

Towards a True Kinship of Faiths

Dalai Lama

LA COMPASIÓN: DONDE SE UNEN TODAS LAS RELIGIONES DEL MUNDO
Capítulo 7 del libro Towards a True Kinship of Faiths del Dalai Lama
Traducción por Amaia Zabala

Una de las mayores alegrías que he llegado a apreciar en mi viaje por los caminos espirituales de otras religiones es el maravilloso privilegio de abrir mi corazón y escuchar la voz de otras tradiciones hablando de manera clara y directa. Este lugar compartido, arraigado en el corazón, está unido al hecho de que estas grandes religiones exhorten a sus practicantes, como mensaje central para vivir una vida ética, a abrir sus corazones y dejar que florezca la compasión. Juntos y en amistad, los devotos de las grandes tradiciones religiosas transitan por el mismo camino en lo que se refiere a vivir una vida correcta y a fomentar la ética de la compasión.

¿Quién no se conmovió con citas de las sagradas escrituras del mundo como las siguientes?

Bienaventurados los que tienen hambre y sed de justicia,
porque ellos serán saciados.

Bienaventurados los misericordiosos, porque ellos alcanzarán misericordia. Bienaventurados los limpios de corazón, porque ellos verán a Dios. Bienaventurados los que trabajan por la paz,
porque ellos serán llamados hijos de Dios.

(Mateo 5, 6-9, de las Bienaventuranzas)

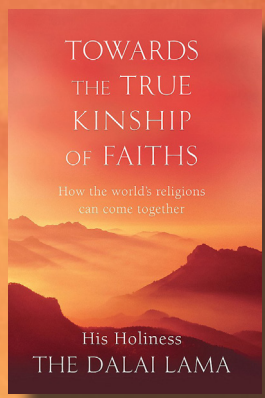
Todas las criaturas son hijos de Dios, y los más queridos de Dios son aquellos que tratan a sus hijos con bondad.

(Profeta Mahoma, Hadith)

Entrenamiento en el
Cultivo de la Compasión (CCT)



Compassion
Institute™



Seres sensibles atrapados en el envejecimiento y la enfermedad

Y atormentados por cientos de dolores,

Viéndoles asaltados por los terrores del nacimiento, la enfermedad y la tristeza, Él dirige su conducta hacia su bienestar.

Seres sensibles aplastados por las ruedas del sufrimiento

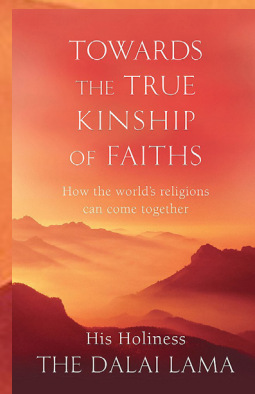
En el círculo de nacimiento y muerte,

Viendo esto, él busca el rayo de la sabiduría Que reduce a polvo estas ruedas de aflicciones. (Gandavya Mahayana Sutra)

A pesar de haber escuchado a menudo los preciosos versos de las Bienaventuranzas en los servicios interreligiosos, cuando me pidieron que realizara un comentario sobre ellos en el John Main Seminar en Londres, me vi, por primera vez, inmerso en su maravillosa espiritualidad. Todos nosotros deseáramos alcanzar la felicidad siendo bendecidos de este modo, siendo queridos por nuestra bondad y dirigiendo nuestra conducta hacia el bien de los demás, incluso reduciendo a polvo la rueda del sufrimiento. Y es una de las glorias de las grandes religiones que su mensaje supremo sea una llamada al despertar de la compasión, mediante la cual se pueden obtener tales logros espirituales. Las grandes religiones tienen el poder de elevar nuestros corazones y elevar nuestras mentes a una sublime expansión de alegría y comprensión por medio de sus enseñanzas compartidas sobre la compasión.

Es mi convicción fundamental que la compasión- la capacidad natural del corazón humano de sentir preocupación y conexión con otro ser- constituye un aspecto básico de nuestra naturaleza compartida por todos los seres humanos, además de ser el fundamento de nuestra felicidad. A este respecto, no existe un ápice de diferencia entre un creyente y un no-creyente, ni entre personas de una u otra raza. Todas las enseñanzas sobre ética, tanto religiosas como no-religiosas, aspiran a nutrir esta cualidad preciosa e innata, a desarrollarla y perfeccionarla.

Se pueden identificar tres concepciones distintas principales dentro de este proceso. Una es la concepción teísta en la que el concepto de Dios sustenta las enseñanzas de ética que fomentan la emulación por parte de la persona de la propia compasión de Dios. La segunda es la concepción religiosa no-teísta, como la del budismo, que invoca como base para la ética, la ley de causalidad y la igualdad fundamental



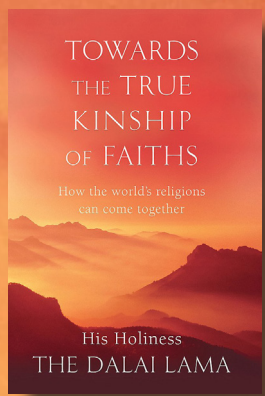
de todos los seres en cuanto a su aspiración básica a la felicidad. La tercera pertenece a una concepción secular o no religiosa, en la que no se evocan conceptos religiosos sino, más bien, el reconocimiento de que la primacía de la compasión puede basarse en el sentido común, la experiencia común compartida y los resultados científicos que muestran nuestra profunda dependencia de la bondad de los demás.

Aunque las religiones del mundo puedan diferir fundamentalmente unas de otras en sus concepciones metafísicas, en lo que respecta a sus enseñanzas sobre la verdadera práctica de la ética, existe una gran convergencia. Todas las tradiciones de fe ponen el énfasis en una manera virtuosa de ser, en la purificación de la mente de los pensamientos e impulsos negativos, en la ejecución de buenas obras y en vivir una vida con sentido. Todas contienen códigos morales esenciales diseñados para ayudar a la persona a evitar las acciones nocivas y abrazar las virtuosas. Por ejemplo, todas las tradiciones cuentan con un conjunto de preceptos morales para vivir una vida que se abstenga de las acciones dañinas al tiempo que exhortan al cultivo de las virtudes, de manera especial el amor, la compasión, el perdón, la tolerancia, el contentamiento, la generosidad y el servicio a los demás. Todas abogan por una interacción con los demás que esté basada en una consideración compasiva del otro. Con respecto a la persona devota religiosa, todas promueven una vida de simplicidad y modestia en los deseos personales, así como la autodisciplina y un alto nivel de integridad moral. Junto con estas recomendaciones, una visión religiosa se centra en el profundo reconocimiento de las limitaciones de una concepción de la vida puramente materialista y centrada en uno mismo. En otras palabras, en el corazón de todas las religiones del mundo hay una visión de la vida humana que trasciende las fronteras de la existencia física de una persona como encarnación de un ser finito y temporal. Una vida con sentido, en todas las tradiciones religiosas, es aquella que se vive con la conciencia de una dimensión supra-mundana.

La Ética Religiosa Básica

Todas las religiones del mundo enseñan, a nivel de motivación- lo que significa a nivel del estado mental de la persona- el cultivo del amor bondadoso y la compasión, en tanto que a nivel de la actuación cotidiana, enseñan la ética de la abstención de las acciones perjudiciales. Así pues, tanto en el contexto del corazón de una persona como en el de sus actuaciones en el mundo y en relación a nuestros compañeros los seres, la enseñanza fundamental, en esencia, es realmente la compasión.

A mi modo de ver, hay tres estadios ampliamente identificables en las enseñanzas éticas sobre la compasión en las grandes religiones: (1) la ética de la abstención, que constituye el nivel básico e implica abstenerse de acciones perjudiciales para uno mismo y los demás; (2) la ética de la compasión, que desarrolla las semillas de la empatía respecto al otro hasta una generación activa de amor y compasión



hacia todos los seres; (3) el logro del puro altruismo, que es un servicio desinteresado al margen de cualquier devolución o beneficio.

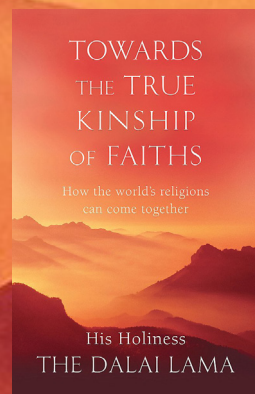
Las grandes religiones del mundo muestran una sorprendente convergencia respecto a la ética de la abstención o restricción. Esto señala los fundamentos de una estructura básica de moralidad que evita que una persona actúe según sus impulsos negativos inmediatos, como la aversión y la avaricia. Por ejemplo, en el judaísmo, los Diez Mandamientos incluyen las prohibiciones respecto a: el asesinato, el adulterio, el robo, el falso testimonio, la codicia- todo lo cual pertenece a la ética de la abstención.

El cristianismo, además de asumir los Diez Mandamientos, habla de los “siete pecados capitales”, que son la lujuria, la gula, la avaricia, la pereza, la ira, la envidia y la soberbia.

De manera similar, además de los Diez Mandamientos, el islam habla de los setenta pecados mayores, tales como cometer asesinato, adulterio y demás. En el hinduismo, el jainismo y el budismo, existe el concepto del karma negativo que mancha el alma o mente de la persona, exponiéndola a acciones equivocadas que conducen a un continuo renacimiento dentro del círculo de la existencia cíclica.

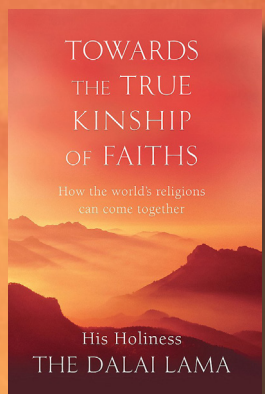
En mi propia tradición del budismo, al nivel de la ética básica, hablamos de abstenernos de las “diez acciones no virtuosas”: las tres acciones corporales (matar, robar y una conducta sexual incorrecta), las cuatro acciones verbales (mentir, sembrar discordia, emplear palabras duras y cotillear sin sentido) y las tres acciones mentales (codicia, malevolencia y mantener conceptos erróneos). En su conjunto, se entiende que estas diez acciones constituyen la familia de las acciones nocivas físicas, verbales y mentales que, a su vez, manifiestan las expresiones de “los tres venenos de la mente”- avaricia, aversión y engaño.

Si se observa detenidamente, no sorprende descubrir que por debajo de las enseñanzas morales de las religiones del mundo, principalmente al pertenecer a la ética de la abstención, subyace un principio ético importante, al que a menudo se hace referencia como la Regla de Oro. En esencia, la idea es que el comportamiento de una persona con los demás debería regirse por el modo en que desea que los demás se comporten con ella. En concreto, una persona debería abstenerse de realizar aquellas acciones que desea que los otros no cometan contra ella. La consideración clave aquí es la lógica de la reciprocidad. La primera vez que lo vi claramente fue en un encuentro interreligioso en Nueva York hace algunos años. En el prospecto del programa, los organizadores incluyeron una lista de las distintas maneras en las que ha sido formulado este principio ético fundamental en las distintas tradiciones religiosas. Por ejemplo:



- Hinduismo: “Este es el resumen de la tarea; no hagas sobre los otros cuanto no recibirías de ellos sobre ti” (Mahabharata 5:1517)
- Judaísmo: “Lo que sea odioso para ti, no lo hagas a tus congéneres. Esta es la totalidad de la Ley; todo lo demás es un comentario” (Hillel, en el Talmud para el Sabbath 31a)
- Zoroastrismo: “La única naturaleza buena es aquella que se abstiene de hacer a otro cualquier cosa que no es buena para sí misma” (Dadisten-I- Dinik 94:5)
- Budismo: “Dado que los demás también se preocupan por sí mismos, quienes se preocupan por sí mismos no debieran dañar a los demás” (Udanavarga 5:20)
- Jainismo: “Una persona debe ocuparse de tratar a todas las criaturas como a ella misma le gustaría ser tratada” (Sutrakrinaga 1.11:33)
- Daoismo: “Considera la ganancia de tu vecino como tu ganancia, y la pérdida de tu vecino como tu propia pérdida” (Tai-shang Kan-ying P ien)
- Confucionismo: “No hagas a los demás lo que no quieras para ti mismo. Entonces no habrá resentimiento contra ti, ni en la familia ni en el estado” (Analectas 12:2)
- Cristianismo: “Así pues, haz para los otros en todo lo que quisieras que hicieran para ti, pues esto resume la Ley y a los Profetas” (Mateo, 7:12)
- Islam: “Ninguno de vosotros es un creyente hasta que desea para su hermano cuanto desea para sí mismo” (Hadith de al-Nawawi 13)

La idea fundamental que subyace a la ética de la abstención en todas las religiones del mundo es evitar causar daño a los demás. En ese sentido, incluso a este nivel básico, el valor fundamental sobre el que se asientan los preceptos morales de las tradiciones religiosas es en realidad la compasión, en tanto que consideración consciente de los demás. Si se observan las diferentes listas de “pecados”- con lo que me refiero a las acciones que una persona no debería realizar, como matar, robar, cometer adulterio, mentir y demás- todas ellas conllevan diversos grados y tipos de daño contra los demás. Evidentemente, las maneras en las que estos preceptos se asientan o justifican difieren en las distintas tradiciones religiosas. Una tradición teísta puede fundamentar la validez de estas enseñanzas en la ley divina, en tanto que una religión no teísta puede sustentarla sobre la base de la ley de causalidad o sobre un concepto



de la bondad básica de nuestra naturaleza esencial. Pero el hecho sigue siendo que, cuando se trata del verdadero contenido de nuestros preceptos morales, y lo que es más importante, del ideal compasivo para cuya obtención están diseñados- hay muy poca diferencia entre las tradiciones. Desde una perspectiva socio-histórica, es asombroso que tantas religiones diferentes- que han evolucionado en lugares tan diferentes, entre culturas diferentes y en diferentes contextos y han desarrollado unas teologías y conceptos tan sorprendentemente diferentes- hayan convergido en lo que respecta a la prescripción del modo de vivir una vida buena y ética.

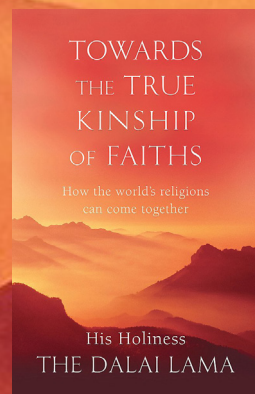
La Ética de la Compasión

Lo que encontramos en las enseñanzas de las religiones del mundo es una visión de la ética que va más allá desde la limitada reciprocidad de la Regla de Oro hasta una exhortación a la compasión universal. A este nivel, más allá de sustentar la ética personal en un marco auto-referenciado- esto es, "Yo no hago a los demás lo que no quiero que ellos me hagan a mí"- las religiones del mundo sitúan esta ética en un marco más amplio que se extiende más allá de las fronteras de la referencia a uno mismo. En la Regla de Oro hay una semilla de compasión porque la consideración hacia el otro es esencial, pero en la ética de la compasión, la persona debe moverse más allá hasta un plano de verdadero desinterés personal, lo que considero que es una cuestión de promover las cualidades del buen corazón. Normalmente pienso en mi madre como en mi primera maestra de compasión. Ella era sencilla, poco cultivada, simplemente una campesina, pero muy bondadosa de corazón- y su bondad era incondicional. Es el amor con el que me nutrió el que se encuentra en el centro de la compasión que encuentro en mi interior y siento por los demás. Este nivel de afecto básico es natural en los seres humanos, incluso atribuible a nuestra biología, y esta es la cualidad sobre la que se basan las religiones y la expanden.

Que una visión de compasión no egoísta se encuentra en el corazón de las enseñanzas sobre ética de las mayores religiones del mundo se confirma mediante una mirada superficial a sus escrituras. Por ejemplo, un amigo llamó mi atención sobre la siguiente historia del judaísmo en el Mishnaic, Pirke Avot:

Rabbi Yohanan ben Zakkai dijo, "Mira hacia adelante y considera cuál es el camino correcto que una persona debería seguir." Rabbi Eliezar dijo, "Un buen ojo"; Rabbi Joshua dijo, "Un buen amigo"; Rabbi Jose said, "Un buen vecino"; Rabbi Simeon dijo, "Uno que prevé el fruto de una acción"; Rabbi Elazar dijo, "Un buen corazón." Entonces él les dijo, "Apruebo las palabras de Elazar en lugar de vuestras palabras, porque en sus palabras están incluidas las vuestras." (2:13)

Aquí, lo que encontramos es la enseñanza de que las cualidades como el ojo de la visión profunda, la



amistad, la buena vecindad, y la previsión de los efectos de la acción personal se encuentran todas ellas incluidas en la cualidad del buen corazón que está lleno de compasión. Esta expresión, el “buen corazón”, resume para mí todo lo mejor de la naturaleza humana.

En las antiguas tradiciones chinas existe un dicho célebre citado en el texto clásico del confucianismo, Las Analectas: “Confucio dijo, “Shen, hay un hilo que atraviesa todas mis doctrinas.” Tseng Tsu dijo, “Sí”. Cuando Confucio se fue, los discípulos le preguntaron, “¿Qué quería decir?” Tseng Tsu respondió, “El camino de nuestro maestro no es otro que la conciencia y el altruismo”” (4:15)

De manera similar, en el Daoismo, el Daodejing señala: Debido a la compasión, puedo ser valiente

Debido a la moderación, puedo ser generoso...

Cuando el cielo quiere establecer a alguien,

Le rodea con la compasión (Cap.67)

En el cristianismo, hay un dicho muy conocido de Jesús, basado en la biblia hebrea: “Ama al Señor tu Dios con todo tu corazón y con toda tu alma y con toda tu mente.” Este es el primero y el mayor mandamiento. Y el segundo es igual: “Ama a tu prójimo como a ti mismo.” Toda la Ley y los Profetas se sostienen sobre estos dos mandamientos (Mat. 22:37-40) A mi parecer, la belleza de esta enseñanza radica en la simplicidad con la que Jesús resume la esencia de la lógica de una ética espiritual. En una tradición teísta, lo esencial de la práctica espiritual es amar e imitar al Creador. Ese amor de Dios queda ejemplificado en el Segundo Mandamiento “Ama a tu prójimo como a ti mismo.” A menudo pienso que en la exhortación judeo-cristiana de “Amar a tu prójimo” Jesús efectivamente sugiere que la verdadera prueba del amor de una persona por Dios es cuánto ama a sus congéneres los seres humanos.

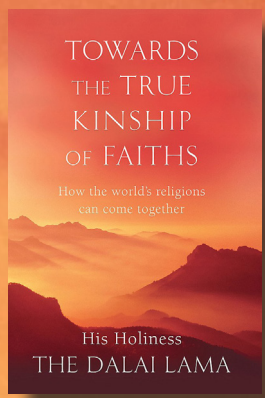
En el budismo, en el Sutra del Amor Bondadoso, el Buda dice: Igual que una madre arriesgaría su vida

para proteger a su hijo, su único hijo,

del mismo modo debe uno cultivar un corazón ilimitado

hacia todos los seres.

Con buenos deseos para la totalidad del cosmos, cultiva un corazón ilimitado:



hacia arriba, hacia abajo y en todas direcciones, libre, sin rivalidad ni odio.

Tanto de pie, como caminando,

Sentado o tumbado,

Siempre que uno se mantenga alerta,

debería entregarse a esta atención plena. (Metta Sutta, del Sutta Nipata 1:8)

Aquí, el lazo de afecto más natural entre los seres humanos, el amor incondicional de una madre por su hijo, se toma como modelo del grado de compasión con el que se insta al practicante a considerar a todos los seres.

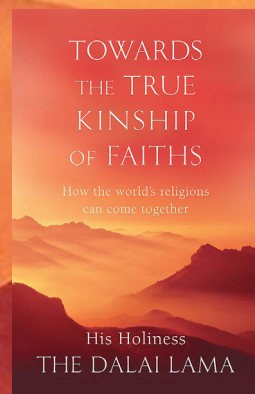
En el hinduismo, encontramos lo siguiente en la gran épica, el Ramayana, que tan querida es para los corazones del pueblo indio:

Un ser superior no devuelve mal por mal; esta es una máxima que uno debería observar; el ornamento de una persona virtuosa es su conducta. Uno no debe nunca dañar al malvado, o al bueno, ni siquiera a los criminales que merecen la muerte. Un alma noble siempre ejercerá la compasión, incluso hacia aquellos que disfrutaban haciendo daño a los demás. (Yuddha Kanda: 115)

En el Corán, se lee: "Te alimentamos solo por el amor de Dios, no buscamos de ti ni la recompensa ni el agradecimiento" (Corán 76:8-9). Además, he escuchado el siguiente dicho atribuido al Profeta en las colecciones denominadas el Hadith: "Un hombre le preguntó en cierta ocasión al Profeta qué era lo mejor del Islam, y éste le contestó, "Es alimentar a los hambrientos y dar un saludo de paz tanto a aquellos que uno conoce como a los que no"" (Hadith de Bhukari).

En el Sijismo, en el Adi Granth, está escrito: "Aquel que sirve y no busca recompensa encuentra la unión con el Señor. Solo un siervo así recibe la guía del maestro, dice Nanak, y sobre él su divina gracia" (Sukhmani Sahib 18:M.5)

En el Jainismo, en el Tattvartha Sutra, se lee: "Aquel que observa los votos debe cultivar la amistad hacia todos los seres vivientes, gozo en la distinción y honor a los demás, compasión por los afligidos, criaturas inferiores, y ecuanimidad hacia los vanagloriosos" (7.6)



Lo que resulta particularmente conmovedor de esta última cita escritural, y también del Hadith del profeta Mahoma, es el énfasis explícito en la universalidad del objeto de la compasión de una persona. De hecho, que uno debe abarcar a todos los seres en los brazos de su preocupación compasiva no es solo algo explícito sino también esencial en todas las tradiciones. Tanto si uno piensa en los demás como en las criaturas de Dios o como en “madres seres errantes”- esto es, la visión budista de que en los ilimitados ciclos de renacimientos todos los seres han sido en algún momento nuestra madre- lo importante es el vínculo directo de corazón a corazón con la totalidad del mundo sensible.

En esta variedad de enseñanzas de las diferentes tradiciones, ejemplificadas en las citas anteriores, el precepto religioso hacia la compasión revela ser más que la Regla de Oro, esa ética de reciprocidad definida por tratar a los demás como tú mismo quieres ser tratado. En las tradiciones de fe, el tratamiento a los demás como tú desearías ser tratado es solo un primer paso que, en última instancia, te traslada a un punto en el que tu consideración sobre cómo eres tratado ya no reviste ninguna importancia, sino que se convierte simplemente en un medio para la acción compasiva. El modo en que, a su nivel más elevado, un ser tan desinteresado puede convertirse en el recipiente de la efusión de la compasión queda bellamente ejemplificado en los versos de Nagarjuna, el maestro del siglo II profundamente reverenciado en mi tradición tibetana:

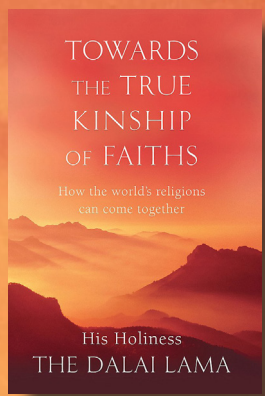
Como la tierra, el agua y el viento,

Y como la medicina y los árboles del bosque,

Ofrécete a ti mismo a los demás, siquiera por un instante,

Para ser utilizado por ellos como lo deseen. (Precious Garland 3:58)

El modelo de ofrecer la otra mejilla, o de tener una compasión primordial hacia todos los seres, como sea que te traten, apunta a la eliminación del egocentrismo y al cultivo de cualidades que- en una tradición teísta- acercan al practicante cada vez más al Creador, convirtiéndole a él o ella cada vez en más similares a Dios, de tal manera que la vida pueda vivirse a imagen de Dios. En una tradición no teísta como el budismo, la compasión acerca cada vez más al practicante a la libertad frente al aferramiento a los estrechos márgenes de una forma de ser auto-centrada y abre un espacio para la interconexión con todos los seres.



Ama a tus enemigos

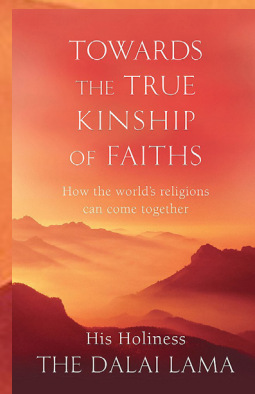
La belleza de la ética centrada en la compasión dentro de las mayores religiones del mundo estriba en que constituye un camino de autodesarrollo espiritual alejado de la auto-centralidad, que a su vez hace constantemente más profundo el enraizamiento de la persona en un modo de vida compasivo. Este proceso se puede encontrar en todas las enseñanzas- quizá en algunos casos de un modo más explícito que en otros. Frente a un acto dañino efectuado contra una persona, por ejemplo, está el estadio inicial en el que dicha persona no responde del mismo modo. Esta es la ética de la restricción. Existe otro estadio, en el que la persona perdona completamente la acción cometida en su contra. Y más allá del nivel del perdón, existe la posibilidad de una generación activa de compasión o amor hacia el perpetrador.

Este principio queda hermosamente recogido en otro conocido dicho de Jesús:

Habéis oído que se dice, “Ojo por ojo y diente por diente”. Pero yo os digo, no os resistáis ante una persona malvada. Si alguien te golpea en tu mejilla derecha, ofrécele también la otra. Y si alguien desea denunciarte y llevarse tu túnica, déjale que tome también tu abrigo. Si alguien te obliga a andar una milla, camina dos con él. Dale a quien te pida, y no te alejes de quien quiera tomar algo prestado de ti. Has oído que se ha dicho, “Ama a tu vecino y odia a tu enemigo” Pero yo te digo: Ama a tus enemigos y reza por quienes te persiguen.

(Mateo. 5:38-44)

Cuando pienso en este pasaje de los Evangelios, me hace recordar un encuentro que tuve en una ocasión con un compañero mío, Löpon-la, que era monje en el monasterio de Namgyal, en el complejo del palacio del Potala. Había pasado dieciocho años en una prisión china tras la caída de Tíbet en 1959, pero consiguió venir a India en 1980. Como nos habíamos conocido en Tíbet, de vez en cuando tomábamos té y charlábamos tras su llegada a India. Durante una de esas conversaciones, de un modo un tanto casual, Löpon-la comentó que había habido dos o tres ocasiones en las que se había sentido realmente en peligro. Yo pensé que naturalmente se refería a temer por su vida y le pregunté, “¿Qué tipo de peligro?” Él me contestó, “El peligro de perder mi compasión hacia los chinos.” Cuando escuché su respuesta, simplemente me incliné. No es sorprendente que algunas personas entre los tibetanos hayan recurrido a la rabia hacia los comunistas chinos que les han privado de su país, su libertad, su modo de vida, y su práctica espiritual tradicional. Yo mismo he visto elevarse mi pasión en respuesta al escuchar algunas historias terribles de abuso y tragedia de numerosos tibetanos que huyeron a través de los Himalayas. Pero el camino del perfeccionamiento espiritual insiste en que responder de este modo solo perpetúa



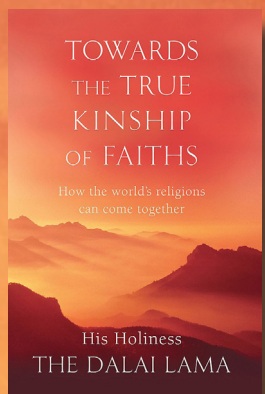
el ciclo de sufrimiento, como lo enunciaría el budismo. La historia de Löpon- la, que me encanta compartir, es un testimonio extraordinario de que es posible vivir con una ética basada en la compasión al más alto nivel, incluso en las circunstancias más adversas.

Hay pocas cosas tan difíciles como la que propugnan Jesús o Buda: ofrecer la otra mejilla para poder ser golpeado una segunda vez, dar el abrigo además de la túnica, recorrer la segunda milla, amar al enemigo, ver al enemigo como a tu maestro espiritual- bendecir a quienes te maldicen, hacer el bien a quienes te odian y rezar por quienes te maltratan y persiguen. Se podría decir que todo el camino espiritual- todos sus ejercicios, abstinencias, purificaciones- en todas las tradiciones religiosas, ha sido creado para que, al vernos puestos a prueba por el daño infligido contra nosotros, los practicantes podamos responder espontáneamente con compasión. Al mismo tiempo, la práctica del amor bondadoso hacia el enemigo es la prueba última del logro espiritual de una persona. En su Compendium del Entrenamiento, el gran maestro del siglo VIII Shantideva pregunta, "Si no practicas la compasión hacia tu enemigo, ¿hacia quién puedes practicarla?" La esencia de la enseñanza de que una persona debe amar a su enemigo es esta: si puedes sentir compasión por tu enemigo, entonces no hay límite para lo lejos y lo extensamente que puedes expandir tu compasión.

Una reflexión que surge del acuerdo de todas las mayores religiones respecto a la centralidad de la compasión es que nos recuerda una de las cualidades más esenciales de la naturaleza humana. Dado que todos hemos sido nutridos en un vientre, dado que todos hemos nacido de una madre, el afecto está en nuestra naturaleza básica. Desde la amorosa caricia de una madre hasta la íntima conexión con su pecho al mamar, no solo hemos llegado a ser a través del amor sino que toda nuestra vida temprana está nutrida y alentada por el amor. Hoy, sabemos por la ciencia que el simple contacto físico de la madre desempeña un papel fundamental en el desarrollo del cerebro del bebé durante las primeras semanas de vida. Es en este afecto en el que se enraíza la preciosidad de la vida; es a partir de esta semilla de afecto que puede crecer el gran árbol de la compasión.

Para mí, lo que hace que nuestra especie humana sea única no es solo que seamos capaces de imaginar un altruismo infinito sino que realmente podamos experimentarlo; no solo podemos hacerlo realidad en nuestro interior sino que podemos cantar sus alabanzas para inspirar a otros a que hagan lo mismo. Por ejemplo, Shantideva escribe:

Este es el elixir de la vida eterna Que vence al señor de la muerte; Este es el tesoro inagotable Que elimina la pobreza del mundo.



Esta es la medicina suprema

Que cura la enfermedad de los seres;

Este es el árbol frondoso

Bajo el que pueden descansar los agotados caminantes.

Este es el puente para rescatar

A los seres sensibles de los reinos inferiores; Esta es la luna creciente de la mente

Que alivia del abrasador fuego aflictivo.

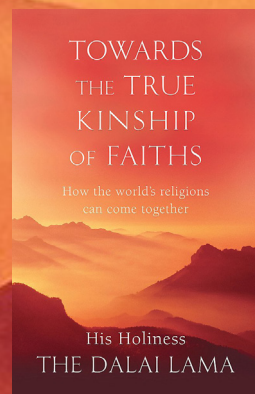
Este es el gran sol que disipa

La oscuridad de la ignorancia del mundo; Esta es la mantequilla fresca extraída

Al batir la leche del sublime Dharma.

(Bodhicaryavatara 3:28-31)

Lo hermoso de la compasión es que cuando surge espontáneamente en ti, abre una puerta interior a esa experiencia infantil de amor, que es parte de tu realidad fundamental. Desde una perspectiva secular, dada nuestra naturaleza biológica como animales sociales, la crianza es una parte integral del mecanismo de supervivencia humano. Aquí, también, sin el amor de nuestras madres y sin la capacidad instintiva de la criatura para buscar y apreciar el afecto de la madre, no tenemos ninguna posibilidad de supervivencia. A menudo cito la evidencia de la ciencia médica que muestra cómo el simple contacto físico con la madre, o con otra persona cuidadora, es el factor más determinante para agrandar el tamaño físico de nuestro cerebro durante las primeras semanas desde nuestro nacimiento. Esto demuestra el papel crucial que desempeña para la supervivencia y el bienestar de una persona el amor y compasión de otras personas. Así pues, sentir compasión hacia otro es, por tanto, regresar a nuestra naturaleza más profunda. Cuando se abre la puerta interior, no supone ningún esfuerzo acercarnos y conectar con los demás. Esta es la razón por la cual el mayor antídoto contra la inseguridad y la sensación de miedo es la compasión- nos devuelve a la base de nuestra fortaleza interior. Una persona verdaderamente compasiva encarna un espíritu libre de todo temor proveniente de la libertad frente a la egocéntrica



preocupación por uno mismo. La cualidad de la compasión es innata, la herencia de todo ser humano; tanto si una persona es creyente como si no lo es, no existe ninguna diferencia a este nivel. Lo que las enseñanzas de las religiones del mundo buscan hacer es ayudarnos a reconocer esta herencia y dotarnos de unos medios sistemáticos para fomentarla, aumentarla y desarrollarla hasta la perfección.

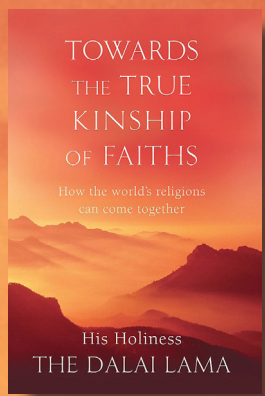
La Sabiduría de la Compasión

Un elemento muy importante de las enseñanzas religiosas del mundo sobre la compasión es la dimensión de la base metafísica. Todas las religiones teístas enfatizan repetidamente el amor de Dios y la naturaleza compasiva de Su ser. Actuar desde la compasión, por lo tanto, es entendido como una manera de emular e incluso de imitar a Dios. Esta es la razón de que sea la forma perfecta de actuación. En el budismo, la dimensión metafísica conlleva el reconocimiento de la naturaleza profundamente entrelazada de uno mismo con los demás, así como la comprensión de que, al nivel más básico, todos compartimos la profunda aspiración hacia la felicidad y el deseo de superar el sufrimiento. En este contexto, la supuesta independencia de uno mismo y de los demás se convierte mayormente en un falso constructo mental.

La gran ventaja de esta dimensión metafísica- que en lenguaje budista puede denominarse el “aspecto de la sabiduría”-es que sostiene todas nuestras acciones éticas sobre un fundamento que es mayor que la persona individual. La perspectiva es ahora universal más que centrada en uno mismo o recíproca. En un contexto religioso teísta, esto implicaría la profunda comprensión de que todo lo que ocurre en el mundo, incluido el sufrimiento perpetrado por otros sobre una persona, existe con la dispensa del amor de Dios y que Dios es amor infinito. Esto es lo que fundamenta la ética de ofrecer la otra mejilla y amar al enemigo.

El inmenso poder de la perspectiva religiosa es que el creyente puede dejar a un lado sus propios impulsos inmediatos de ira o venganza y- al servicio de ese amor más grande a Dios que es el primer mandamiento- volver su mente hacia una aceptación compasiva de aquellos que han tratado mal a otros.

En el budismo, donde no hay Dios creador, esta práctica implica una serie de reflexiones. A un nivel básico, la consideración de la ley del karma nos recuerda que los frutos de cualquier acción madurarán. A un nivel más profundo, una persona reflexiona sobre la igualdad fundamental entre ella misma y los demás en lo que se refiere a la aspiración básica de la felicidad y la evitación del sufrimiento; este sentido de igualdad, junto con un profundo reconocimiento de nuestra naturaleza sensible compartida, hace que inevitablemente surja el flujo de la compasión. Dentro de estas prácticas, una persona puede



traer a su mente la idea de la naturaleza absolutamente transitoria de todas las cosas, las enseñanzas de la ausencia de un yo inherente, y la verdad profundamente interdependiente de todo. Por ejemplo, cuando alguien me trata de un modo injusto, en lugar de reaccionar con enfado, debo preguntar "¿De qué sufrimiento proviene esta acción? ¿Qué tipo de estados mentales afligidos se han adueñado de la mente del perpetrador? ¿Qué hábitos y condiciones le impulsan a actuar de este modo?" El resultado de situar lo ocurrido- el daño que se me ha hecho- dentro del espacio creado por este tipo de reflexiones me lleva a reconocer que la respuesta apropiada no es la venganza sino la compasión. Además, dentro del budismo existe la noción de que solo hay una tarea para los seres completamente iluminados- esta es, trabajar infatigable y desinteresadamente para el bien de los demás. Esta es su única aspiración, su único objetivo; y como budista, si uno desea complacer a los budas, esta es la única obra que la persona debe realizar. En palabras de Shantideva,

Solo este es el deseo de los Tathagatas;

Solo esta es la realización de mi meta;

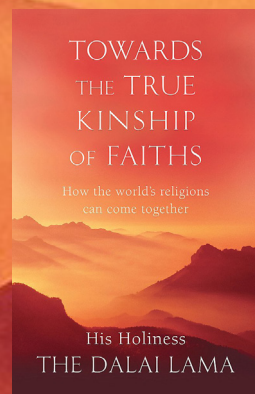
Solo esto aniquila los sufrimientos del mundo; Así que sea este mi único voto.

(Bodhicaryavatara 6:126-27)

La Acción Altruista

La más alta forma de compasión, como práctica para la vida diaria, es el servicio desinteresado a los demás- en otras palabras, la pura acción altruista. Una vez más, esta cualidad está enfatizada en todas las tradiciones. Tanto si se presenta como una instrucción directa, bajo la forma de una historia o en un diálogo, las escrituras de las religiones del mundo exhortan a sus seguidores a aspirar a este ideal. En una de las Jataka más conocidas (historias canónicas de las vidas anteriores de Buda) de la tradición sánscrita, la narración describe a un hombre joven que se encuentra en un bosque a una tigresa a punto de morir de hambre, tan debilitada por el hambre que ya no puede cazar y tan solo puede sobrevivir comiéndose a sus propios cachorros. Con una compasión espontánea, él se ofrece como comida para ella; y como la tigresa está demasiado débil para atacarle, se trocea a sí mismo para que ella pueda comer.

En los Evangelios, Jesús narra la parábola del Buen Samaritano, que encuentra a un hombre medio muerto al borde del camino, atracado e ignorado por los caminantes. El samaritano, movido por la compasión, venda sus heridas, le monta sobre su burro y le lleva a una posada. Le deja en la posada, dándole



al posadero dinero para que cuide de él.

En el Talmud, está escrito, “Seguirás al Señor, tu Dios”, pero ¿cómo puede una persona seguir a su Dios si es un fuego devorador? Significa seguir sus atributos: vestir al desnudo, visitar al enfermo, consolar al afligido y enterrar al muerto” (Talmud, Sota 14a). De manera similar, en el Pancastikaya-sara del monje jainista Kundakunda, leemos “La caridad- sentirse conmovido al ver al sediento, al hambriento y al afligido, y ofrecerle alivio debido al pesar- es la fuente de la virtud” (137).

En el Hinduismo, hay un conocido diálogo con la Voz del Trueno en los Upanishads, en el que el proceso ético desde la abstención hasta la compasión se encuentra poéticamente recogido. Cuando los dioses, humanos y asuras (semi-dioses) moraban juntos como estudiantes y habían terminado su educación religiosa, le pidieron a Dios un resumen de lo que habían aprendido:

Cuando hubieron completado sus estudios, los dioses dijeron, “Enséñanos, padre”

Él dijo la sílaba, DA. “¿Habéis comprendido?”

“Hemos comprendido,” dijeron. “Nos has dicho “Tened auto-control”” “OM” dijo él. “Habéis comprendido”

Entonces los humanos le dijeron, “Enséñanos, padre”

Él les dijo la sílaba, DA. “¿Habéis comprendido?”

“Hemos comprendido,” dijeron. “Nos has dicho, “Dad””

“¡Sí!” dijo él. “Habéis comprendido.”

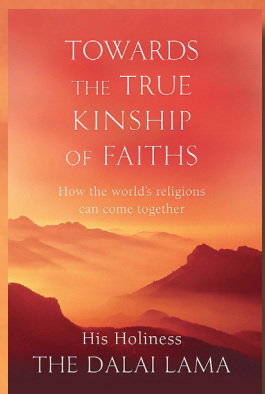
Entonces los asuras le dijeron, “Enséñanos, padre”

Él les dijo la sílaba, DA. “¿Habéis comprendido?”

“Hemos comprendido” dijeron ellos. “Nos has dicho “Sed compasivos””

“¡Sí!” dijo él. “Habéis comprendido”

Esto es lo que la divina voz que es trueno, repite, DA DA DA.



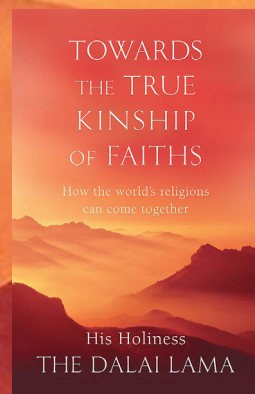
“¡Sé auto-controlado! ¡Da! ¡Sé compasivo!” Uno debe practicar este conjunto de tres, el autocontrol, la generosidad y la compasión. (Brhadarankaya Upanishad 5. 2:2-3)

Aquí la tradición hinduista ofrece, en una de sus más reverenciadas y antiguas escrituras, un conciso resumen del camino espiritual desde la ética de la restricción hasta la compasión.

En el mundo moderno, hay muchos ejemplos inspiradores de tal altruismo. Al margen de lo admirables que puedan ser los modelos de figuras como la Madre Teresa o Baba Amte, no debemos creer que la acción altruista se encuentre solo al alcance de este tipo de seres santos. El potencial para la acción altruista reside en todos nosotros, y es posible para cualquiera practicarla a diario. Si pensamos en todos los seres comunes y corrientes, religiosos y no-religiosos, que ayudaron a salvar a personas judías durante la era del nazismo, muchos de estos actos fueron realizados puramente por una motivación altruista, en la que un factor clave era el reconocimiento de la humanidad compartida. Pero el altruismo reside en las cosas más simples: ayudar espontáneamente a una persona mayor o ciega a cruzar la calle, ofrecer el asiento en el autobús o el tren a una madre con su hijo o hija, dejar pasar en la cola a alguien cuyas necesidades son más urgentes. Me recuerda a una fotografía que vi una vez, tomada durante la Primera Guerra Mundial, que mostraba a un soldado aliado cuidando a un soldado turco herido, del bando enemigo, durante un receso en el combate. Esto es, en cuanto la lucha cesa, los dos bandos regresan a su nivel humano al ver el sufrimiento que comparten, y en ese punto son capaces de sentir empatía incluso con el sufrimiento de un enemigo.

Me parece que, en este breve recorrido por las religiones del mundo, hemos descubierto en su ética centrada en la compasión una fuente compartida formidable. Si estoy en lo cierto respecto a esto, entonces, esa fuente es un manantial de bondad humana, con raíces en todas las mayores culturas y tradiciones. Se asienta, por encima de todo, sobre nuestro reconocimiento de humanidad compartida y las necesidades y aspiraciones humanas universales, a cuyo servicio están nuestros valores humanos básicos. Esto sugiere que, si utilizamos las fuentes de la religión retornando a este manantial fundamental, las tradiciones religiosas pueden convertirse en una fuente extraordinaria de bien para este planeta. Las religiones del mundo pueden ayudar a superar los prejuicios, afrontar los conflictos y socorrer a los desfavorecidos y a los débiles.

Me hice consciente de este punto de un modo muy práctico durante una de mis visitas a Jerusalén. Conocí a un profesor israelí y activista político que daba clases a niños palestinos e israelíes. Entre otras cosas, él enseñaba que siempre que te encuentres con alguien que no te gusta o que te produce miedo u hostilidad, debes pensar en la imagen de Dios en el rostro de esa persona. Me contó la experiencia



de un estudiante palestino que había asistido a sus clases y que más adelante, había ido a verle. El estudiante le contó que en el pasado, cada vez que cruzaba un puesto de control israelí, la visión de los soldados le causaba inmediatamente ira y miedo, pero que ahora que practicaba el ver la imagen de Dios en sus caras ya no sentía aquel torbellino emocional. Aunque tal vez no llegue a ser la compasión universal que todas las religiones sostienen como ideal último, este es un ejemplo reseñable y real de un alejamiento del odio compasivo por medio de una enseñanza religiosa.