

Juan Arnau

# Budismo esencial



**Alianza** editorial  
El libro de bolsillo

Primera edición: 2017  
Sexta reimpresión: 2024

Diseño de colección: Estrada Design  
Diseño de cubierta: Manuel Estrada  
Ilustración de cubierta: Detalle de un estandarte de seda bordado que representa al Buda Sakyamuni predicando en el Pico del Buitre. British Museum (Londres).  
© ACI/Bridgeman  
Selección de imagen: Carlos Caranci Sáez

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes reprodujeren, plagiaren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte, una obra literaria, artística o científica, o su transformación, interpretación o ejecución artística fijada en cualquier tipo de soporte o comunicada a través de cualquier medio, sin la preceptiva autorización.

© Juan Arnau Navarro, 2017  
© Alianza Editorial, S. A., Madrid, 2017, 2024  
Calle Valentín Beato, 21  
28037 Madrid  
[www.alianzaeditorial.es](http://www.alianzaeditorial.es)



PAPEL DE FIBRA  
CERTIFICADA

ISBN: 978-84-9104-564-9  
Depósito legal: M. 36.379-2016  
Printed in Spain

Si quiere recibir información periódica sobre las novedades de Alianza Editorial, envíe un correo electrónico a la dirección: [alianzaeditorial@anaya.es](mailto:alianzaeditorial@anaya.es)

# Índice

- 9 Nota sobre la edición
- 11 Introducción
  
- 15 1. Renacer
  - 15 Causas del renacer
  - 20 Ética anónima
  - 22 Ámbitos de existencia
  - 25 ¿Quién renace?
  - 28 Transiciones
  - 31 ¿Identidad o continuidad?
  - 35 Matizaciones
  - 38 Karma y modernidad
  
- 43 2. Universo y mente
  - 43 Espacio y conciencia
  - 46 Mente y universo
  - 47 Destino
  - 49 Los tres ámbitos
  - 55 Espacio temperamental
  - 59 Tiempo
  - 65 Reversibilidad

68	3. Repeticiones
68	Reminiscencia o repetición
70	Reminiscencias
73	¿Renacer es repetir?
75	Repetición en la plegaria
79	Repetición y cultura mental
85	4. Reorientación
85	La renovación mahāyāna
95	Filosofía del mahāyāna
101	La promesa
104	El espíritu del despertar
109	Devoción
111	5. Nāgārjuna
111	Encrucijadas
124	6. Filosofía entre bastidores
124	El teatro lógico
129	Rituales
137	Epílogo. Lo que el budismo no es (y lo que pudie- ra ser)
137	I. Lo que el budismo no es
147	II. Lo que el budismo pudiera ser
161	Notas
167	Bibliografía

## Nota sobre la edición

Salvo en los títulos de obras, las palabras sánscritas van en general sin cursivas para no entorpecer la lectura. Puesto que el sánscrito no tiene mayúsculas, éstas se han evitado, excepto en los nombres propios y en los títulos de obras. Asimismo se han evitado los plurales acabados en -s, ya que el número de cada palabra queda claro por el contexto.



# Introducción

Siddhārtha Gautama vivió en la India aproximadamente cinco siglos antes del nacimiento de Jesús en Galilea. Aunque no dejó nada escrito, sus enseñanzas han sobrevivido más de dos mil quinientos años. Según la leyenda, nació príncipe pero eligió una vida de mendigo. Vagó por los caminos y se ejercitó en la meditación. Lo siguieron algunos que, como él, recorrían las selvas y los glaciares en busca del conocimiento. Transmutó en antorcha el cetro que había heredado y su pensamiento alcanzó los lugares más recónditos de Asia. Hoy no resulta extraño encontrar monjes con la cabeza afeitada y ataviados con túnicas del color del azafrán. Son los discípulos de Buda: los encargados de preservar y difundir su doctrina. Pero no hace falta raparse el pelo o vestir una túnica para apreciar el valor de estas enseñanzas y la necesidad de transmitir las.

Este libro es el resultado de cerca de dos décadas de investigación en torno al budismo. En el primer capítulo se ofrece una visión general del modo en que los budistas conciben la existencia. La vida es única y singular, pero viene de lejos y continúa tras la muerte. Otra vida heredará las inclinaciones de la anterior, sin renunciar a una singularidad propia. La vida, especialmente la humana, tiene un valor incalculable, pues nos sitúa en el lugar idóneo desde el que contemplar la perspectiva del despertar. Su recorrido lo regula una ley que asegura que nada de lo que hacemos se pierda y que toda actividad mental y corporal pueda dar sus frutos. La caravana de la existencia es para los budistas esencialmente trashumante, y los seres se transforman unos en otros según ganen o pierdan en inteligencia o estupidez. Esa continuidad de la conciencia se encuentra estrechamente relacionada con el modo de entender el cosmos. De ello nos ocuparemos en el segundo capítulo. El universo experimenta ciclos recurrentes de expansión y contracción que se suceden de acuerdo con la evolución mental de sus habitantes. Esta idea constituye la mayor novedad para la visión científica moderna, la cual sostiene que la conciencia es un epifenómeno del cerebro: el resultado, más o menos azaroso, de toda una serie de procesos materiales. Para el budismo, por el contrario, el cosmos tiene una naturaleza mental. Y cuando los budistas hablan de la mente no se refie-



ren al cerebro. En ese universo hecho de conciencia, el espacio y el tiempo son una fermentación de la vida que percibe y siente. El espacio no se distribuye mediante la gravedad de la materia sino en función de estados mentales. La caravana de los seres, como veremos, abre los caminos del espacio y dibuja la curvatura del tiempo.

Así pues, el universo comparte con la mente una naturaleza cíclica. Una de las estrategias para escapar del surco rayado del entendimiento (cósmico, individual) fue la repetición, que abordaremos en el capítulo tercero. Las repeticiones, de carácter devocional, conducirán a una reorientación de la doctrina. Del surgimiento del mahāyāna y de la devoción que se opera en el budismo hablaremos en los capítulos cuarto y quinto. Ello nos llevará a la figura de Nāgārjuna y, en el capítulo sexto, a su *filosofía entre bastidores*, con la que no pretendía sostener ninguna tesis en particular sino desarrollar un «arte de congeniar» en busca de la complicidad con el interlocutor. Finalmente, en el epílogo trataremos de aclarar lo que el budismo no es y nos aventuraremos a dilucidar lo que pudiera ser.



# 1. Renacer

## Causas del renacer

La vida parece tener un comienzo: nacemos. Nos iniciamos en la experiencia y en el sentimiento y, conforme se desarrolla el entendimiento, intuimos, de manera más o menos incierta, lo eterno que hay en las cosas. Y es entonces cuando surge en nosotros la sospecha de que tal vez ese comienzo no sea un comienzo sino una continuación. En esa sospecha se funda la doctrina del renacimiento, que nos ahorra el mal gusto de suponer recompensas y castigos definitivos. El pensamiento indio vive inmerso en una eternidad autorregulada, que no precisa de elementos externos al propio universo para imponer justicia. Hay siempre un camino, hay siempre una oportunidad.

Para comprender las diversas formas en las que los budistas concibieron el renacer, se debe recurrir al concepto de karma: la creencia de que todo acto tiene su retribución, en esta vida o en las subsiguientes. En varios pasajes de las escrituras budistas se describen las diversas etapas meditativas que Siddhārtha Gautama experimentó la noche del despertar bajo el árbol de Gayā<sup>1</sup>. En la primera vigilia, Siddhārtha recordó sus innumerables vidas anteriores, los periodos de disolución y renovación del mundo, cómo había vivido aquí y allá, con diferentes nombres, en diferentes familias, atravesando diferentes penas y alegrías. En la segunda vigilia dirigió su mente a la muerte y al renacimiento de los seres, y reconoció seres superiores e inferiores, hermosos y desprovistos de belleza, dichosos y desgraciados. Y observó cómo forjan su destino de acuerdo con sus propias acciones, cargándolas sobre sus espaldas incluso después de la destrucción del cuerpo físico<sup>2</sup>. El hecho de que uno de los textos canónicos más representativos del budismo haga referencia al karma como parte integral de la experiencia del despertar no deja lugar a dudas sobre su importancia<sup>3</sup>. En otros pasajes la doctrina del karma se reivindica como propia del budismo, y en ocasiones el Buda instruye a los brahmanes sobre su profundidad y significado<sup>4</sup>.

La palabra sánscrita *karma*, ya incorporada a la lengua castellana, significa en general cualquier acti-

vidad mental o corporal, incluyendo las consecuencias de dicha actividad, así como la suma de todas esas consecuencias en la vida presente y el encadenamiento de causas y efectos en el orden moral. Por tanto, el karma expresa como ningún otro concepto la continuidad entre el orden físico y el orden espiritual. Y puede verse como una memoria infalible de los empeños de todos los seres conscientes; de ahí que su registro comprenda la mente: las intenciones y propósitos dejan su impronta kármica. A lo largo de la vida, mediante actos, palabras, sueños, deseos e intenciones, se construye ese artificio mental llamado «karma»; debido a él vivimos como vivimos y debido a él renacemos. El karma es lo que nos ata a la existencia. Según esta creencia, el individuo ha moldeado y, en cierto sentido, creado las limitaciones de su carácter. Sin embargo, a diferencia de algunas doctrinas deterministas de la época del Buda histórico, para los primeros budistas existía la posibilidad de transformar ese temperamento mediante la práctica de los preceptos: el llamado «noble sendero de ocho»<sup>5</sup>.

En general los budistas aspiran a generar y acumular karma positivo, ya sea para conseguir un buen renacimiento o para avanzar en el largo camino hacia el despertar. Un ejemplo significativo de acumulación de karma virtuoso lo encontramos en una de las colecciones más extensas y populares de la literatura

budista: las *jātaka*<sup>6</sup>. Se trata de un género de relatos fantásticos a través de los cuales el budismo incorporó numerosas leyendas, cuentos y fábulas de la India. El protagonista del relato suele identificarse con un nacimiento previo de Gautama Buda, bajo la forma de un hombre, un duende, un dios o un animal. En cada una de estas vidas, el buda en formación (llamado «*bodhisattva*») nace para perfeccionar una de las diez virtudes excelsas: generosidad, bondad, desprendimiento, discernimiento, firmeza, paciencia, veracidad, resolución, consideración y ecuanimidad. Estas diez virtudes, apunta el *Nidānakathā*, no se encuentran ni en el cielo ni en la tierra, ni en el oriente ni en el occidente, ni en el norte ni en el sur, sino que residen en el corazón del ser consciente<sup>7</sup>. En la vida surgen y en la vida habrán de desarrollarse, aunque una sola vida no es suficiente para perfeccionarlas todas. La auténtica transformación moral requiere tiempo, y el ser consciente deberá recorrer incontables vidas para llegar a la maduración definitiva. En esa carrera a través de sucesivos renacimientos, el *bodhisattva* no es una única persona sino muchas, una multitud, engarzadas todas ellas por las consecuencias de sus actos. Y es otro el que hereda el temple, la generosidad o la ecuanimidad del que le precedió. Se transmite un carácter, no un alma. Así se va recogiendo el mérito necesario que permitirá el logro del despertar.

Históricamente el budismo surge como una reacción contra el brahmanismo, pero su ruptura con esta tradición social y religiosa no fue un fenómeno aislado. En la época de Gautama Buda existieron otros grupos de buscadores que rechazaron el brahmanismo y, reunidos en torno a un maestro, se retiraron a los bosques para llevar una vida errabunda y mendicante. Estos grupos, entre los que se cuentan los jaina y los ājīvika, aparecen con frecuencia en las escrituras budistas y son denominados «śramaṇa» o «samaṇa». La literatura en pāli a menudo se refiere a Buda como el «samaṇa Gotama» y alude a los brāhmaṇa y a los samaṇa para distinguir a los ortodoxos, aquellos que siguen la tradición védica, de los heterodoxos, aquellos que han renunciado a ella. Todas estas corrientes aceptaban la doctrina del karma pero diferían en su posicionamiento acerca de cómo había que entender el libre albedrío en el marco de esta ley retributiva.

En general, las concepciones budistas del karma acentuaban los aspectos morales frente a los rituales. Hay en la época en la que surge el budismo cierto cansancio ritual. El budismo, como hará siglos después la Reforma, se opuso al poder social y religioso que ostentaban los sacerdotes brahmanes, basado fundamentalmente en el ritual, muy presente tanto en la vida cotidiana como en la cortesana. Las escrituras antiguas critican el oropel de los brahmanes, la vanidad del rito

y la crueldad de los sacrificios. Ello no impedirá que siglos más tarde, con la llegada del mahāyāna y del tantra, se retome esa querencia tan india por el ritual. Sea como fuere, entre los primeros budistas la idea del karma subrayaba la importancia de la intención: el acto involuntario no producía karma. El factor crucial de la efectividad kármica era el deseo, no el mero acto. Reconocer este hecho suponía el primer paso para liberarse de sus ataduras. Nos encontramos ya cerca de una concepción mental del karma.

### Ética anónima

Se ha sugerido que la doctrina del karma fue una invención budista, no porque no existiera antes del budismo (trazas de una doctrina similar, no elaborada todavía, pueden hallarse en las primeras upaniṣad), sino porque fueron los budistas los que la desarrollaron, explicando y matizando su funcionamiento y presentándola como condición indispensable de la transformación moral. La razón de este interés por el karma está relacionada, por un lado, con aspectos soteriológicos de la doctrina (una acentuada preocupación por los preceptos éticos y la forma de vida) y, por otro, con aspectos filosóficos, en concreto con la negación de la existencia del ātman, elemento fundamental del pensamiento brahmánico<sup>8</sup>.



Lo que diferencia al budismo de otros movimientos de su época, su marca distintiva, es precisamente su posicionamiento en contra de la existencia de un sustrato esencial en los seres conscientes, una entidad permanente que transmigrase de una vida a otra tras la descomposición del cuerpo físico. Ya se trate del *ātman* brahmánico o del *jīva* jainista, esta idea supone un obstáculo fundamental para el logro de los fines budistas. Lo podemos comprobar en un himno devocional donde se loan las virtudes del Buda, titulado *Varṇārḥavarṇa* y cuyo autor es Māt ce a, discípulo de Āryadeva:

Mientras la idea de un «yo» acompañe a la mente, la serie de los renacimientos no podrá detenerse. La creencia en un «yo» no puede desarraigarse del corazón si existe la idea del *ātman*. Y no hay en el mundo ningún maestro que enseñe la inexistencia del *ātman* excepto tú, Buda. Y al margen de tu doctrina, no hay otro camino hacia la liberación<sup>9</sup>.

La concepción errónea del yo, el apego a la idea de una sustancia inalterable y eterna, constituye el aliento del renacer. Desmontar la idea del *ātman* se convierte en requisito fundamental para la liberación. Este posicionamiento filosófico sirve también para profundizar, de un modo ciertamente original, en la doctrina del renacimiento respecto a otras corrientes

del pensamiento indio. ¿Quién habrá de heredar el karma y quién es aquel que vaga en el ciclo de las existencias? Las diversas respuestas a esta pregunta constituyen una parte importante de la filosofía budista, cuyo desarrollo trazaremos a continuación. Pero antes haremos una breve pausa para describir los diferentes ámbitos del renacer.

### Ámbitos de existencia

Para el budismo, la vida consciente en sus diversas formas consiste en deambular, sin rumbo ni propósito, en un torbellino guiado por el deseo ciego y la ignorancia. Según la mayoría de los libros canónicos y compendios doctrinales, hay cinco ámbitos de existencia de los seres conscientes, en los que éstos renacen de acuerdo con la calidad moral de sus acciones (karma)<sup>10</sup>. Se conocen como *gati*, término sánscrito que significa «modo de ir» o «forma de vida»; de ahí que se traduzca como «destino». Generalmente se enumeran cinco ámbitos del renacer: los animales, los seres de los abismos, los espíritus, los dioses y los seres humanos. Los tres primeros son destinos desgraciados, ya que en ellos es imposible contemplar a los budas o escuchar su doctrina. Los dos últimos, en cambio, son destinos en los que se puede lograr cierta dicha, pues permiten escuchar las enseñanzas del

Buda y experimentar estados pasajeros de alegría. Desde la perspectiva budista, los hombres tienen cierta ventaja respecto a los dioses. La vida dichosa en los paraísos dificulta el deseo de liberación, ya que apenas deja percibir la realidad del sufrimiento, consustancial a toda forma de existencia. Ese desconocimiento hace que los dioses no se sientan atraídos por la enseñanza ni busquen el despertar, tarea genuinamente humana.

La cosmología budista describe además toda una jerarquía de paraísos, que pueden agruparse en tres ámbitos generales: los seis reinos del mundo sensual (*kāma-loka*), donde todavía se experimentan placeres relativos a los sentidos; los reinos de la forma pura (*rūpa-loka*), donde se renace con un cuerpo material pero sutil y libre de pasiones, y, finalmente, los más elevados, los reinos carentes de forma (*arūpa-loka*), en los que la existencia es completamente inmaterial y a los que se dirige todo ser vivo que haya acumulado el karma requerido para cada ámbito anterior. La estancia en dichos reinos resulta placentera, y en los más elevados apenas existe el dolor físico o mental.

No todas las virtudes y buenas acciones tienen las mismas consecuencias. Renacer en los paraísos del mundo sensual es producto de la generosidad y la benevolencia, mientras que a los superiores se accede mediante el ejercicio de la meditación. La vida en los paraísos es larga y dichosa, pero llega un momento

en que el buen karma se agota y hay que abandonarlos. La fugacidad de las cosas, un tema recurrente en el budismo, alcanza también a estos ámbitos. Surge entonces el dolor y se constata que sólo por medio del despertar puede uno escapar a su persistente presencia.

Los paraísos sirven de modelo a otros lugares dichosos, mundos donde la acción transformadora y purificadora de los budas ha logrado erradicar los destinos nefastos. Se trata de universos conocidos como «campos de budas». Así, cualquiera puede aspirar a renacer en uno de esos mundos purificados si no se ve con fuerzas para lograr el despertar. Un célebre escolástico theravāda del siglo v, Buddhaghosa, escribe en su monumental *Vía de la purificación*, uno de los libros más influyentes de la literatura antigua, que él no espera alcanzar el nirvana en su vida presente y que, dado que la enseñanza decae conforme uno se aleja del tiempo histórico del Buda, confía en renacer cuando pueda recibir la enseñanza del futuro buda, Maitreya; entretanto, espera hacerlo en uno de los paraísos mencionados.

La iconografía budista describe los ámbitos del renacer en la Rueda de la Vida. Según la leyenda, el propio Siddhārtha la dibujó a sus discípulos cuando éstos le pidieron un método sencillo para transmitir las enseñanzas. La rueda está coronada por un monstruo de terrible aspecto que representa el tiempo

que todo lo consume y que generalmente se asocia con la muerte. La bestia sostiene entre sus garras y fauces la esfera que alberga a todas las criaturas, la cual se divide en cinco sectores que representan los diferentes destinos. En el perímetro se encuentran los doce eslabones del llamado «origen condicionado», mientras que en el centro figuran las tres turbaciones que inflaman todo el proceso: la codicia (el gallo), la aversión (la serpiente) y la necesidad (el cerdo).

### ¿Quién renace?

Retomemos ahora la cuestión de quién es el sujeto del renacer, heredero de un karma precedente. Una de las primeras formas de negar la sustancialidad del ātman fue descomponiendo al individuo en sus constituyentes. Para los filósofos del abhidharma, lo que los brahmanes llamaban ātman no era sino un agregado de cinco componentes: materia, sensación, percepción, predisposición y estados cognitivos. Todos estos elementos son efímeros y se encuentran en un estado de cambio constante. Cada uno existe por sí mismo, aunque fugazmente, y su combinación forma lo que llamamos «persona». El individuo se considera irreal, mientras que lo real son sus efímeros constituyentes. La importancia de esta distinción con-