran Bretaña, Francia o Rusia, los que mantuvieron el contacto con culturas budistas, despertando el interés de reconocidos pensadores o artistas. En el siglo XIX se constata la existencia de budistas occidentales en varios países europeos, alguno con la ordenación de monje, y en el siglo XX ya se estudia la filosofía y práctica del budismo en universidades de estos países.

En el Estado español y concretamente en los Países catalanes, los primeros contactos estables con el budismo tienen lugar en pleno siglo XX. Un des-

conocimiento quizá motivado por el hecho de no tener prácticamente intereses en Oriente y dirigir la mirada sobre todo hacia América y África. En la década de los setenta se establecen los primeros contactos permanentes con maestros budistas, a raíz de los cuales nace una primera generación de budistas autóctonos y se establecen los primeros centros budistas en nuestro país. Desde entonces y en estos ya más de treinta años, el interés creciente por el budismo, como filosofía o religión y también como forma de vida o camino de autorrealización, ha hecho que haya ido creciendo el número de budistas y simpatizantes, y que se hayan establecido comunidades, entidades y centros budistas de sus diferentes escuelas y tradiciones, con una presencia cada vez mayor en nuestra sociedad. De todo ello da fe el reconocimiento por parte del Estado español, en 2007, de su notorio arraigo en nuestra sociedad.

Pepe, gracias por compartir con nosotros tu experiencia como budista. Nos interesa conversar sobre la acción social, sobre cómo afrontáis esta tarea de acompañar a las personas vulnerables. ¿Qué significa ser vulnerable, desde la perspectiva budista?

Desde la perspectiva budista la vulnerabilidad debe entenderse a dos niveles: un nivel relativo y un nivel absoluto. A nivel relativo los vulnerables son las personas que carecen de recursos para vivir, los que están desarraigados, los pobres. Desde un punto de vista absoluto, más allá de lo que salta a la vista, eso es diferente, aquí no hay distinción de clases sociales. Una persona puede tener mucho éxito y ser muy vulnerable, no económica o emocionalmente, sino vulnerable respecto a sus propios venenos.

En el budismo ponemos mucho énfasis en las emociones conflictivas, que es un aspecto oscurecido de las emociones positivas. Hablamos de la ignorancia, mejor dicho, la falta de sabiduría o el desconocimiento de la naturaleza real de las cosas y de la propia persona, también el odio, el deseo, la arrogancia y los celos. Esas son las cinco principales emociones conflictivas.

La infelicidad que es resultado de esta vulnerabilidad viene de que estás absolutamente a merced de tus emociones conflictivas, normalmente por desconocimiento o por ignorancia. Aquí hay un gran trabajo que hacer, que es muy diferente a los demás trabajos de acción social, tal y como tradicionalmente las entendemos: obras sociales, la ayuda social, por ejemplo, Cáritas (que es un gran ejemplo de la religión católica que ayuda a sobrevivir a tanta gente pobre).

Es decir, os proponéis cuidar la vulnerabilidad interior de la persona...

Sí, la base de las primeras enseñanzas del Buda histórico es precisamente eso. Las cuatro nobles verdades se pueden considerar como un diagnóstico médico: primero debe haber un reconocimiento por parte del enfermo de que algo pasa y de que hay que ir al médico, quien a continuación le reconoce

la enfermedad y le dice cuáles son las causas. La primera noble verdad es la afirmación de que existe el sufrimiento, aunque sería más adecuado decir insatisfacción. La segunda es la constatación de que la insatisfacción tiene una causa. La tercera noble verdad nos dice que hay un remedio y que se debe buscar. La cuarta noble verdad nos señala cuál es el remedio, que es el óctuple noble sendero, es decir, ocho actitudes ante la vida.

La idea de sufrimiento o insatisfacción forma parte del núcleo del budismo...

Exacto, el concepto de sufrimiento ya está en las enseñanzas del Buda histórico. Después ha habido evoluciones. Unos cuantos siglos después apareció un movimiento llamado Mahayana que no ponía tanto énfasis en el sufrimiento y sus causas, sino que decía que la calidad fundamental para ser un buen budista y para llegar a la liberación es la del Bodhisattva, que es quien antepones la felicidad o la salvación de los demás a la propia.

Para el Buda histórico el sufrimiento no era el sufrimiento social sino aquel producido por la ignorancia o la confusión que no te permite estar en paz contigo mismo y que te oculta tu propia naturaleza verdadera.

Lo que pasa es que, como hoy en día el tema del sufrimiento social se ha hecho tan visible y es tan importante en cifras, el budismo actual en Occidente ha tenido que posicionarse, pero en sus orígenes el budismo se ha preocupado por combatir la ignorancia de la naturaleza humana y los fenómenos en general del universo. Reconocer que tenemos un sufrimiento, una insatisfacción y ponerse a trabajar duro para erradicarla. Por eso se practica la meditación, para eliminar aquellas capas de ignorancia y de oscuridad que no nos permiten ver la luminosidad de nuestra esencia, es decir, adquirir sabiduría. Eso ha sido siempre el *leitmotiv* de la práctica budista que ha dado como resultado una práctica individual o en grupos, por afinidades.

Visto así, la práctica budista es un camino de sabiduría y evolución personal. Vas sabiendo que eres un buen budista si ves que te estás volviendo más amoroso hacia otros, más hospitalario, más compasivo, más empático. Poco a poco empiezas a comprender estas palabras que los maestros te van repitiendo siempre. Dejan de ser palabras para convertirse en realidades vividas, experiencias.

La práctica budista es un camino de sabiduría y evolución personal

Ya que hablas de hospitalidad, ¿cómo explicarías este concepto desde el budismo?

Mira, para responder a esta pregunta usaré un texto que recientemente presentamos en una celebración interreligiosa dedicada a personas emigrantes y refugiadas: “A pesar de que la acción social tal y como la entendemos hoy en día no era la principal preocupación del budismo, las diversas tradiciones budistas sí entendían e incorporaban la hospitalidad como uno de los valores

más importantes y fundamentales en su concepción de la existencia de los seres humanos. El Buda mostró y señaló en sus enseñanzas el sufrimiento de los seres humanos, su origen y sus causas. El budismo promueve los valores de la bondad incondicional y la compasión hacia todos los seres y en especial hacia aquellos que por varias circunstancias presentan situaciones de vulnerabilidad y de sufrimiento.

Buda nos mostró el camino del amor y de la compasión hacia los seres que sienten y de la relación de interdependencia por la que estamos todos entrelazados. Todos los seres, con independencia de su condición, desean ser felices y huir del sufrimiento. Además, su derecho a superar el sufrimiento y ser felices es igual que el mío. Reconocer eso nos permite desarrollar la empatía y podemos sentirnos cercanos a ellos. Dado que todos compartimos una idéntica necesidad de amor, es posible sentir que cualquier persona que encontramos, en cualquier circunstancia, es un hermano o una hermana.

La compasión es el deseo profundo de aliviar el sufrimiento, permitiendo sentir la situación del otro ser como si fuera propia

La compasión es el deseo profundo de aliviar el sufrimiento, permitiendo sentir la situación del otro ser como si fuera propia. De la compasión nace la sabiduría, la cual nos permite captar el principio de la interdependencia, dependemos unos de otros, y hace tomar conciencia de que todos estamos vinculados y permite que, detrás del forastero, del migrante, uno se vea a sí mismo. La hospitalidad es un cambio del “yo” por “otros”. Es darse cuenta de la alteridad, de la interdependencia y de que todo y todos estamos interrelacionados. Para ello es necesario transformar nuestra mente, es necesario un cambio, una transformación interior. Es un avanzar a una dimensión espiritual, transformarlo en una experiencia y no en una creencia. Y eso no puede quedar en un mero deseo, debe ser un trabajo diario donde lo individual y lo social se equilibran y se retroalimentan mutuamente”.²

Desde fuera parece que el budismo es una religión de práctica individual, ¿es así?

Todo esto que acabamos de decir es lo que los maestros nos cuentan siempre, pero como el budismo entre nosotros empezó hace apenas unos sesenta años y es muy incipiente, las cosas aquí van muy despacio. Por la experiencia que yo tengo en mi práctica budista los principiantes prefieren hacer una práctica individual, en su casa en un espacio puro, protegido, no contaminado, que procuran mantener sin intromisiones o emociones. Esto genera una tendencia a cerrarse a practicar solo en un espacio propio. A medida que se avanza en la práctica, la gente se hace consciente de que es importante la práctica en grupo porque se aprende a trabajar las emociones propias en la interacción con los demás, por lo que cada vez es más habitual la práctica del budismo en grupo, en comunidad.

Después de esta etapa de práctica en grupos, a veces muy cerrados y casi sin conocerse unos a otros, está llegando una nueva etapa, que es la de coordinarse. Así nace en nuestro país la Coordinadora Catalana de Entidades Budistas³. Toda la evolución nos ha llevado hasta aquí, de un modo natural.

En la Coordinadora organizamos eventos como el Vesak, que es el nacimiento, iluminación y Paranirvana del Buda Sakyamuni, y lo celebramos con una ceremonia conjunta y solemne de todos los centros budistas asociados y público asistente. Lo hacemos a finales de mayo, siguiendo la indicación de la ONU con el fin de unificar las diferentes tradiciones budistas en una única fecha. Eso hace que los diferentes centros budistas se conozcan y se relacionen. Otro acto que hacemos anualmente son las Jornadas de Budismo en Cataluña, normalmente alrededor del mes de diciembre, y cada año con un eje temático propio. También dependiendo de las capacidades y recursos que tenemos, organizamos charlas, diálogos y encuentros de otras religiones. Queremos consolidar este espacio de reconocimiento entre las diferentes entidades budistas porque nos ayuda a salir de nuestros hogares o centros y mirar hacia afuera y así empezamos a aplicar lo que denominamos “budismo en acción”.

Así pues, ¿podemos decir que el budismo que conocemos aquí en Occidente está implicándose en la acción social?

Ha habido algunas pocas iniciativas como comedores sociales, donde algunos grupos de budistas preparan bocadillos y los llevan a diferentes puntos de la ciudad. También participamos en espacios de diálogo interreligioso en el GTER⁴, donde nos proponemos iniciativas de carácter social. Nos estamos estrenando en mirar hacia fuera y en llevar toda la ayuda que podamos para apoyar la vulnerabilidad de ese primer nivel relativo del que hablábamos.

También tenemos una asociación, que se llama Anitya (transitoriedad), que surgió de una de las jornadas anuales, dedicada al acompañamiento en los tránsitos vitales, la enfermedad y la muerte desde la presencia despierta. Están trabajando mucho y se conectan con movimientos no budistas interesados en todo lo que hace referencia a los cuidados paliativos y a los procesos de muerte y pérdidas significativas y dolorosas.

Todo ello son iniciativas que van confluyendo ya sea desde el cristianismo o desde otras confesiones religiosas y también desde el budismo porque cuando abres los ojos y dejas de mirarte a ti mismo y a tu evolución espiritual te das cuenta de que ésta no está separada de la atención a los demás y del reconocimiento del otro.

¿Tú crees que esta línea que comentas, de participar en actos de ayuda o solidaridad, es fruto de la implantación del budismo en Occidente, en sociedades donde los valores de fraternidad o de solidaridad ya formaban parte de su marco cultural?

De hecho esto de salir a buscar al otro ya forma parte del budismo, como hemos visto. Estos grandes conceptos de solidaridad en el budismo ya existen, de hecho el budismo ha empezado por ahí. Lo que pasa es que el Buda Sakyamuni lo enfocaba más hacia la liberación individual, porque para ayudar

al otro a salir de su ignorancia o desconocimiento de la realidad última y de la propia naturaleza (carencia que todo el mundo puede tener) debes haber alcanzado un nivel de evolución espiritual tu mismo. Ese ha sido el origen del budismo, combatir esa ignorancia para lograr la liberación definitiva del sufrimiento, la felicidad definitiva.

Así lo vemos en la historia del Buda, que era el hijo de un rey que tenía todo lo que quería pero eso no le satisfacía, porque tuvo una clara comprensión de que todo era impermanente. Por eso quiso salir del palacio, dejarlo todo atrás y llevar una vida de asceta y, sin nada, se fue a buscar lo que es permanente y absoluto. Tras pasar varias experiencias lo encontró y quiso comunicarlo. El sufrimiento de los demás le conducía a ayudarlos a liberarse de la propia ignorancia, de las causas del sufrimiento, no del sufrimiento en sí mismo sino de las causas.

Tenemos una imagen del budismo como una religión de repliegue sobre sí mismo. Esta imagen que nos transmite de un budismo abierto a los demás rompe con este estereotipo.

Siguiendo en la línea de la atención al otro, en el budismo primigenio hay un concepto clave que se denomina las “cuatro alegrías” o los “cuatro incommensurables”, que son cuatro actitudes que todo buen budista debe practicar: el amor universal, es decir, amar al otro incondicionalmente sin etiquetas; la compasión, entendida no sólo como dar limosna, sino como ayudar al otro a liberarse de las causas del sufrimiento, que son la ignorancia y todos los venenos que hemos comentado; alegrarte del bien del otro, que al otro le vaya bien; y la ecuanimidad, no hacer diferencias entre las personas, todos somos iguales. En la liberación de las causas del sufrimiento es donde históricamente el budismo ha incidido más, y ayudar a liberar las causas del sufrimiento de los demás pasa porque nos liberemos primero nosotros de las causas de nuestro propio sufrimiento.

Existe la tendencia a participar cada vez más en actos de solidaridad, junto con otras confesiones religiosas. Hay un cambio de conciencia, un cambio de paradigma

Si miramos lo que está pasando ahora y aquí, entre nosotros, existe la tendencia a participar cada vez más en actos de solidaridad, junto con otras confesiones religiosas. Hay un cambio de conciencia, un cambio de paradigma. Los budistas no tenemos grandes recursos, no somos como la Iglesia católica, que tiene grandes asignaciones económicas, partimos de lo que cada uno de nosotros puede aportar y de algunos patrocinadores y pequeñas donaciones. Gran parte del dinero de las comunidades de aquí se van a ayudar a guarderías, campos de refugiados, apadrinamientos u otras necesidades de los monjes de Nepal, la India u otros asentamientos budistas. Estamos construyendo una nueva conciencia que cada vez pone más énfasis en el reconocimiento del otro. Ponerse en el lugar del otro, aceptar la diversidad. Es un proceso lento, cambiar las conciencias se hace poco a poco. Para socorrer al otro, también materialmente, primero debes entenderle, aceptar, por ejemplo, que un inmigrante puede ser una riqueza para nosotros.

Estamos ante un incipiente cambio de conciencia, que dará sus frutos cuando tengamos más recursos, cuando crezca la conciencia de que la ayuda material al otro es necesaria y cuando se puedan poner en pie mecanismos sociales para canalizar esta ayuda.

Enric Benavent Vallès
Profesor de Antropología
Facultad de Educación Social y Trabajo Social Pere Tarrés
Universidad Ramon Llull
ebenavent@peretarres.org

-
- 1 Introducción al budismo extraída de la Coordinadora Catalana de Entidades Budistas. <https://www.ccebudistes.org/>
 - 2 Este párrafo sobre la hospitalidad está extraído del texto escrito por Andreu Estany, vocal de junta de la CCEB, que se presentó en la “Celebración interreligiosa e interconviccional en solidaridad con las personas que migran y las que buscan refugio”, el 18 de junio de 2018 en los Escolapios de la Ronda Sant Pau, Barcelona.
 - 3 <https://www.ccebudistes.org/>
 - 4 Grupo de trabajo estable sobre las religiones: <http://www.grupdereligions.org/>
-