



# Noticias de Tíbet

Abril - Junio 2010

Noticias de Tíbet es un boletín de la Oficina Oficial representante de Su Santidad el Dalai Lama y el Gobierno Tibetano en Exilio para las Américas

## EL RETO DE LA CUENCA DE TÍBET

Un erudito indio, **Uttam Kumar Sinha**, expresa aquí que mientras Tíbet siga causando una serie de preguntas controversiales, sus recursos de agua tendrán una creciente importancia política.

Página 5



## HACER FRENTE A UN MUNDO COMPLICADO

En este extracto de su nuevo libro, *El Arte de la Felicidad en un Mundo Complicado*, **el Dalai Lama** nos dice que la forma en que veamos el mundo a nuestro alrededor, a los demás y cómo interpretemos nuestras circunstancias y eventos pueden afectar definitivamente a cómo respondamos a nuestro medio ambiente, el mundo y su problema.

Página 7



## LA HISTORIA DEL TERREMOTO DE KYIGUDO

Presentamos este relato amplio con el objetivo de ayudar a los lectores a comprender el impacto del terremoto que golpeó a Tíbet recientemente.

Página 19



# *Noticias de Tíbet*

**Noticias de Tíbet** es un boletín informativo trimestral de la Oficina oficial representante de Su Santidad el Dalai Lama y el Gobierno Tibetano en Exilio para Las Américas. La Oficina de Tíbet, establecida formalmente en marzo de 1964, sirve de embajada de facto del Gobierno Tibetano en Exilio. Agradecemos la contribución de temas noticiosos, crónicas, fotografías, arte y cartas al editor. Por favor, dirigir toda comunicación a:

**Tsewang Phuntso**

The Office of Tibet  
241 E. 32nd Street  
New York, NY 10016  
Tel: (212) 213-5010 extn 11  
Fax: (212) 779-9245  
Email: phuntso@igc.org

**Traducción al español**

Maria Elena Donoso V.  
Ana Lorena Wong Espell  
Brigitte Leisinger  
Aloma Sellanes Zibechi

**Propiedad intelectual:** Este material es preparado, editado, emitido y puesto en circulación por La Oficina de Tíbet, Nueva York, que se encuentra inscrita bajo la Ley de Agencias Extranjeras como Agente de Su Santidad el Dalai Lama, Thekchen Choeling, Dharamsala, India. Este material es registrado en el Departamento de Justicia, encontrándose disponible para inspección pública. La inscripción no indica aprobación de los contenidos de este material por parte del Gobierno de los Estados Unidos.

## **CONTENIDOS**

### **Reflexión**

- 3** Diversas Fe, Una Verdad  
- Por Tenzin Gyatso
- 5** El Reto de la Cuenca de Tíbet  
- Por Uttam Kumar Sinha
- 7** Hacer Frente A Un Mundo Complicado  
- Por SS el Dalai Lama

### **Foco**

- 19** La Historia del Terremoto de Kyigudo
- 27** Carta de un Monje Tibetano en el Área del Terremoto
- 30** La Represión de Tíbet Engendra Más Disidencia  
- Por Kent Ewing

# Diversas Fe, Una Verdad

Por Tenzin Gyatso

*Tenzin Gyatso, el 14º Dalai Lama, es autor de la reciente producción “Hacia una verdadera correspondencia de las Fe: Cómo las religiones del mundo pueden unirse” Este artículo se publicó por primera vez en el New York Times el 22 de mayo 2010*

Cuando yo era un niño en Tíbet sentía que mi propia religión budista tenía que ser la mejor – y que otras creencias religiosas eran de alguna manera inferiores. Ahora veo cuán ingenuo yo era, y cuán riesgosos pueden ser hoy los extremos de la intolerancia religiosa.

Aunque la intolerancia puede ser tan antigua como la religión misma, todavía vemos señales vigorosas de su virulencia. En Europa, existen debates intensos sobre recién llegados usando velos o queriendo levantar alminares, y episodios de violencia en contra de los inmigrantes musulmanes. El tema de los ateos radicales cubre las condenas de aquellos que sostienen creencias religiosas. En el Medio Oriente, las llamas de la guerra se intensifican por el odio de adherentes a otra fe.

Es probable que dichas tensiones aumenten en la medida que el mundo se vuelve más interconectado, y las culturas, pueblos y religiones se entrelazan. La presión que esto crea, pone a prueba más que nuestra tolerancia – exige que promovamos una coexistencia pacífica y un entendimiento a través de las fronteras.

Es un hecho, cada religión tiene un sentido de exclusividad como parte de su identidad esencial. Incluso así, creo que existe un potencial genuino para un entendimiento mutuo. Preservando la fe

hacia nuestra propia tradición, uno puede respetar, admirar y apreciar otras tradiciones.

Algo que me abrió los ojos inicialmente fue mi encuentro con el monje trapense Thomas Merton en India, poco antes de su inoportuna muerte en 1968. Merton me dijo que él perfectamente podía mantenerse creyente del Cristianismo, pero aprender en profundidad de algunas otras religiones como el Budismo. Lo mismo es cierto para mí como un budista ardiente que aprende de las otras grandes religiones del mundo.

Un punto importante en mi conversación con Merton fue cuán central era la compasión en el mensaje del Cristianismo y el Budismo. En mi lectura del Nuevo Testamento, me veo inspirado por los actos de compasión de Jesús. Su milagro de los panes y peces, todo en él, su sanación y su enseñanza encuentran motivación en el deseo de aliviar el sufrimiento.

Soy un firme creyente del poder del contacto personal para hacer de puente entre las diferencias, entonces hace mucho que me he inclinado hacia el diálogo con las personas de otras perspectivas religiosas. El enfoque en la compasión que Merton y yo observamos en nuestras dos religiones me impacta como un fuerte cordón unificador entre todas las principales

creencias. Y en estos días, nosotros necesitamos destacar lo que nos une.

Veamos, por el ejemplo, el Judaísmo. La primera vez que visité una sinagoga fue en Cochin, India, en 1965 y me he reunido con muchos rabinos con el paso de los años. Recuerdo vívidamente al rabino en Holanda que me habló sobre el holocausto con tal intensidad que ambos nos emocionamos hasta las lágrimas. Y he aprendido cómo el Talmud y la Biblia repiten el tema de la compasión, como en el pasaje en Levíticos indica, “Ama a tu vecino como a tu prójimo”.

En muchos encuentros con eruditos hindúes en India he llegado a ver el aspecto central de la compasión desinteresada en el Hinduismo también – como expresado, por ejemplo, en el Bhagavad Gita, el que alaba a quienes “se deleitan en el bienestar de todos los seres”. Me conmueven las formas en que este valor se ha expresado en la vida de grandes seres como Mahatma Gandhi, o el no tan conocido Baba Amte, quien fundó una colonia de leprosos no lejos de un asentamiento tibetano en el estado de Maharashtra en India. Allí él alimentaba y daba techo a leprosos quienes de lo contrario eran abandonados. Cuando recibí mi Premio Nóbel de la Paz, hice una donación a esta colonia.

La compasión es igualmente

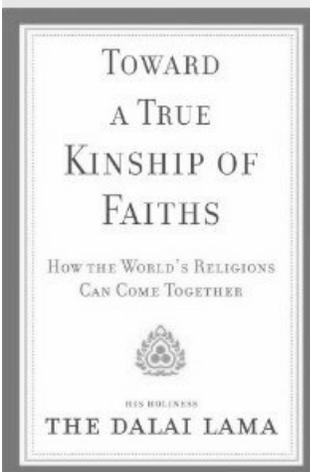
importante en el Islam – reconociendo que se ha vuelto crucial en los años después del 11 de septiembre, en especial al responder a aquellos que pintan al Islam como una fe militante. En el primer aniversario del 11 de septiembre, hablé en la Catedral Nacional de Washington, abogando por que no sigamos la pauta de algunos medios informativos y dejemos que los actos de algunos individuos definan toda una religión.

Déjenme decirles sobre el Islam que yo conozco. Tíbet ha tenido una comunidad islámica por unos 400 años, aunque mis contactos más ricos con el Islam han sido en India que tiene la segunda población musulmana más grande del mundo. Un imán en Ladakh me dijo una vez que un verdadero musulmán debía amar y respetar a todas las criaturas de Alá. Y en mi entendimiento, el Islam considera la compasión como un principio espiritual central, reflejado en el nombre mismo de Dios, el “Compasivo y Piadoso”, que aparece virtualmente en el comienzo de cada capítulo del Corán.

El hallar un terreno común entre las fe nos puede ayudar a mediar entre las divisiones innecesarias en un momento cuando la acción unificada es más crucial que nunca. Como especies, nosotros debemos acoger la unidad de la humanidad cuando enfrentamos temas como las pandemias, crisis económica y desastre ecológico. A esa escala, nuestra respuesta ha de ser una.

La armonía entre las principales fe se ha vuelto un ingrediente esencial de la coexistencia pacífica en nuestro mundo. Desde esta perspectiva, el mutuo entendimiento entre estas tradiciones no es meramente el asunto de los creyentes religiosos – importa por el bienestar de la humanidad como un todo. ■

*Hacia una Relación Verdadera de las Tradiciones Religiosas, el último libro de Su Santidad el Dalai Lama.* 208 páginas; publicado por Doubleday Religion el 11 de mayo de 2010; disponible en amazon.com



Ningún país, ninguna cultura, nadie hoy no resulta tocado por lo que sucede en el resto del mundo. La innovación tecnológica, la degradación medioambiental, la ganancia y pérdida económicas, las armas nucleares, la comunicación instantánea, todos han creado una familiaridad sin precedentes entre las tantas culturas del mundo. Con este desarrollo histórico, el Dalai Lama entiende que la tarea esencial de la humanidad en el Siglo 21 es cultivar la coexistencia pacífica.

Muchos creen en lo inevitable de un “choque de civilizaciones”. La coexistencia pacífica ha sido problemática por largo tiempo con la religión y mientras conflictos anteriores por diferencias religiosas pueden

haber sido significativos y lamentables, éstos no amenazaron la supervivencia misma de la humanidad. Ahora, cuando los extremistas pueden persuadir a sus seguidores con el enorme poder emocional de la fe y tener acceso a recursos tecnológicos poderosos, una simple chispa podría encender un barril de pólvora de proporciones alarmantes.

Aunque el Dalai Lama muestra cómo los desafíos de la globalización también nos pueden mover en otra dirección, hacia un plano más profundo donde las naciones, culturas y personas se conectan mediante su naturaleza humana en común. Todas las religiones principales enfrentan las mismas preguntas perennes; cada una tiene formas distintas de expresión. Pero esta maravillosa diversidad de visión tiene el potencial de inspirar el diálogo, el que puede enriquecer la búsqueda de todos por la sabiduría. Todas las tradiciones religiosas se vuelcan a la compasión como un principio guía para vivir una buena vida. Es tarea de todos aquellos con una aspiración hacia la perfección espiritual afirmar el valor fundamental de la compasión. De esta manera, nosotros podemos desarrollar verdaderamente un reconocimiento profundo del valor de todas las fe, y con ello, podemos cultivar el respeto genuino.

En *Hacia una Relación Verdadera de las Tradiciones Religiosas*, el Dalai Lama también explora dónde las diferencias entre las religiones pueden ser apreciadas genuinamente sin ser fuente de conflicto. El establecimiento de la armonía genuina no depende de aceptar que todas las religiones son fundamentalmente lo mismo o que conducen al mismo lugar. Muchos temen que el reconocimiento del valor de otra fe es incompatible con la devoción hacia la verdad de la propia. Sin embargo, el Dalai Lama muestra de manera profunda cómo un creyente sincero puede con integridad, ser un pluralista en relación a otras religiones sin ceder su compromiso con la esencia de las enseñanzas doctrinales de su propia fe.

Un tema de importancia central para el Dalai Lama en lo personal y para el mundo entero en general, *Hacia una Relación Verdadera de las Tradiciones Religiosas* ofrece una mirada esperanzadora y realista a cómo la humanidad debe avanzar hacia el futuro.

# El Reto de la Cuenca de Tíbet

Por Uttam Kumar Sinha

*El escritor es un miembro de investigación del grupo no partidista del Instituto de Estudios de Defensa y Análisis en Nueva Delhi. Este artículo se publicó inicialmente en el Washington Post el lunes 14 de junio de 2010*

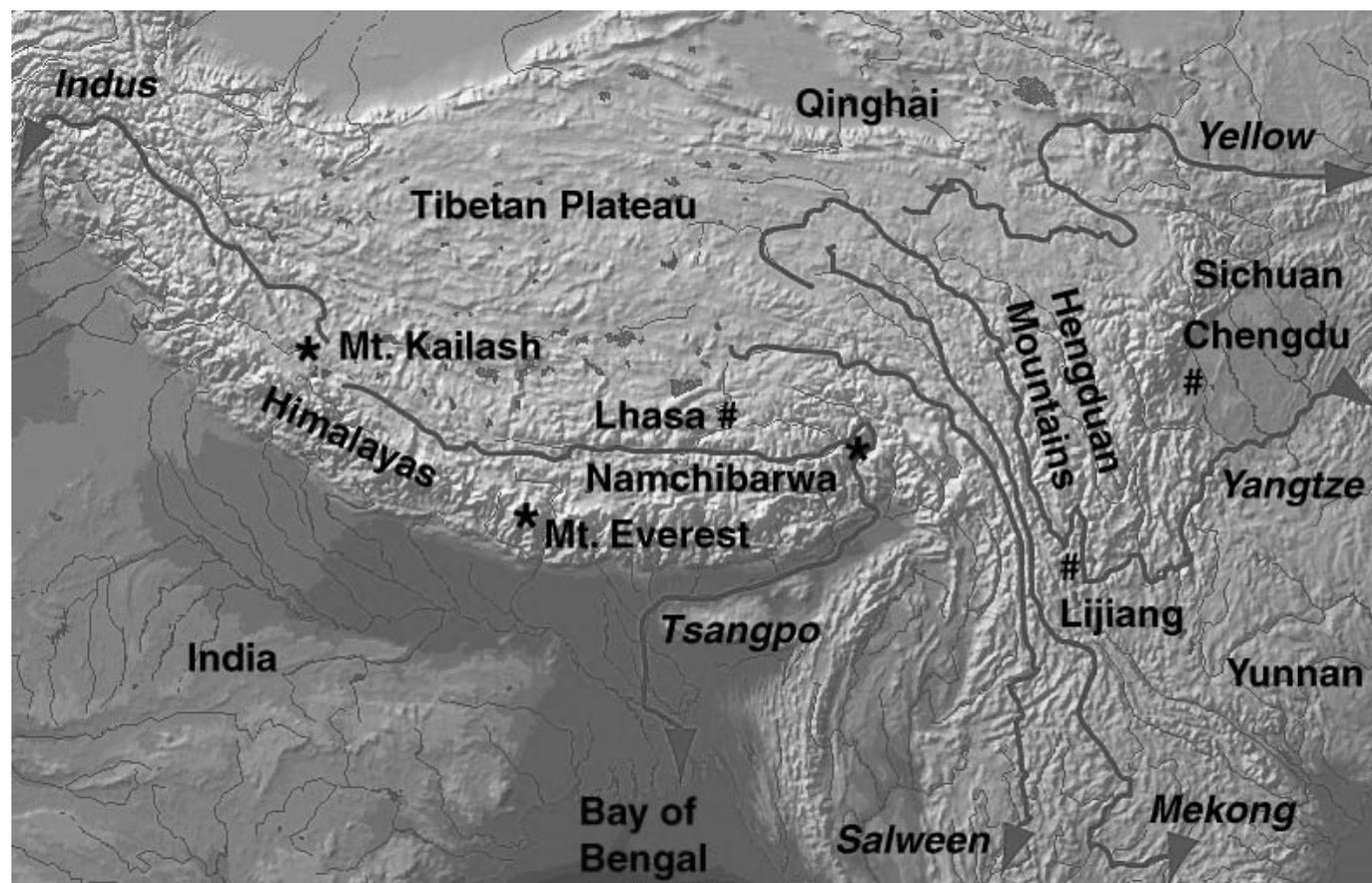
**M**ientras que Tíbet plantea una serie de cuestiones controvertidas, existe una dimensión que adquirirá cada vez más importancia política: sus recursos hídricos. La meseta de Tíbet, conocida por muchos como el “Tercer Polo” es un enorme depósito de agua dulce que

algunos creen es el mayor del mundo. Es el nacimiento de muchos de los grandes ríos de Asia, entre ellos el Amarillo, el Yangtze, el Mekong, el Salween, el Brahmaputra, el Indo y el Sutlej. Estos vastos recursos hídricos son en su mayoría, por supuesto, vulnerables a los desafíos ambientales incluyendo el

cambio climático, pero también están sujetos a una serie de cuestiones políticas.

¿Debería China ser el único accionista del destino del agua en Tíbet? ¿Qué sucede con los países corriente abajo que dependen fuertemente de estos ríos?

China los ha explotado todos, salvo



*Un mapa mostrando los principales ríos que se originan en el altiplano tibetano*

dos ríos de la meseta de Tíbet, una de las excepciones es el río Nujiang que atraviesa la provincia de Yunnan y entra en Birmania, donde se le conoce como Salween. Los planes de desvío del nort-sur de China en el Yarlung Zangbo (conocido en India como Brahmaputra) -el otro río sin tocar-, debería preocupar a India, un país corriente abajo.

El ascenso de China en los últimos años ha sido demostrado en su capacidad militar, ritmo económico y ahora en las desviaciones del agua. Para 2030, se espera que China se quede corto en su demanda de agua en un 25 por ciento. Su hidro comportamiento, cada vez más agresivo, tiene la intención de asegurar sus necesidades masivas de agua en las regiones norte y oeste. Pero el control sobre un recurso natural valioso, le da a Beijing una enorme amplitud estratégica con sus vecinos; cuando uno de estos países es un rival, tal como lo es India, esto se convierte en un instrumento de negociación eficaz y un arma potencial.

El nacionalismo chino se basa en su aspiración a la categoría de gran potencia y en sus reivindicaciones territoriales históricas. Tales reclamos, por ejemplo, sobre Tíbet y Arunachal Pradesh, un estado en el noreste de India, están siendo impulsados por la necesidad de agua de China. Mao Zedong dijo en 1952, “El sur tiene una gran cantidad de agua, el norte poca... Si es posible, se puede pedir prestado un poco de agua”. China está tratando de explotar los recursos hídricos de Tíbet y está endureciendo su posición en Arunachal -Beijing considera al estado nororiental indio como parte de su territorio, e hizo frecuentes incursiones militares allí este año-, no es simple retórica. Se afirma que Arunachal está requiriendo casi 200

millones de pies cúbicos por segundo de los recursos hídricos en el estado.

China, bastante acostumbrada a tener políticas arriesgadas, es propensa a mantener un silencio estratégico en sus planes de desvío hidrológico para así mantener especulando a los estados corriente abajo. (China niega toda actividad en el Yarlung Zangbo, pero imágenes de satélite reportadas públicamente muestran lo contrario.) Y sin un tratado internacional jurídicamente vinculante sobre la distribución de esa agua, no hay nada que impida a China manipular los caudales de los ríos y aumentar la dependencia río abajo.

Más de 2 billones de personas en el sur y el sudeste de Asia dependen del agua que fluye desde Tíbet. La construcción de una coalición ribereña, es decir de Pakistán, India, Nepal, Bhután, Bangladesh, Birmania, Laos, Camboya y Vietnam, ayudaría a consolidar el reconocimiento del agua de Tíbet como un recurso común. India tiene aquí una oportunidad diplomática y, dada su situación río abajo, debe tomar la iniciativa. Una ventaja es que India tiene experiencia en manejar tratados fluviales. Pero la condición política sin resolver de Tíbet afectará cualquiera de las propuestas sobre cómo manejar sus recursos sostenibles de agua y garantizar que el flujo natural de los ríos no sea perturbado por los planes chinos de desvío.

Los movimientos hechos por China para invadir el agua de Tíbet necesitan ser contrarrestados por la solidaridad río abajo, la que ha de incluir un acuerdo sobre el beneficioso uso múltiple de estos recursos. Río abajo, los estados tienen que trabajar a través de normas jurídicas sobre la utilización equitativa,

las políticas de “no causar daño” y de restringir la soberanía china sobre Tíbet. Esta presión y la atención internacional sobre la definición de dichos recursos tanto vitales como comunes, recorrerían un largo camino para preservar y compartir el agua de Tíbet. Si bien tal redefinición es políticamente delicada, ya que choca con la jurisdicción nacional, ahora merece atención, dada la demanda actual y futura de agua del Sur y Sudeste Asiático. Se requerirá de la presión política y diplomática colectiva durante un período sostenido para forzar a China a llegar a acuerdos regionales sobre el “porcentaje razonable de agua” y, por consiguiente, a lograr tratados base.

Los estados interesados río abajo necesitan plantear la cuestión a nivel internacional, también deben apoyar a los tibetanos locales y a los esfuerzos

de los grupos de presión ambiental de China para resaltar la desenfrenada destrucción ecológica de Tíbet que trajeron las represas y los planes de desvío artificial. Se necesita un debate más amplio sobre la gestión de los recursos de la cuenca porque está cada vez más claro que los ríos no son sólo provisiones de agua, sino que también tienen funciones ecológicas. No hay más que mirar a los ríos Yangtze y Amarillo de China, ambos no aptos para el consumo humano, para comprender lo importante que es seguir las leyes de la naturaleza en relación con el agua de Tíbet, más que forzar el desarrollo económico. ■



# Hacer Frente A Un Mundo Complicado

Por S.S. el Dalai Lama

*Este es un extracto de "El arte de la felicidad en un mundo turbulento", un libro co-escrito por Su Santidad el Dalai Lama con Howard Cutler y publicados por Hodder Mobius (03 de abril 2008)*

Dos años han pasado desde nuestra última serie de conversaciones en Dharamsala. Habiendo tenido lugar no mucho después del 11/9, aquellas conversaciones se enfocaron en temas relacionados con la agresión, violencia y temor, las variedades más oscuras de la conducta humana. Desde esa época hemos visto la invasión de Afganistán, con el derribamiento del régimen represivo Talibán, y la invasión de Iraq, con el derrocamiento de Saddam Hussein. Y parecía que siempre hubo algún tipo de violencia brotando, en una región del mundo u otra, a menor o mayor escala, de duración breve o de manera prolongada y permanente. Parecía no haber fin para el uso de la violencia para resolver los conflictos. El mundo no parecía notar la visión del Dalai Lama sobre un mundo en el que nos sintamos conectados los unos con los otros, tranquilos sin importar con quien estemos, donde reinen nuestra bondad y gentileza fundamentales, un mundo ampliamente libre de violencia o temor, excepto, tal vez, por algunas peleas inevitables entre las personas aquí y allá. Pero, él mantenía las esperanzas. El siglo todavía era joven. Todavía había tiempo para que dichos cambios ocurriesen.

Pero con tantos problemas en el mundo de hoy, me preguntaba, ¿cómo mantenía él la esperanza? ¿Qué sostenía su optimismo? Y ante este telón de fondo de los desafiantes problemas sociales y la gran cantidad de estrés en la vida cotidiana, cada uno de nosotros tiene sus propios problemas personales también. Entonces, nos veíamos ante una pregunta fundamental: ¿Cómo podemos encontrar la felicidad en un mundo tan complicado?

El Dalai Lama estaba en los Estados Unidos en otra gira, esta vez en Tucson. Durante el período de entrevistas desde nuestra última serie de conversaciones en India, nosotros hemos seguido reuniéndonos intermitentemente pero nos habíamos volcado hacia otros temas por un tiempo, hablando sobre asuntos relacionados con la economía, la riqueza, el estilo de vida, la avaricia, el consumismo, la riqueza y la pobreza.\* Yo lo había acompañado en algunas giras adicionales también, pero con su agenda sólidamente ocupada durante sus viajes en el extranjero, en general, no era el momento adecuado para solicitar encuentros para diálogos en profundidad sobre temas complejos.

Sin embargo, Tucson era diferente. Fue aquí, en mi propio estado de Ari-

zona donde habíamos realizado nuestras primeras conversaciones sobre la felicidad humana hace tantos años atrás, discusiones que eventualmente llegaron a ser una cronología en El Arte de la Felicidad. Éste fue su primer regreso a Arizona. Entonces, después de más de una década, aquí estábamos nuevamente, aún explorando el tema de la felicidad humana. La ambientación del desierto de Sonora, entre los cerros rocosos, cactus saguaro y la sutil fragancia de los matorrales del desierto, evocaban un sentimiento de nostalgia. De alguna manera, se sentía bien el que continuáramos nuestras conversaciones aquí, lugar que era un recordatorio de los ciclos de la vida, los ciclos siempre cambiantes que giran en torno a un núcleo que no cambia – la pregunta perenne de cómo encontrar la felicidad.

El Dalai Lama tenía un día lleno por delante. Además de un almuerzo breve en privado en su habitación del hotel, virtualmente cada minuto de su tiempo estaba tomado. Esa semana él estaba ofreciendo una serie de enseñanzas sobre uno de sus textos budistas favoritos, el *Bodhicaryavatara*, escrito por Shantideva. Las largas sesiones de enseñanzas estaban programadas cada mañana y tarde dejando poco tiempo

para otras actividades. Usualmente, cualquier minuto libre que él tenía entre los eventos públicos o privados se llenaría con audiencias privadas breves. Sin embargo, en este caso, dados mis vínculos locales, los organizadores de la visita del Dalai Lama a Tucson ayudaron con todo agrado a facilitar algunos bloques de tiempo más largos para que nos reuniéramos, después de su desayuno en la mañana o luego tras las enseñanzas al final de la tarde.

Yo llegaba a su hotel muy temprano en la mañana para nuestro primer encuentro. No siendo exactamente una ‘persona mañanera’, a penas había finalizado mi taza de café y todavía luchaba por ver con claridad. Al entrar a la sala de estar de la suite, el Dalai Lama salía de un dormitorio adyacente con paso ágil y una sonrisa cálida, saludándome con alerta y gran ánimo. En su rutina de viaje usual, él estaba en pie ya desde las 4 am, había pasado más de tres horas en meditación y plegarias, y había finalizado su desayuno simple de *tsampa* tibetano. Ésta era la mejor hora del día para él.

Comenzábamos con una breve conversación general preliminar mientras él se sacaba sus sandalias de goma usadas y se cruzaba de piernas, descalzo, en una silla grande de respaldo alto. Aunque para las normas de Arizona la temperatura temprano en otoño era una bienvenida libre del verano brutal, el Dalai Lama, a quien por lo general no le gusta el clima caliente, comentaba sobre el calor del desierto mientras yo me sentaba en el sofá frente a él, sacando mis libretas de apuntes. En cuanto prendía mi grabadora en la mesita para el café frente a nosotros, hablábamos por algunos momentos sobre su regreso a Tucson después de tantos años. Pero

con tantas preguntas que yo quería cubrir, muy rápidamente retomábamos nuestras largas conversaciones, partiendo desde donde habíamos quedado en Dharamsala.

Entrando rápidamente en el corazón mismo del tema a mano, la pregunta de cómo encontrar la felicidad en nuestro mundo complicado, yo comencé: “Usted sabe, Su Santidad, cuando se piensa en estos problemas en el mundo, problemas que socavan la felicidad humana –la violencia, el terrorismo, el prejuicio, la pobreza y la brecha entre el rico y el pobre, el medio ambiente, etc.–, y considerar cuán vastos son todos, a veces, parece tan imposible... Es decir, con tanto sufrimiento en el mundo, a

sobre promover la felicidad humana, necesitamos referirnos a ello en dos niveles: interno y externo. Entonces, requerimos trabajar hacia la solución de los problemas externos, pero a la vez, necesitamos encontrar una forma de arreglárnoslas internamente, a nivel individual, de manera que podamos mantener la felicidad personal ante los problemas del mundo”.

“Pero, en ese momento, yo quisiera pasar al nivel individual y explorar formas de encontrar la felicidad a pesar de los problemas del mundo”, dije.

“Muy bien”, respondió él.

Suspirando, dije, “Usted sabe, con tantos problemas en el mundo actual, tanto estrés y dificultades en la vida

*“El mundo tiene muchos problemas efectivamente. Pero, uno no necesita retirarse del mundo para encontrar la felicidad”*

veces, la posibilidad para que las personas encuentren la felicidad genuina parece ser tan remota”.

“Howard, una cosa –hemos estado hablando sobre la felicidad humana a nivel de sociedad. Y en este nivel, las condiciones eternas pueden tener un impacto sobre la felicidad de aquellos que viven en esa sociedad. Entonces, necesitamos trabajar en la superación de los muchos problemas en el mundo de hoy. Necesitamos hacer un esfuerzo para cambiar las cosas en toda forma posible, incluso de manera pequeña, para crear condiciones sociales que puedan promover una mayor felicidad para todos los miembros de esa sociedad. Eso es importante. Ésa es nuestra responsabilidad. Pero cuando hablamos

cotidiana, a veces parece que la mejor forma de hacer frente a todo sería simplemente ignorar lo que sucede a nuestro alrededor, o volverse un ermita o algo. Pero, esa no puede ser la solución”.

“Sí, el mundo tiene muchos problemas efectivamente”, concordó el Dalai Lama. “Pero, uno no necesita retirarse del mundo para encontrar la felicidad”. Él se detuvo por un momento para alcanzar un tazón de té en la mesa lateral, luego continuó. “Sabes, esta pregunta en realidad me recuerda un poco a una vez en Alemania cuando un entrevistador me preguntó si yo pensaba que el estrés era una característica congénita del mundo moderno, de la sociedad moderna”.

“¿Qué le dijo Ud.?”

“Le dije, ¡no! De hecho, si así fuera, entonces ¡todos tendríamos que arrancar a lugares sin televisión, sin comunicación, sin ninguna comodidad moderna y sin una comida tan buena!”, respondió el Dalai Lama. “Para mí”, continuó él, “cualquiera que sea el lugar, no creo que necesariamente sea un lugar agradable, libre de estrés para vivir! Entonces, los estados como el estrés y la ansiedad son estados internos, mientras las condiciones de nuestra sociedad son externas – no crean directamente nuestro estrés. *El estrés y estos estados mentales negativos tienen que ver con nuestra propia respuesta a esas condiciones*, y muestran una cierta falta de habilidad para arreglárselas con nuestro medio.

“Entonces, si reflexionas, verás que gran parte de nuestro sufrimiento en la vida se origina no en causas externas sino por eventos internos, tales como el surgimiento de emociones perturbadoras. Y el mejor antídoto para este conflicto interno es aumentar nuestra habilidad para manejar estas emociones, y aprender cómo hacer frente a nuestro medio, las situaciones negativas, etc.”

“Sólo para clarificar”, pregunté, “cuando usted se refiere a ‘manejar estas emociones’, ¿se está refiriendo a aprender cómo regular nuestras emociones o más específicamente, trabajar en superar las emociones negativas tales como la rabia, el odio, la avaricia, los celos, el desaliento, etc.? En otras palabras, ¿se está refiriendo al proceso de entrenamiento de la mente?”

“Sí”, afirmó él. “En el pasado, usted y yo hemos hablado sobre este entrenamiento de la mente, o lo que a veces llamo disciplina interna, como un

método de cultivar una mayor felicidad, eso creo...”

Con la esperanza de que él no deje este tema porque ya habíamos hablado al respecto en el pasado, rápidamente sigo. “¡Sí, hemos hablado de esto, pero creo que es un gran lugar para comenzar hoy! Porque en una serie de encuentros en Dharamsala hace un tiempo, nosotros estábamos discutiendo los actos del mal y la violencia, y trazamos la causa de esto hasta su raíz en las emociones negativas, destructivas. Bien, en esos diálogos, nosotros pasamos tiempo en la emoción negativa del miedo, pero no entramos en una discusión más profunda sobre cómo arreglárselas con las otras, o las emociones negativas en general. Yo quería regresar a ese tema, entonces, ¡hoy sería fantástico hacer una pequeña revisión general de la superación de las emociones negativas! Nunca está demás revisar un poco los temas importantes”, dije. “Y además, en el pasado discutimos esto sólo en el contexto del desarrollo personal, pero ahora analizamos estos temas en un contexto diferente, dentro de un marco mayor o conciencia de los factores sociales también”.

Con una sutil sonrisa en su rostro, una sonrisa más que nada en sus ojos, creo tal vez, porque él estaba agrado con mi entusiasmo por quedarme en este tema, él accedió a mi solicitud, diciendo, “OK. Entonces, el revisar este entrenamiento de la mente requiere cultivar estados positivos de la mente y superar los estados negativos de la mente, las emociones destructivas, o lo que se conoce como emociones conflictivas. Como hemos hablado antes, según la teoría budista, los estados mentales positivos son aquellos que llevan a una mayor felicidad. Las emociones negativas o destructivas

causan perturbaciones en nuestra mente, destruyendo nuestra felicidad mental. Estas emociones conflictivas llevan a un mayor sufrimiento. Desde el punto de vista budista, nosotros consideramos estas cualidades mentales positivas como antídotos para los estados mentales destructivos o conflictivos – al fortalecer las emociones positivas, habrá una reducción correspondiente en la influencia y fuerza de la emoción negativa. Entonces, dentro de la práctica budista existen ciertos factores mentales positivos que actúan como antídotos específicos para sus emociones negativas o conflictivas correspondientes – por ejemplo, la paciencia o la tolerancia actúa como un antídoto para la rabia, la compasión o bondad amorosa como un antídoto para el odio, y los factores como el contentamiento o deseos modestos actúan como antídotos para la codicia y avaricia, etc.

“Oh, otra cosa”, agrega tras una pausa; “aquí estamos hablando sobre esta disciplina interior. Pero, como usualmente menciono, esta disciplina interior necesita vincularse con la disciplina ética, actuar de manera ética. Al reducir las emociones destructivas, también se requiere trabajar en la superación de los comportamientos destructivos que van con ellas, los que también pueden llevar a la miseria y sufrimiento. Entonces, al desarrollar estas cualidades mentales positivas, los cambios internos requieren traducirse en el comportamiento, en cómo se interactúa con los demás. Eso es importante”.

**T**al vez, algún día el mundo adoptará ampliamente los principios de la no violencia,

*Una vez que nuestras necesidades de subsistencia están cubiertas, la felicidad se determina más por el estado de nuestra mente que por nuestras circunstancias, condiciones o eventos externos.*

cuando la estupidez del prejuicio y la crueldad del racismo sean algo del pasado, cuando la pobreza y el hambre se hayan erradicado, los derechos humanos básicos estén dispuestos para todos, y las condiciones sociales promuevan la felicidad y florecimiento humanos. Quizás, algún día. Cuando llegará ese día, es incierto. Pero algo sí es cierto y es que el cambio social lleva tiempo. Entonces, nos queda la pregunta de cómo nos las arreglamos mejor con los problemas de nuestro mundo y seguimos siendo felices, una pregunta que el Dalai Lama comenzó a tratar esta mañana. Así, regresamos una vez más al nivel de lo individual, explorando el acercamiento interior a la felicidad como lo hicimos aquí en Tucson hace tantos años atrás. Pero ahora, presentamos estas preguntas en un contexto social más amplio. Y ahora, la investigación científica tenía tanto que decir sobre la validez del enfoque del Dalai Lama a la felicidad, evidencia que carecía en el momento de nuestras conversaciones.

Al escucharlo, yo comienzo a delinear su enfoque general sobre cómo hacer frente a la adversidad de la vida y permanecer feliz, me sorprendieron los paralelos con los descubrimientos más recientes de la ciencia. En los años entre la publicación de *El Arte de la Felicidad*, yo seguí de cerca los nuevos avances en el estudio científico de la felicidad y las emociones positivas, y ahora comencé a ver cómo algunos hallazgos claves científicos sirvieron

para traer nueva luz sobre el enfoque del Dalai Lama, el que, evidentemente, se basaba en los antiguos principios y prácticas budistas.

Al analizar cómo las emociones positivas actúan como antídotos para nuestras emociones negativas, el Dalai Lama estaba revisando algunos de los principios fundamentales del enfoque budista de la felicidad. Este enfoque se basa en la idea de que una vez que nuestras necesidades de subsistencia están cubiertas, la felicidad se determina más por el estado de nuestra mente que por nuestras circunstancias, condiciones o eventos externos. Además, desde el punto de vista budista, nosotros podemos cultivar deliberadamente la felicidad al entrenar nuestras mentes, al reformar nuestra mirada y actitudes. Desde esta perspectiva, podemos cultivar la felicidad tanto como desarrollar una habilidad, mediante entrenamiento y práctica.

La práctica del entrenamiento de la mente comienza con la familiarización de nosotros mismos con todos los distintos tipos de estados mentales o emociones que podemos vivenciar en nuestra vida cotidiana, luego clasificándolas como positivas o negativas dependiendo de si nos llevan finalmente hacia una mayor felicidad o sufrimiento. Entonces, las emociones tales como la compasión, la bondad, la tolerancia, el perdón, la esperanza, etc., se reconocen como emociones positivas. Estas emociones

no sólo se vinculan con una mayor felicidad desde la perspectiva budista sino también ha habido cientos de estudios científicos en los años recientes demostrando que las emociones positivas tienen efectos beneficiosos sobre nuestra salud física y mental, las relaciones y el éxito en general en la vida, incluyendo el éxito profesional y la prosperidad financiera.

Naturalmente, también hay muchas emociones y estados mentales que pueden conducir a un mayor sufrimiento: la hostilidad, el odio, la ansiedad extrema, los celos, la avaricia, la falta de honestidad, el prejuicio, etc. A estos se les llama emociones negativas, aunque en nuestras discusiones, a veces, hemos usados otros nombres de manera intercambiada – tales como, emociones destructivas, emociones perturbadoras o *Kleshas* en Sanscrito, lo que a veces se traduce como “emociones conflictivas” o “ilusiones”. Mientras que los términos “emociones positivas” y “emociones negativas” se usan comúnmente; estas categorías no se limitan a lo que convencionalmente se definiría como emociones verdaderas – por ejemplo, la honestidad, la tolerancia o la humildad están incluidos entre las emociones positivas, mientras que la falta de honestidad o la falta de autodisciplina pueden ser vistas como emociones negativas. Pero sea cual sea el término que uno elija usar, el principio budista clave aquí es que la emoción negativa y su antídoto son

fundamentalmente incompatibles, y uno no puede experimentar ambos en el mismo instante – la emoción positiva actúa para disipar la emoción negativa, tal como encender una luz despejará la oscuridad. Así, en la medida que gradualmente se cultiva la emoción positiva, aumentando su fuerza, habrá una reducción correspondiente de la emoción negativa, tal como verter agua fría al agua caliente – al echar más agua fría, hay una reducción correspondiente en la temperatura del agua.

En la década pasada, ha surgido nueva evidencia científica para probar

las personas fueron separadas en cuatro grupos, induciendo una emoción distinta en cada uno, haciéndolos ver partes de películas conocidas por provocar entretenimiento (una emoción positiva de “alta excitación”) contentamiento o serenidad (una emoción positiva de “baja excitación”), tristeza (una emoción negativa), como también un grupo de control neutral (sin provocar un cambio emocional). Los investigadores encontraron que los sujetos que estaban sintiendo las emociones positivas recuperaron mucho más rápido de los efectos de la ansiedad que el grupo de

entrevistador alemán que mencionó, que la sociedad moderna no tiene que causar de manera automática el estrés. Por supuesto, no cabe duda de que el estado general del mundo y las condiciones de la sociedad moderna pueden ser altamente estresantes. Un hecho ampliamente reconocido entre los científicos es que desde una perspectiva de la evolución, el cuerpo y los cerebros humanos fueron diseñados para la era Pleistocena, no la sociedad industrial y tecnológica moderna. Nosotros evolucionamos en pequeños grupos en la vasta sabana, no en metrópolis gigantes con personas apiladas capa por capa sobre sí en edificios de gran altura a cientos de metros en el aire. Nuestros cuerpos y cerebros no fueron diseñados para sentarse en un embotellamiento de tráfico, bocinas por todo alrededor, teniendo reuniones sin respiro todo el día, presentaciones que hacer en el último minuto, ser bombardeados con una estimulación sensorial constante desde películas y entretenimiento, correos electrónicos apilándose sin tiempo para responderlos, como también informes televisivos y de radio cubriendo todo el día todo tipo de desastres naturales u ocasionados por el hombre. Incluso, diez minutos de ver las noticias pueden elevar súbitamente el nivel de estrés personal. Y los estudios han demostrado que incluso el ruido de fondo a nuestro alrededor, que nosotros apartamos y ni siquiera notamos, presenta demandas sobre nuestro sistema nervioso para los que no fuimos preparados.

El resultado de todo esto es a menudo un estímulo crónico a nivel bajo de nuestra respuesta al estrés, activando las hormonas del estrés de maneras para las que nuestros cuerpos no fueron diseñados. Estas hormonas del estrés

## *Nuestras emociones positivas pueden actuar como antídotos, revertiendo los efectos negativos de la respuesta al estrés.*

la validez de este principio budista de maneras sorprendentes. Por ejemplo, en el creativo experimento conducido por la Dra. Bárbara Fredrickson, una de las investigadoras líderes en emociones positivas, junto con colegas en la Universidad de Michigan, a un grupo de sujetos se les indujo ansiedad y estrés diciéndoles que tenían solo algunos minutos para preparar un discurso que sería visto por sus pares y tendría una evaluación. Como se esperaría, los niveles de temor y ansiedad surgieron al instante, junto con una respuesta física de estrés, incluyendo una mayor pulsación, presión sanguínea, la vasoconstricción periférica, tensión muscular, etc. Después para sacar esta respuesta de estrés, a los sujetos se les dijo que el discurso había sido cancelado y no necesitarían hacerlo, ¡Uf! Después,

control. Los investigadores descubrieron, por ejemplo, que el ritmo del corazón y la presión sanguínea de los sujetos con emociones positivas se normalizaron mucho más rápido que el grupo de control, mientras que “el grupo triste” se demoró más en recuperarse que aquellos con control normal – induciendo a Fredrickson a proponer una nueva teoría sobre la función de las emociones positivas. Llamando su teoría La Hipótesis del Deshacer, ella propuso la idea de que las emociones positivas sirven para “deshacer” o contrarrestar los efectos mentales y físicos de las emociones negativas: en otras palabras, la idea de que *¡las emociones positivas actúan como antídoto para las emociones negativas!*

Esto tiene implicancias directas para la creencia del Dalai Lama, expresada al

*El cómo vemos el mundo a nuestro alrededor, cómo vemos a los otros, y cómo interpretamos las circunstancias y los eventos que están sucediendo a nuestro alrededor, pueden definitivamente afectar la forma en que podemos responder a nuestro ambiente, nuestro mundo y sus problemas. Ésta es nuestra mirada fundamental. Y creo que esto se relaciona directamente con nuestra habilidad para hacer frente a nuestros problemas y mantener la felicidad.*

fueron diseñadas para tomar una acción rápida, decisiva en una explosión intensa de esfuerzo y luego regresar a lo normal, fueron diseñadas para arreglárselas con las amenazas de depredadores y agresores peligrosos, no para preocuparnos por meses por un examen que viene, el estrés financiero o la pérdida de trabajo. Nuestro sistema de respuesta al estrés fue diseñado para una batalla rápida con un tigre dientes de sable, no una larga batalla en una corte de divorcio. Lo que es bueno para el cuerpo en una crisis breve puede ser muy dañino por períodos largos. La activación a largo plazo del sistema de respuesta al estrés o la sobre-exposición crónica a las hormonas del estrés puede alterar la operación y estructura de las células del cerebro que son críticas para la memoria, como también causar un gran número de problemas en la salud. Luego, además de este tipo de estrés de fondo crónico de la vida moderna, más encima debemos enfrentar situaciones adversas que nos molestan, evocando emociones negativas como la rabia o la ansiedad, asociadas con alzas fuertes en la respuesta al estrés, la reacción de lucha o huida.

Afortunadamente, como sugiere el Dalai Lama, existe una manera de superar estas reacciones crónicas y agudas de estrés – y como muestra el experimento

de Fredrickson, nuestras emociones positivas pueden actuar como antídotos, revertiendo los efectos negativos de la respuesta al estrés. Naturalmente, esto nos lleva a la pregunta fundamental, la pregunta clave: ¿Podemos aprender a regular nuestras emociones, traerlas a un control voluntario? Y aquí estamos hablando sobre un método de producir un aumento sostenido en las emociones positivas, no sólo una experiencia breve transitoria de emoción positiva al ver parte de una película.

Mientras nuestra conversación continuaba, el Dalai Lama siguió respondiendo esta pregunta.

Continuando nuestra conversación sobre el cultivar la felicidad mediante el entrenamiento de la mente, el Dalai Lama explicó, “Otra cosa – además de los antídotos específicos para las emociones negativas, también existe un antídoto general. Como sabes, dentro de la tradición budista, nosotros consideramos todas las emociones conflictivas que se originan en la ignorancia – concepto erróneo de la verdadera naturaleza de la realidad. Por lo tanto, el antídoto a la ignorancia, conocido como el factor Sabiduría o la generación de discernimiento al penetrar

la verdadera naturaleza de la realidad, puede ser visto como un antídoto general que puede eliminar todas las emociones negativas desde su raíz.

“También”, agregó él, “en relación a emociones positivas y negativas. Nuevamente, desde la perspectiva budista nosotros decimos que las emociones positivas tienen un fundamento válido, basado en la realidad, mientras que las emociones negativas carecen de esta base válida y, en general, se basan en la percepción errónea o distorsión de la realidad. Por ejemplo, la compasión hacia otra persona se basa en el reconocimiento de que la otra persona, al igual que uno, desea la felicidad y no quiere el dolor y el sufrimiento. Esto es una percepción válida, parte de la realidad. Por otra parte, con una emoción como el odio, encontraremos que usualmente se basa en la percepción del individuo como cien por ciento negativo o malo, como si ésta fuese la naturaleza permanente, incambiable de la persona. Eso es una distorsión de la realidad, pues si se investiga más de cerca, cada uno tendrá alguna cualidad positiva y ellos también tendrán el potencial de cambiar”.

Familiarizado con estos conceptos al haber asistido a tantas de sus charlas públicas al igual que nuestras conversaciones privadas, yo moví la

cabeza, luego regresando a la conversación a lo que yo consideraba temas más prácticos, dije, “Bien, por ahora, dejando de lado las cosas como fundamento válido o desenraizando permanentemente todas las emociones negativas, el punto principal aquí es desarrollar la habilidad de arreglárselas con nuestro medio ambiente, las adversidades y los estreses de la vida cotidiana, y encontrar la felicidad. Entonces, si las emociones positivas son los antídotos, luego la pregunta lógica es cómo cultivarlas... y me imagino que, básicamente, la principal pregunta aquí es cómo podemos aprender a hacerles frente...”

Anticipando el resto de mi pregunta, el Dalai Lama continuó, “Entonces, creo que en gran parte nuestra actitud y percepción juegan un papel clave aquí. Una cosa es segura: *El cómo vemos el mundo a nuestro alrededor; cómo vemos a los otros, y cómo interpretamos las circunstancias y los eventos que están sucediendo a nuestro alrededor, pueden definitivamente afectar la forma en que podemos responder a nuestro ambiente, nuestro mundo y sus problemas. Ésta es nuestra mirada fundamental. Y creo que esto se relaciona directamente con nuestra habilidad para hacer frente a nuestros problemas y mantener la felicidad.* Entonces, necesitamos prestar atención a este nivel y desarrollar una mirada y actitudes que nos den fuerza y nos puedan ayudar a hacer frente a esto”.

“Bueno, Su Santidad, creo que sigo preguntando lo mismo una y otra vez” – me reí-, “pero, me pregunto si usted puede sugerir algún método más específico o concreto para ayudarnos en cómo llevar a cabo nuestro enfrentar. Por ejemplo, cómo va uno desarrollando exactamente una mirada que nos de

fuerza?”

El Dalai Lama se ríe. “Y yo sigo diciendo una y otra vez, la solución es, ¡‘Ser realista’! Este ser realista... Supongo que parece que esto es como un mantra para mí...”...enfoque realista..., enfoque realista...” al tratar los problemas. Por ejemplo, en nuestra lucha por la libertad de Tíbet, como sabes, yo siempre he abogado por un enfoque realista que involucra prescindir nuestra exigencia de una independencia absoluta y, a cambio, buscar una autonomía genuina. Se sabe que algunas críticas de parte de los tibetanos, quienes insisten en una independencia total, expresan que mi frase, ‘enfoque realista’, es fuente de gran molestia!

*“Entonces, de cualquier forma, yo creo que la base subyacente para este tipo de actitud y mirada y que ayuda más a hacer frente a las situaciones es el pensar realistamente, tener un enfoque realista.* Esto involucra la investigación y aumento de conciencia sobre la realidad de las situaciones a nuestro alrededor”.

Aunque hemos discutido este tema crítico del pensar realista en distintos contextos en el pasado (la última vez en el contexto de las emociones destructivas), esta mañana se me ocurrió otro pensamiento, una objeción que sentí que algunas personas pueden tener en respuesta a su postura.

“Bien, no estoy seguro de que todos estarían de acuerdo con ello”, indiqué. “Pienso que algunas personas queden decir que mientras estemos más concientes de todos estos problemas en el mundo, más realista se vuelve nuestro pensamiento, mientras más investigamos y vemos las cosas, mayor posibilidad de descubrir todo tipo de problemas que desconocíamos. Podemos descubrir que

nuestra sociedad ofrece más problemas que soluciones, etc. No tengo certeza de si esto nos haría más felices, más contentos o nos haría sentir más abrumados, más afligidos y desanimados. Quiero decir, si estoy preocupado por los problemas del armamento nuclear e investigo y descubro ‘la realidad’ de que todavía existen silos de misiles en toda el área donde vivo, eso no me ayudará a dormir mejor por la noche. (O, si soy más ‘consciente’ de ‘la realidad’ del calentamiento global o algo, es muy probable que me deprima en vez de hacerme más feliz).

“De nuevo, es un asunto de perspectiva”, dijo él, “y adoptar la perspectiva adecuada – porque tal descubrimiento también podría tener el efecto de aumentar el propio sentido de urgencia sobre el problema y estimular el impulso a reunir un grupo o volverse más activo políticamente o tomar alguna acción para intentar hacer algo al respecto.

“Al recomendar este enfoque del pensamiento realista, de una mayor conciencia y acercarse a la realidad, es muy importante entender qué se quiere decir con esta ‘mirada realista’”. Por ejemplo, no estoy sugiriendo que uno observe sólo los problemas del mundo o la realidad de sólo los aspectos negativos de la situación. Ésa es sólo parte de la realidad. *Un enfoque verdaderamente realista mira todos los ángulos y facetas de cualquier situación* – y esto incluiría lo bueno y lo malo, no sólo lo malo. La vida siempre consiste de problemas, pero también tiene momentos de benevolencia. *Entonces, yo creo que la base fundamental para desarrollar esta mirada o actitud realista es ver las cosas desde una perspectiva mayor. Al analizar,*

*investigar, se encontrará que hay muchas formas de ver un problema.* Por ejemplo, en vez de mirar sólo a las circunstancias más inmediatas, a veces, puede ser de ayuda mirar a largo plazo.

“Entonces, hablando en general aquí estamos refiriéndonos a una mirada más equilibrada, una mirada más completa. Ésta es una mirada más realista. Involucra desarrollar un tipo de pensamiento flexible que es capaz de ver una situación desde muchos ángulos. *Creo que en el pasado hemos hablado de cómo las emociones destructivas tienden a distorsionar la realidad y estrechar nuestra perspectiva. Entonces, al superar las emociones negativas necesitamos enfrentarlo adoptando una perspectiva más amplia y holística*”.

“Su Santidad, usted está diciendo que existen formas distintas de ver las cosas de manera realista, desde una perspectiva más amplia y que esto puede superar las emociones negativas y ayudarnos a hacer frente a los problemas de la vida”.

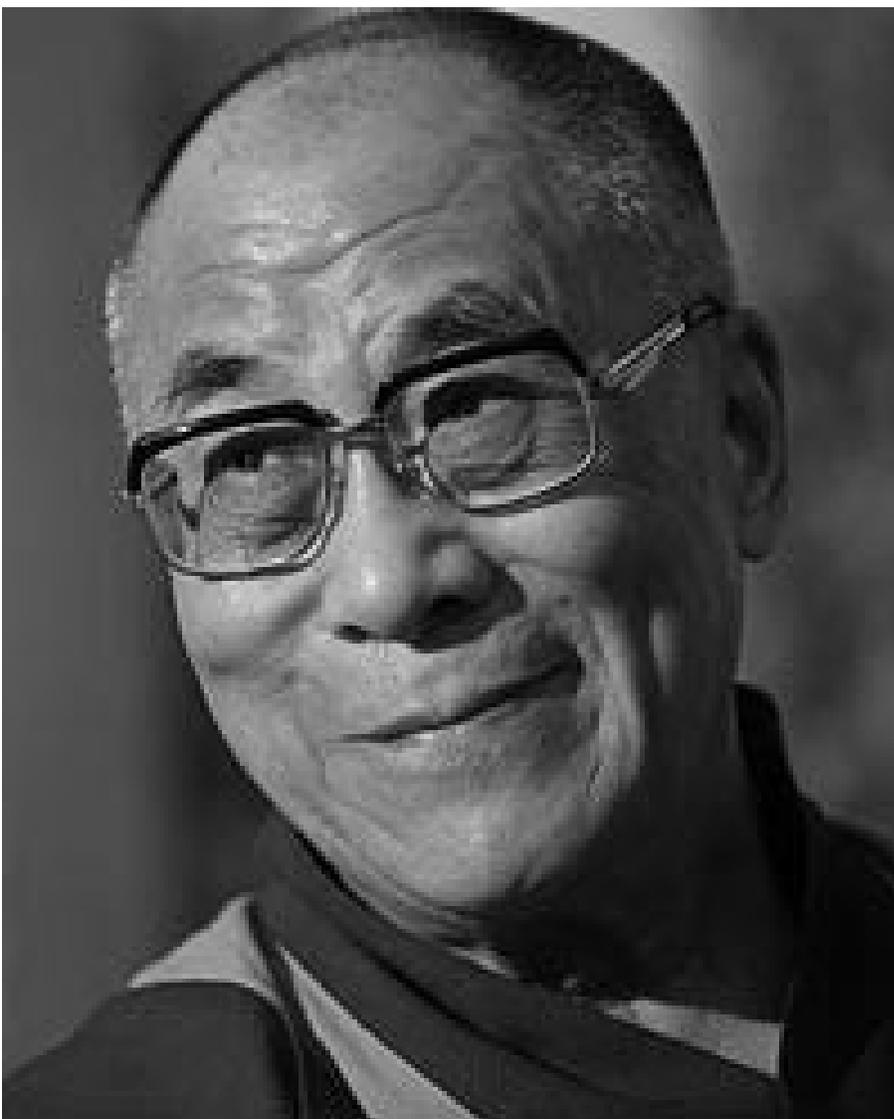
“Correcto”

“Entonces, ¿puede usted describir una de estas maneras y explicar cómo nos ayudaría?”

El Dalai Lama se mantuvo en silencio por algunos momentos, luego dijo, “Creo que uno puede comenzar con la propia actitud hacia los problemas y sufrimiento en general... Pienso que si tenemos una actitud realista y comprendemos que los problemas han de surgir naturalmente de una manera u otra, que es un hecho simple de la vida, nosotros seremos más efectivos al enfrentar los problemas cuando estos surgen”.

“¿Cómo nos ayudará esto a hacer frente a los problemas de manera más efectiva en vez de deprimirnos?”, pregunté.

“Por ejemplo, con esta actitud no nos



*Su Santidad el Dalai Lama*

sorprenderemos cuando los problemas lleguen – estaremos más capacitados para enfrentar nuestros problemas de manera directa, con menos temor, menor tendencia a evitar o simular que no están allí. Seremos capaces de poner nuestra energía en el intento de llegar a una solución, en vez de gastar energía sintiendo siempre que es injusto, enrabándonos y enojándonos por tener esta experiencia o buscando a un individuo o institución que culpar, y luego dirigir toda nuestra rabia hacia esa

‘fuente’ de todos nuestros problemas.

“Por supuesto, al tener la actitud apropiada sobre el sufrimiento es sólo una cosa. Nosotros también encontramos otras formas de ver las cosas desde una perspectiva más amplia, investigar enfoques distintos para percibir nuestros problemas desde ángulos diferentes, descubrir una mirada que nos pueda ayudar a hacer frente cuando los problemas surgen, pero una mirada que se basa en la realidad”.

*Una mañana dos hombres se*

*dirigían a una reunión de negocios muy importante e iban realmente atrasados. En el camino a la reunión, pincharon un neumático. No es necesario decir que el pasajero se enojó muchísimo por esto, pero notó que el conductor se mantenía totalmente en calma, imperturbado por la situación, y de inmediato se puso a cambiar el neumático. Mientras lo hacía, el pasajero se agitaba más y más con cada minuto, pero el conductor simplemente seguía trabajando, todavía totalmente en calma. Finalmente, el pasajero no pudo evitar preguntar, “Vamos a estar muy atrasados, ¿cómo puede estar tan en calma?” Y casi riendo, el conductor le respondió, “¡Éste es el tercero!” No satisfecho, por supuesto, el pasajero le pidió que se explicara, y él dijo, “Hace muchos años, cuando empecé a conducir, leí una estadística que indicaba el promedio de neumáticos reventados que los motoristas tendrán durante sus años de conducción. Entonces, en ese mismo momento decidí esperar mi cuota de neumáticos desinflados, el que a propósito, no ha llegado todavía al promedio y, a la vez, me di cuenta de que sin importar cuándo y dónde me suceda, yo podría estar seguro de que cuando sucediera, nunca sería conveniente. Pensé que simplemente era parte del costo normal de conducir, como el pagar por la gasolina y el aceite. Entonces, ésta es sólo una parte de mi cuota de neumáticos desinflados, eso es todo”.*

Hace mucho tiempo alguien me contó esta historia, y mientras el origen preciso de la historia se ha esfumado de mi memoria, la historia se quedó conmigo, viniendo a mi mente de vez en cuando, cuando comienzo a sentir que los eventos diarios están conspirando en mi

contra. Este cuento ilustra los principios analizados por el Dalai Lama esa mañana, mostrando cómo el aceptar los problemas como un hecho natural de la existencia humana puede ayudar a reducir la agitación y emoción negativa innecesarias. También muestra el principio más general, mostrando cómo una “mirada realista”, basada en el mirar el problema desde una perspectiva más amplia, nos puede ayudar a responder.

Paso a paso, el Dalai Lama continuó revelando un enfoque poderoso para encontrar la felicidad en nuestro mundo complicado, un enfoque para hacer frente a los problemas de la vida cotidiana sin llegar a ser superados por

*El enfoque del Dalai Lama para encontrar la felicidad en nuestro complejo mundo es un “enfoque realista”, desarrollando una “mirada realista”, lo que involucra “investigar y aumentar la conciencia de la realidad de las situaciones a nuestro alrededor”. - Howard Cutler*

la desesperanza, desaliento o temor. Habiendo mencionado cómo, desde la perspectiva budista, las emociones positivas podrían actuar como antídotos específicos para los estados negativos de la mente, ahora él continuó identificando un remedio para todo propósito, un antídoto general que puede erradicar por completo todas las emociones negativas superando la causa raíz, nuestra ignorancia fundamen-

tal. “Ignorancia” en este contexto no significa meramente una falta de información o conocimiento. Aquí, el término se refiere a una falta fundamental de conciencia de la naturaleza verdadera subyacente de la realidad, lo que se conoce como Vacío. Esto implica un tipo más activo de percepción errónea o malentendido de la realidad, una brecha entre cómo las cosas aparecen y cómo existen en realidad. Según la teoría budista, la percepción directa de la naturaleza última de la realidad, la “Realización del Vacío”, purifica la mente de todas las tendencias negativas y tiene como resultado un estado de Iluminación, en el que uno se libera de todo

sufrimiento y es liberado del *Samsara*, el ciclo infinito de nacimiento, muerte y renacimiento.

Este orden tiene su altura; ¡según las escrituras budistas puede llevar incontables eones de vida para alcanzar dicho estado! Entonces, la pregunta obvia es, ¿cuán relevante es esto para aquellos que no son practicantes budistas o aquellos que no desean esperar eones incontables de vida por la

felicidad? ¿Cómo se aplica esto a aquellos de nosotros que estamos luchando por hacer frente a nuestro mundo complicado y encontrar una medida de felicidad y paz?

Según la filosofía budista existen dos niveles de realidad, la realidad última y la realidad convencional. La naturaleza última de la realidad, como hemos mencionado, se refiere al concepto del Vacío y la percepción directa del Vacío surge como resultado de las realizaciones espirituales. La realidad convencional se refiere a la vida cotidiana, la realidad de nuestro sentido común que acepta la realidad de todo aquello que parece ser real. *De la misma manera, nos podemos referir a dos niveles de felicidad.* En una de nuestras conversaciones hace años, el Dalai Lama una vez se refirió a la Iluminación o Liberación como “la felicidad superior”. Esa es la felicidad última. El objetivo de la serie de El Arte de la Felicidad es mucho más modesto, pero aún así no siempre es fácil: el logro de una mayor felicidad cotidiana y satisfacción en la vida. Esto es la felicidad convencional.

Con esta última parte, podemos regresar a la idea expresada por el Dalai Lama en nuestra conversación y empezar a poner todo en su lugar. Como hemos visto, el enfoque del Dalai Lama para encontrar la felicidad en nuestro complejo mundo es un “enfoque realista”, desarrollando una “mirada realista”, lo que involucra “investigar y aumentar la conciencia de la realidad de las situaciones a nuestro alrededor”. Aquí, él se refiere a la realidad convencional. Es un tipo de método ‘todo propósito’ para tratar los problemas del día a día, haciendo frente a la adversidad, cultivar las emociones positivas y superar las emociones



*La Flor de Loto, aunque crece en aguas sucias, siempre está limpia al florecer*

negativas que son la causa de tanta parte de nuestro sufrimiento en la vida. Así, podemos ver paralelos directos en los dos niveles de realidad: la conciencia de la naturaleza última de la realidad, el Vacío, induce a “la felicidad última” y una mayor conciencia de la realidad convencional de la vida cotidiana induce a la felicidad convencional. Ambas pueden ser vistas como antídotos generales para las emociones y estados mentales negativos, con el antídoto “último” erradicando por completo todos los estados mentales negativos y el antídoto “convencional” (que es lo que estamos

explorando aquí) eliminando o reduciendo las emociones y estados mentales negativos lo suficiente como para disfrutar una vida feliz.

Finalmente, al establecer paralelos entre el método del Dalai Lama para superar las emociones negativas (y lograr felicidad) y los últimos estudios científicos sobre la felicidad, nosotros podemos agregar una teoría científica más reciente sobre las emociones positivas. Antes, vimos cómo la Hipótesis del Deshacer de Fredrickson aportó evidencia para el concepto de las emociones positivas actuando como

antídotos para las emociones negativas. Esto puede ser paralelo al concepto budista de “antídotos específicos”, cómo cada emoción negativa tiene una emoción positiva específica que puede actuar como un antídoto. Como resultado, Barbara Fredrickson y sus colegas también desarrollaron otra teoría altamente influyente que puede actuar como un paralelo para el concepto budista de un “antídoto general” para todas las emociones destructivas. La teoría de ella, el Modelo Amplio y Formado de las Emociones Positivas (Broaden and Build Model of Positive Emotions) también ayuda a explicar por qué el método del Dalai Lama es tan poderoso y efectivo.

Hasta la última década, la vasta mayoría de investigación científica sobre la emoción humana se enfocó en las emociones negativas. Como resultado, los neurocientíficos y psicólogos evolutivos desarrollaron teorías coherentes sobre por qué las emociones negativas evolucionaron, explicando cómo éstas ayudaron a nuestros ancestros remotos a sobrevivir. Desde una perspectiva evolutiva, las emociones negativas hicieron sentido. Pero cuando buscamos la razón por qué tenemos emociones positivas, buscando identificar cómo ellas fueron adaptables desde una perspectiva evolutiva, cómo nos ayudaron a sobrevivir, las cosas no tuvieron mucho sentido. A diferencia de las emociones negativas, habiendo sido cada una asociada con tendencias “pensamiento-acción” que nos instaron a actuar de maneras que nos ayudarían a sobrevivir, las emociones positivas no parecieron estar instándonos a hacer algo en particular; tal vez, sólo nos dijeron, “¡Hey, esto es bueno-sólo sigue haciendo lo que estás haciendo y no

cambies nada!” Resultó fácil ver cómo el placer físico, vinculado al disfrute de la comida o el sexo, jugaron un papel en la sobrevivencia y reproducción, pero el valor de adaptabilidad de muchas otras emociones positivas fue ampliamente un misterio.

La parte *formada* de la teoría Ampliadas y Formadas propone que las

estrategias para obtener recursos y formas de adaptación a nuestro medio ambiente. Y éstas son las emociones que ayudan a promover lazos sociales que recompensan en el futuro, cuando las cosas puedan volverse difíciles y necesitamos acudir a otros para que nos ayuden. Mientras los seres humanos evolucionaban y vivían más tiempo, sin

*La técnica o método primario que él recomienda para cultivar esta mirada realista es observar las situaciones adversas desde una perspectiva más amplia, desde ángulos distintos, mirar “la gran imagen”, adoptar una perspectiva a largo plazo, cultivar una manera flexible de pensar que nos permite ver las cosas de forma nueva, etc. Éste es precisamente el tipo de pensamiento que los investigadores han asociado con las emociones positivas mediante los experimentos recientes.*

- Howard cutler

emociones negativas fueron diseñadas para ayudarnos a sobrevivir cuando nos encontrábamos en peligro, mientras que las emociones positivas fueron diseñadas para aquellos momentos cuando las cosas estaban bien, a salvo, y su propósito fue formar recursos físicos, intelectuales y sociales que nosotros podríamos usar a futuro, lo que aumentaría nuestras posibilidades de sobrevivencia. Estas son las emociones asociadas con la invención y el descubrimiento, del pensar las nuevas

duda sirvió el pensar sobre el futuro y formar algunos recursos que podríamos gastar más adelante en el tiempo.

En uno de los experimentos iniciales que demuestra el efecto de la “ampliación” de las emociones positivas, Fredrickson y sus colegas reunieron a un grupo de sujetos prueba, los dividieron en grupos y evocaron una emoción distinta en cada grupo al hacerlos ver partes de películas que provocaban una cierta emoción, como la entretención, la rabia o el miedo. Luego

ella evaluó el efecto de la emoción en la habilidad del participante para pensar amplia o estrechamente, ver ya fuera “la gran imagen” o enfocarse en los detalles pequeños. Ella realizó esto de diversas maneras. En un experimento, por ejemplo, ella usó una “tarea de procesamiento visual local global” – ella les mostró un diagrama de algunas formas geométricas, la figura “normal o corriente”. Luego les mostró otros dos diagramas y les pidió que juzgaran cuál de las dos figuras comparativas se parece más a la normal. Ninguna elección estaba “correcta” o “equivocada”; una figura de comparación representaba la norma en toda su forma o “configuración global”, y la otra representaba la primera más en detalle o “los elementos locales”. Los resultados demostraron que aquellos que estaban sintiendo emoción positiva estuvieron mucho más proclives a “ver la gran imagen” y eligieron la figura que representaba la forma general. Aquellos que estaban sintiendo de manera neutral o negativa estuvieron más inclinados a mostrar un modelo de pensamiento más estrecho, enfocados en los detalles pequeños. Desde ese experimento inicial, Fredrickson y los demás han llevado a cabo muchos tipos de experimentos similares demostrando de forma conclusiva algunas de estas diferencias fundamentales en el pensamiento entre aquellos en un ánimo positivo y aquellos en uno negativo.

Otra investigadora, Alice Isen de la Universidad Cornell, una de los verdaderos pioneros en la investigación de las emociones positivas, ha investigado los efectos de las emociones positivas en el pensamiento por más de dos décadas, acumulando evidencia extensa que demuestra sus

efectos de ampliación. En un estudio, por ejemplo, ella indujo un sentimiento positivo en un grupo de sujetos y les hizo realizar algunos ejercicios de asociación de palabras. Ella les daba una lista de tres palabras, por ejemplo “segadora”, “extranjero” y “atómico”, luego les pide pensar en una palabra que se relacione con las tres (respuesta: “energía”). Ella encontró que los sujetos que se estaban sintiendo felices efectivamente lo hicieron mejor que el grupo control. Su investigación original que usó este método fue diseñada para estudiar los efectos de las emociones positivas en la creatividad, pero al conducir experimentos como estos, también se volvió claro que las emociones positivas ayudan a las personas a ver las cosas desde una perspectiva más amplia, opuesto a los efectos de estrechez de las emociones negativas.

Con esto como antecedente, si miramos ahora nuevamente “el enfoque realista” del Dalai Lama, ¡de pronto encontramos que sus palabras comienzan a ser parte de un círculo familiar! La técnica o método primario que él recomienda para cultivar esta mirada realista es observar las situaciones adversas desde una perspectiva más amplia, desde ángulos distintos, mirar “la gran imagen”, adoptar una perspectiva a largo plazo, cultivar una manera flexible de pensar que nos permite ver las cosas de forma nueva, etc. Éste es precisamente el tipo de pensamiento que los investigadores han asociado con las emociones positivas mediante los experimentos recientes.

Aquí surge una pregunta crítica. La investigación muestra cómo nuestras emociones positivas y los sentimientos de felicidad en general actúan para

ampliar nuestra perspectiva o mirada. El Dalai Lama sugiere lo opuesto – que el cultivar una mirada más amplia, una perspectiva más realista (usando nuestra capacidad para razonar, analizar, de lógica, etc.) es un enfoque efectivo para hacer frente a nuestro mundo complicado y mantener la felicidad. Entonces, las emociones positivas pueden *conducir* hacia este tipo de mirada de la que habla el Dalai Lama, pero ¿es lo opuesto verdad? En otras palabras, ¿lleva el cultivar deliberadamente una mirada más amplia, el ver nuestros problemas desde ángulos diferentes, etc., a emociones más positivas?

En una palabra, ¡Sí! Los estudios hechos por Fredrickson y otros han demostrado que es una calle de ida y vuelta: las emociones positivas conducen hacia un pensamiento más amplio y la práctica del pensamiento más amplio conduce a emociones positivas. El resultado es lo que los investigadores identificaron como una “espiral hacia arriba”, donde mientras más se practique el pensamiento más amplio, se experimentarán más emociones positivas y felicidad, lo que a su vez conducirá hacia una mirada más amplia, etc.

Pareciera no haber duda de que el mirar las situaciones desde una perspectiva más amplia puede ayudarnos a cultivar emociones más positivas y puede ayudarnos a hacer frente a los problemas cotidianos con mayor efectividad. Naturalmente, existen ciertas emociones positivas o estados mentales que son de valor e importancia particulares al tratar algunos de los problemas más serios y difíciles de manejar en el mundo hoy: la esperanza, el optimismo y la resiliencia.

Así, a la mañana siguiente entramos en estos puntos críticos. ■

# La Historia del Terremoto de Kyigudo

*Han pasado casi dos meses desde que el devastador terremoto de 6,9 grados golpeó la ciudad tibetana de Kyigudo el 14 de abril. Como el desastre natural más destructivo que azota el altiplano tibetano en el recuerdo viviente, el terremoto ha causado sufrimiento y daño sin precedentes en la región de Kyigudo, centro de la vida nómada tibetana y fuente de la herencia cultural tibetana. Este informe se presenta para dar una mejor imagen a los lectores de los eventos que acompañaron este desastre natural.*

## La ciudad infortunada

El área donde fue el terremoto se conoce como Ga Kyigudo (a veces deletreado como Jyegundo) por los tibetanos. A veces, se reduce a “Jyegu”, o actualmente, al término con carácter más chino “Jiegu”. Históricamente, el área de Kyigudo estaba habitada por el pueblo Gapa y, por lo tanto, se conoce como “Ga Kyigudo”. Hoy en día se ubica en la “Prefectura Autónoma Tibetana Yushu” en la provincia de Qinghai (Tib.: Amdo). Kyigudo ha sido la capital de la

Prefectura Autónoma Tibetana Yushu desde 1951. La prefectura consiste en seis condados, contiene 121 monasterios y tiene una población de 237.000 personas. La ciudad de Kyigudo en sí tiene 37.000 habitantes. Ecológicamente, la región de Kyigudo es significativa no sólo porque tiene praderas vastas y ricas para apoyar una vida nómada tibetana exitosa, sino también por ser la fuente principal de los tres ríos mayores – el Amarillo (Tib.: Machu), Yangtze (Tib.: Drichu) y Mekong (Tib.: Dzachu), que

sirven como cursos de vida para millones de personas en Asia.

## Destrucción y número de víctimas

El devastador terremoto echó abajo virtualmente 80 por ciento de toda la ciudad de Kyigudo, habitada predominantemente por tibetanos y dejó a 100.000 personas sin hogar.

Según las fuentes gubernamentales chinas, el número final de víctimas del terremoto subió a 2.698 personas, incluyendo 199 estudiantes. Al menos



*La ciudad de Kyegudo antes del terremoto*



*La ciudad de Kyegudo después del terremoto*

270 personas todavía se encontraban desaparecidas y más de 12.135 heridas, de las cuales 1.434 resultaron severamente heridas. La mayoría de las víctimas, según fuentes locales, son niños y ancianos, quienes eran demasiado débiles como para salir cuando sucedió la tragedia.

El número de víctimas ha sido cuestionado por los lugareños y otros. En su artículo, “Preguntas sobre las víctimas del terremoto en Tíbet”, publicado en Asia Sentinel el 20 de abril, el conocido observador de China, Willy Lam escribió:

“Los muertos en el terremoto de Qinghai parecen ser mucho más que lo que las autoridades admiten... Los lamas tibetanos que son

responsables del entierro de las víctimas dijeron a los reporteros de varios periódicos de Hong Kong y estaciones de televisión que, al menos, 8.000 residentes habían fallecido... El Ming Pao de circulación masiva de Hong Kong también citó a un oficial de la Fiscalía Suprema Popular diciendo que el número total de fallecidos en Yushu podría alcanzar a más de 10.000”

Para los tibetanos en el área, no es sólo la pérdida de vidas a raíz del terremoto lo que aflige, sino el impacto sobre la cultura religiosa tibetana, ya en peligro antes del terremoto debido a los objetivos políticos y estratégicos de China en la región. El paisaje de Kyigudo comparte ermitas remotas, monasterios

antiguos y establecimientos religiosos. La destrucción de los monasterios y la muerte de monjes profundizan todavía más el sentimiento de desposeimiento y pérdida. Uno de los residentes de la ciudad dijo a la reportera de The Guardian, Tania Branigan, “Lo peor es el monasterio... Tiene 800 años, tiene tantos tesoros que los monjes y la gente común respeta y protege. Es lo más importante para nuestras vidas”.

La persona se refiere aquí al monasterio Thrangu, un antiguo complejo monástico de 1.300 años que se redujo a escombros con el terremoto. Thrangu solía tener la mayor biblioteca con una colección enorme de escrituras budistas en la prefectura Yushu. Aparte del salón principal del monasterio, todos

los otros edificios en el complejo, incluyendo el sector de vivienda de los monjes y otros más pequeños, colapsaron con el terremoto, y escrituras, pinturas, pinturas de thangkás tradicionales tibetanas y estatuas del Buda quedaron sepultados.

### Respuestas al terremoto

Las noticias del terremoto se recibieron con gran impacto y ansiedad por los tibetanos tanto dentro como fuera de Tíbet. De inmediato tras oír las noticias de la tragedia, Su Santidad el Dalai Lama y la Administración Tibetana Central con base en Dharamsala, India, transmitieron sus condolencias. En su mensaje del 14 de abril, el Dalai Lama dijo: “Me siento profundamente entristecido por la pérdida de vida y

propiedad como resultado del terremoto que azotó Kyigudo esta mañana. Nosotros estamos orando por aquellos que perdieron sus vidas en esta tragedia y sus familias, y otros que han sido afectados. Aquí en Dharamsala, se está realizando un servicio de oración especial en el templo principal en su nombre. Es mi esperanza que lleguen a estas personas toda la asistencia y apoyo posibles. Me encuentro explorando cómo puedo yo contribuir también a estos esfuerzos”.

Las diásporas tibetanas organizaron servicios de oración especiales por las víctimas y también lanzaron iniciativas para coleccionar donaciones, las que fueron canalizadas o lo serán mediante organizaciones sin fines de lucro

involucradas en el trabajo de ayuda por el terremoto dentro y fuera de Tíbet.

### a) Los monjes y los esfuerzos por rescate

Durante los dos primeros días, los rescatistas gubernamentales no podían llegar al lugar. En ausencia de ellos en terreno, los monjes budistas tibetanos tomaron un papel guía voluntariamente en la misión de rescate, limpiando escombros y encontrando a sobrevivientes como también coordinando apoyo desde los monasterios. Inicialmente, fueron los monjes de cinco o seis monasterios no dañados ubicados en las afueras de Kyigudo quienes llegaron primero a socorrer a las víctimas del terremoto. Desde la tarde del primer día, miles de



*Monjes y residentes tibetanos abocados al trabajo de rescate*



*Monjes distribuyendo alimento y otros implementos de necesidad cotidiana*

monjes de los monasterios de Sershul, Serta y Sumang, ubicados en la provincia vecina de Sichuan, vinieron al área del terremoto para ofrecer su ayuda. Los monjes de monasterios más pequeños en Derge y Kanze también se les unieron más tarde.

Incluso después de que los

trabajadores de rescate del gobierno –la policía armada popular y soldados del Ejército de Liberación Popular–, llegaron a Kyigudo, muchos de los cuales venían de tierras bajas, padecieron con la altitud y no pudieron asumir el trabajo de rescate de inmediato. El reportero de The Telegraph (periódico inglés), Malcolm Moore,

escribió el 19 de abril que los equipos de rescate de las provincias a nivel del mar de Guangdong y Shandong fueron enviados a casa tras verse imposibilitados a ajustarse al delgado aire.

El sábado 17 de abril, los monjes organizaron una cremación de cientos de víctimas, rompiendo con la tradición de siglos de “quemadas abiertas”. En el momento de prender fuego a los cuerpos, unos mil monjes cantaron oraciones por los fallecidos y cientos de aldeanos se ubicaron al costado de los cerros a observar las llamas que se extendían hacia el cielo. Comentando sobre la situación, un monje le dijo a Anita Chang, escritora de Associated Press, que el número de cadáveres hizo imposible organizar el rito tradicional de “quema abierta” para las víctimas. Él dijo, “No hay suficientes buitres para todos estos cuerpos”.

El 19 de abril, los monjes del Monasterio de Serta aportaron 200 yuan (US\$ 30) en efectivo para cada familia que había perdido su hogar y un ser querido.

El Dalai Lama aplaudió las iniciativas tomadas por la comunidad monástica y dijo, “Este tipo de trabajo voluntario al servicio de otros pone realmente en práctica la aspiración bodhisattva”. Cuando el Premier chino Wen Jiabao y el Vicepremier Hui Liangyu visitaron el lugar afectado, ellos también se reunieron con los monjes y alabaron sus esfuerzos desinteresados y contribución.

#### **b) El intento del Dalai Lama por visitar el sitio del terremoto**

El 16 de abril, el portal noticioso en idioma chino, Boxun, envió una copia de la petición escrita presentada por los sobrevivientes del terremoto al Presidente chino Hu Jintao y Premier Wen Jiabao, solicitando que se le

permitiera al Dalai Lama visitar Tíbet, “para ofrecer salvación a nuestros fallecidos y oraciones a las víctimas”. Teniendo presente esta solicitud y comprendiendo también la terrible situación, el Dalai Lama emitió el 17 de abril una declaración expresando sus deseos de visitar el área afectada por el terremoto. En su declaración, él escribió:

Cuando Sichuan fue golpeada por el terremoto hace dos años, yo quise visitar las áreas afectadas para orar y confortar a las personas allí, pero no pude hacerlo. Sin embargo, cuando Taiwán fue golpeado por un tifón el año pasado, pude visitar las familias afectadas y orar con ellos por aquellos

que habían perecido en ese desastre. Al proporcionar algo de consuelo a las personas afectadas, me sentí feliz de poder hacer algo útil. Esta vez, el lugar del terremoto, Kyigudo (Chino: Yushu), queda en la provincia de Qinghai, que resulta ser donde tanto el fallecido Panchen Lama como yo nacimos. Para satisfacer los deseos de tantas personas allí, estoy ansioso de ir y ofrecer mi apoyo.

En la misma declaración, Su Santidad también elogió a las autoridades chinas, en particular al Premier Wen Jiabao, por visitar el área afectada y supervisar el trabajo de ayuda. Él agregó, “La comunidad tibetana en exilio quisiera

ofrecer todo apoyo y asistencia que pueda al trabajo de ayuda. Nosotros esperamos poder hacerlo mediante los canales adecuados y apropiados tan pronto como sea posible”.

El gobierno chino no respondió a la solicitud del Dalai Lama. El 20 de abril, cuando un corresponsal extranjero en Beijing le preguntó al vocero del Ministerio de Relaciones Exteriores Chino con respecto a la respuesta del gobierno chino, el vocero Jiang Yu simplemente dijo, “China respeta absolutamente las creencias y costumbres religiosas de los lugareños y todas las ceremonias religiosas, incluyendo actividades de oración y



*El Premier chino Wen Jiabao visitando el área azotada por el terremoto*



*Sus casi 100.000 residentes quedaron sin hogar y Kyegudo se transformó en una ciudad de carpas tras el terremoto*

expiación, se estaban llevando a cabo sin limitación alguna”. Él evitó hacer referencia directa a la solicitud.

### **c) Esfuerzos desesperados por ganar los corazones de los sobrevivientes**

Apreciando la sensibilidad alrededor del evento del terremoto, principalmente porque la región golpeada por éste es habitada predominantemente por tibetanos, y también por temor a repetir los desordenes que barrieron el altiplano en la primavera del 2008, lo que implicó una seria amenaza a la estabilidad y unidad de China, Beijing hizo esfuerzos extras para responder rápidamente al desastre y coordinar los trabajos de ayuda.

El gobierno desplegó más de 10.000 soldados, policías y funcionarios médicos y distribuyó 10.000 carpas para proporcionar un albergue temporal a los sobrevivientes. Según Xinhua, la agencia de noticias oficial, el gobierno había designado 700 millones de yuan (102,6 millones de dólares) para los esfuerzos de apoyo tras el terremoto que incluían reubicación, subsidio para las necesidades cotidianas, cuidado médico, prevención de epidemias, reapertura de escuelas y la reparación de infraestructura.

Varios líderes nacionales visitaron la zona del terremoto uno tras otro, lo que es sin precedentes. Justo un día después del desastre, el Vicepremier Hui Liangyu

visitó el área azotada para acceder a la situación. Su visita fue seguida por la del Premier Wen Jiabao, quien pasó dos días en la zona del terremoto. El Presidente Hu Jintao acortó su visita a América Latina y visitó el área afectada. El Vicepresidente Xi Jinping y el Presidente de la Conferencia Consultiva Política Popular China (CCPPC), Jia Qinglin, también visitaron el área.

Junto con las visitas, el impulso de propaganda del gobierno fue igualmente sin precedentes y ambicioso: “¡Habrán nuevas escuelas! ¡Habrán nuevos hogares!”, escribió el Presidente Hu Jintao en la pizarra durante una visita a una escuela temporal adaptada en una carpa. “Nosotros podemos superar el

desastre y mejorar la unidad nacional”, dijo Wen a los sobrevivientes en su segunda visita, agregando, “No importa si ustedes son tibetanos o Han, todos están en una sola familia”.

Además, el gobierno anunció el 21 de abril como un día de duelo nacional. Las ceremonias de duelo se realizaron en todas las oficinas del gobierno, colegios, unidades militares y unidades de trabajo en toda China. Similarmente, los trabajadores de todas las unidades tuvieron que donar para apoyar al daño del terremoto y se realizaron conciertos musicales espectaculares para juntar fondos para los trabajos de ayuda. El 31 de mayo, el Xinhua, agencia noticiosa oficial china, informó que el Ministerio de Asuntos Civiles había reunido donaciones por 7,13 billones de yuan (1.04 US\$). Todo esto fue cubierto ampliamente por los canales de televisión del estado. Sin duda, estos esfuerzos apuntaban, por un lado, a ganarse los corazones de la gente tibetana y, por el otro, a proyectar a la comunidad internacional que Beijing presta una atención seria a las relaciones y sensibilidad étnicas.

Irónicamente, estas iniciativas se desarrollaron con el esfuerzo del gobierno para minimizar los roles jugados por los tibetanos, en particular los monjes, en los trabajos de rescate y apoyo. En la zona del terremoto, el personal del Ejército Chino y otros funcionarios de gobierno habían comenzado a dar un codazo fuera a los monjes tibetanos de los esfuerzos de rescate y ayuda. Los medios estatales, en particular, los canales de televisión habían comenzado a destacar las iniciativas del gobierno y su ayuda, minimizando las contribuciones hechas por los monjes tibetanos. Algunos de

los monjes dijeron al reportero del New York Times, Michael Wines, que “...el gobierno quería mostrar las operaciones de rescate no como un esfuerzo indígena, sino un gesto generoso de parte del gobierno central para la población tibetana étnica de la región”. La observación de los monjes tibetanos también fue compartida por una reportera china, Ai Mo, quien escribió sobre la politización de este desastre natural en el periódico en idioma chino de circulación masiva de Hong Kong, Ming Pao. Ella escribió, “Cuando el período dorado de 72 horas para rescatar a los sobrevivientes de las ruinas pasó, cuando empezaron las cremaciones a gran escala, parecía como si algo hubiese cambiado, el área del desastre se había vuelto un escenario”. Ella luego agregó: “En el escenario del director, los monjes eran los únicos actores que apoyaban, siendo forzados al margen del escenario. Esto a pesar del hecho de que en la vida real, estas personas en túnicas rojas tienen el papel más importante de todos, incluso más importante que el rol de las tropas de rescate”.

#### **d) Kyigudo se transforma en un escenario; consecuencias para los tibetanos**

Al bajar el ritmo del trabajo de rescate, las tensiones comenzaron a aflorar de manera más prominente. Los sobrevivientes tibetanos resintieron la manera en que los trabajadores gubernamentales condujeron el rescate y la ayuda. Los sobrevivientes dijeron a los reporteros noticieros extranjeros que los rescatistas gubernamentales discriminaban entre las víctimas y daban más atención a los miembros de las empresas estatales o las unidades de trabajo descuidando a los ganaderos

tibetanos que no tenían una unidad de trabajo. Ellos también se quejaron de que los funcionarios de rescate del gobierno se interesaban más en la propaganda de los medios que el trabajo de rescate en sí. Un sobreviviente dijo al reportero del South China Morning Post, Ng Tze-wei, “[Ellos] sólo estaban cavando en lugares donde las personas los pudiesen ver y no en áreas alejadas de la ciudad. Ellos simplemente aparecieron, pusieron una bandera, se tomaron una foto y se fueron”. La crítica también fue compartida por una reportera china, Ai Mo quien escribió: “En las calles de Yushu habían muchos funcionarios y soldados que no tenían nada que hacer. Uno podía ver muchas ruinas de casas en el camino que aparentemente nadie había registrado en búsqueda de sobrevivientes, aunque había muchas banderas y panfletos proclamando la calidad sobresaliente de este u otro grupo de las tropas de rescate”. Además, los sobrevivientes no estaban felices por la falta de respuesta de parte del gobierno en relación a la petición de permiso para que el Dalai Lama visitara el área afectada por el terremoto.

Los monjes tibetanos, por otra parte, se resintieron porque sus esfuerzos no estaban siendo apreciados por los oficiales de gobierno. El South China Morning Post citó el 20 de abril a dos lamas reencarnados tibetanos quienes habían comentado que el gobierno había fallado en usar a los monjes a cabalidad. Uno de los lamas dijo, “He intentado llamar al secretario del condado pero no lo pude encontrar. Traté de hablar con alguien del Departamento Laboral del Frente Unido pero esa persona no pareció interesada en lo que pudiéramos hacer”. El segundo lama agregó que: “En la mayoría de los lugares donde había soldados, no se nos permitió ayudar.

Sólo podíamos ayudar a cavar en lugares donde no había rescatistas gubernamentales”.

El 19 de abril, los oficiales ordenaron a los monjes retirarse de la zona del terremoto y regresar a sus lugares respectivos. Esta orden vino directamente de Jia Qinglin, Jefe de la Conferencia Consultiva Política Popular China y el hombre que está a cargo de los asuntos de las minorías étnicas de China. Al dar la orden, Jia también dijo que “fuerzas hostiles externas” estaban intentando sabotear los esfuerzos de ayuda e instó a todos a realizar esfuerzos extras para asegurar la unidad y estabilidad en la zona del terremoto. Luego, el 23 de abril, en una respuesta escrita a la Associated Press, la Oficina de Información del Consejo Estatal del Gobierno Central Chino escribió que “traería más dificultades al trabajo de ayuda si gran personal no profesional se encuentra en escena”. Los tibetanos estaban sin duda descontentos con las nuevas restricciones impuestas a los monjes. La intelectual tibetana con base en Beijing, Woesser, dijo al South China Morning Post que la decisión de pedir a los monjes que se fueran no sería bien recibida por los sobrevivientes del terremoto y profundamente religiosos en Yushu. “Muchos tibetanos en Yushu confían en los monjes más que en los rescatistas enviados por el gobierno”, dijo ella. “Hay muchas personas esperando por ayuda en lugares de apoyo establecidos por monjes que en aquellos de los soldados del ELP”. En la mañana del 20 de abril, los monjes de las áreas aledañas habían comenzado a dejar la zona del terremoto.

Alrededor de la misma hora, las restricciones estaban comenzando a ser



*Los intelectuales tibetanos se convierten en un nuevo objetivo de la represión del gobierno chino.*

impuestas sobre los trabajos de apoyo extranjeros y una serie de ONGs tibetanas locales involucradas en los trabajos de ayuda. Se emitió una nueva orden para las ONGs tibetanas locales, prohibiéndoles recibir fondos desde el extranjero.

Aparte del desagrado de los tibetanos, estos eventos no agradables fueron seguidos por el arresto del prominente escritor tibetano e intelectual llamado Shogdung en su oficina en Xining, la capital de la Provincia de Qinghai el 23 de abril. Los tibetanos en Tíbet creen que el arresto de Shogdung se relacionó con el terremoto, ya que tres días después del terremoto, el 17 de abril, un grupo de prominentes intelectuales tibetanos con base en la provincia de Qingbai había escrito una carta abierta

de condolencia por las víctimas del desastre y Shogdung era uno de los firmantes a ésta. Él también publicó la carta en su blog. La carta abierta expresa condolencias y a la vez era crítica del gobierno chino en su manejo de los esfuerzos de ayuda. De hecho, tras los desordenes de la primavera de 2008 en el altiplano tibetano, aparte de los monjes y monjas, las autoridades del gobierno habían puesto a los intelectuales y cantantes tibetanos bajo el radar de vigilancia y restricciones serios. Más de 50 intelectuales tibetanos fueron arrestados tras la agitación.

Aplicando sal sobre los corazones ya heridos de los sobrevivientes del terremoto y el pueblo tibetano en general, las autoridades chinas comenzaron a usar la oportunidad de este desastre

natural para promover al Panchen Lama elegido por Beijing, Gyaltzen Norbu. Organizaron su visita al sitio del terremoto seguida por la visita a Kumbum, uno de los mayores monasterios en la provincia de Qinghai; Lhasa la capital de Tíbet; Lhokha, la cuna de la civilización tibetana; y Shigatse, la sede del Panchen Lama. Estas visitas han recibido gran visibilidad en los medios de prensa y televisión estatales.

### Consecuencias

Se indica que para el momento en que el trabajo de reconstrucción de la zona del terremoto se termine dentro de dos o tres años, como prometido por el gobierno, veremos una ciudad de Kyigudo totalmente distinta, más allá de reconocimiento por parte de la mayoría de las personas. Para entonces, el pueblo tibetano podrá haber perdido para siempre Kyigudo como el corazón de la vida nómada tibetana y un centro de la

herencia cultural tibetana. Para entonces, puede que sea igual que cualquier otra ciudad como Chamdo, Lhasa o Nyintri donde el pueblo tibetano es reducido a una minoría insignificante.

A pesar de todos estos eventos desagradables, como reflejo de las diversas actividades tanto dentro y fuera de Tíbet, incluyendo las nuevas canciones relacionadas al terremoto que surgen desde ambos lados, este desastre también ha acercado y unido al pueblo tibetano. ■

## Carta de un Monje Tibetano en el Área del Terremoto

# No usen el incidente trágico como un escenario para su exhibición

*High Peaks Pure Earth (<http://www.highpeakspureearth.com/>) tradujo (Miércoles 5 de mayo de 2010) la carta de un monje tibetano escrita originalmente en tibetano el 21 de abril del 2010 en Kyegudo, el área en Kham afectada por el terremoto del 14 de abril. La carta ofrece una perspectiva personal sobre el trabajo de ayuda en terreno, ideas sobre la cantidad de trabajo realizado por los monjes y monjas, y critica a los soldados chinos. Sobrecogedoramente, el monje ve los esfuerzos de ayuda chinos como una presentación con énfasis en los medios de comunicación y el espectáculo. Las visitas de los líderes chinos también se miden en la cantidad de horas en que los esfuerzos de ayuda se detuvieron.*

**E**l terremoto en Kyegudo ocurrió a las 7.40 hrs. el 14 de abril y fue muy potente. En el inicio mismo, yo oí que este terremoto dañó enormemente nuestro monasterio y dos compañeros monjes habían muerto. Poco después oímos más noticias, una tras otra, diciendo que el número de muertos estaba aumentando rápidamente.

Más de doscientos monjes dejaron el monasterio de Kyegudo para rescatar a personas que estaban sepultadas pero por el tráfico en el camino llegaron a

Kyegudo cerca de las 8 de las noche. Cuando llegamos allí, nos dimos cuenta de que éste realmente fue un terremoto devastador. Los postes de electricidad se habían caído y todas las casas estaban destruidas en el suelo. Cuando contactamos la oficina de rescate local en la ciudad para identificar la ubicación donde podíamos comenzar nuestro trabajo de salvar vidas, se nos dijo que la oficina ya estaba cerrada por el día y nos sugirieron que contactáramos la oficina al día siguiente.

Nosotros sabíamos que era urgente

así es que corrimos a todos los lugares donde había personas que parecían atrapadas tras el terremoto. Nos acercamos a un colegio que estaba parcialmente dañado con unos veinte estudiantes aproximadamente atrapados bajo las ruinas del edificio. Vimos que algunos soldados chinos estaban cavando las ruinas e intentando rescatar a los estudiantes. Nosotros nos encontrábamos en la parte de atrás del edificio del colegio desde donde podíamos ver la parte baja del cuerpo de un estudiante y un hombre allí diciendo,



su hijo de dos años estaba enterrado en el segundo piso de la casa en ruinas. Nosotros teníamos la esperanza de que el niño estuviese todavía con vida, entonces continuamos cavando el terreno con los soldados quienes se fueron nuevamente cuando hubo otro temblor pequeño. Cuando me enfrenté al comportamiento de los soldados chinos, yo me preguntaba dónde estaban estos bravos héroes del terremoto de Wenchuan y por qué no aparecían en Kyegudo.

Mientras los soldados estaban yendo a almorzar, un muchacho joven estaba rogando con lágrimas en sus ojos que los soldados regresaran a rescatar a su gente tan pronto como fuera posible. Al ver esta escena con mis propios ojos, me sentí tan mal y sufrí tremendamente. El equipo de rescate del ejército regresaba a su campamento para las comidas en cuanto sentían algo de hambre.

Después de pensar en esto por un rato, me di cuenta de que todos los programas de televisión me confundían y cada persona que mostraban en la televisión era un actor perfecto. De hecho, el trabajo de rescate no es fácil. Por ejemplo, cuando parte de una edificación de dos pisos se ha caído, el otro lado puede colapsar en cualquier momento y así las personas que están rescatando vidas alrededor se encuentran en gran riesgo. Por lo tanto, las personas que están en peligro y salvando la vida de otros deben ser aquellos que aman a su prójimo o están dispuestos a sacrificar sus vidas por otros. Estas personas son muy pocas en número y la mayoría de la gente son meramente actores en la pantalla de televisión.

En la tarde de ese día, algunos

trabajadores chinos de rescate llegaron y dejaron el lugar después de una hora diciendo que no había nadie en el terreno y dijeron, “incluso si hubiera personas allí abajo, no podemos hacer nada por ayudarlas”. Nosotros les dijimos a los soldados que no debían actuar así y que probablemente había vida bajo las ruinas de las casas. Infortunadamente, no prestaron atención a lo que dijimos y se fueron del lugar poco después.

Todos los programas de televisión estaban diciendo que las personas de distintas nacionalidades estuvieran unidas y trabajando codo a codo, y que los emocionantes momentos de ayuda en conjunto se podían ver en todas partes. Pero, en realidad, existe mayor molestia y rabia entre las personas de China y el pueblo tibetano.

Cuando estábamos yendo a rescatar vidas en la parte norte de la ciudad, no vimos a nadie enviado allí por los equipos de rescate oficial. Cuando llegamos, sólo vimos a muchas personas con panfletos en los que escribieron sus lemas de rescate y también atestigüamos un grupo de fotógrafos tomando fotos y filmándolos.

Una de las cosas injustas, tristes y desalentadoras es que ellos proclaman que todo el trabajo de rescate realizado por los monjes y tibetanos comunes era considerado como mérito de los rescatistas chinos. La verdad es que toda la ciudad estaba resguardada por policía fuertemente armada. Yo estaba pensando en cuán útil sería si el gobierno enviara más equipos de rescate en vez de enviar más fuerzas de seguridad para controlar a las personas en la región. Luego tuve otro momento para pensar sobre la política del régimen, me preguntaba cuál era el objetivo de las armas que llevaban los soldados.

Cuando me di cuenta de que el verdadero objetivo de las armas era que las personas de Kyegudo que acababan de perder a sus seres queridos, las lágrimas comenzaron a caer de mis ojos.

Yo había oído que el Premier chino Wen Jiabao llegó a Kyegudo. Wen dijo, “vuestra pérdida es nuestra pérdida y vuestro sufrimiento es nuestro sufrimiento”, lo que naturalmente conmovió a muchas personas en la región. Sin embargo, el efecto de su visita era obviamente que todas las zonas de la ciudad estuvieran bloqueadas y los rescatistas se transformaron en actores de los noticieros de televisión estatal.

Al quinto día después del terremoto, el Presidente Hu Jintao visitó la región y saludó a los soldados de rescate diciendo, “ustedes deben estar muy cansados ahora y deseo expresar mi sincero agradecimiento por su gran esfuerzo”. No expresó ni una sola palabra sobre los quince mil monjes y monjas que estuvieron trabajando sin descanso en terreno. Al contrario, estaban sucediendo muchos incidentes de abuso y tortura de los monjes y monjas, y el trabajo que ellos estaban haciendo se vio amenazado al decir, “es tiempo de restringir”.

Con certeza puedo decir que nosotros hicimos un mejor trabajo y de mayor eficiencia que el de los soldados y no hicimos nada ilegal. No tenemos deseo alguno de que alguien venga a expresar su aprecio por nuestro trabajo. Está más allá de nuestras expectativas y nos sentimos tan tristes de oír que nuestro trabajo de salvamento de vidas se considera una actividad criminal por parte de las autoridades.

El camino hacia la ciudad y todos los caminos al interior de ésta se cerraron

por más de 11 horas mientras Hu Jintao estaba de visita. La consecuencia de la visita no popular de Hu a la región es incalculable en el contexto de salvamento de vidas. Lo que sé es que el mismo día de la visita de Hu, un grupo de monjes iba camino al Monasterio Trango para rescatar a los mojes de allí, pero fueron detenidos en el camino y el conductor del vehículo incluso recibió una advertencia de parte de la policía.

Todo el espectáculo político artificial

y la acción sin sentido de los oficiales realmente atrasó el rescate de personas que estaban pidiendo ayuda desde bajo los escombros, como también la distribución de alimento para aquellos que estaban con hambre y muriendo. Sin embargo, ya que los chinos son buenos en la actuación y propaganda, parece que el gobierno chino captó los ojos de la comunidad internacional.

Finalmente, deseo mencionar una cosa, que este trágico incidente no ha

de ser usado como escenario para los actores políticos y el salvar la vida de las personas debe tener prioridad máxima en la agenda del gobierno. Por favor, no causen sufrimiento innecesario a los sobrevivientes del terremoto.

El realizar un drama político en un escenario hecho sobre la vida de miles de personas es otra escena trágica y una acción inhumana.

La conciencia de los fallecidos, 21 de abril de 2010 ■

## La Represión de Tíbet Engendra Más Disidencia

Por Kent Ewing

*Kent Ewing es un maestro de Hong Kong y escritor. Este artículo se publicó por primera vez en Asia Times Online el 25 de mayo 2010*

**H**ONG KONG - Aunque los líderes chinos han restablecido los servicios de Internet e instalado un nuevo jefe del partido, con un toque más ligero, en la conflictiva región del extremo oeste de Xinjiang, otra agitada región vecina del Tíbet; continúan aturdiéndola bajo la mano dura de Beijing.

La ofensiva de dos años en el Tíbet ha llegado al punto, que las paranoicas autoridades en la capital regional de Lhasa, están incursionando en imprentas y establecimientos de fotocopiado; en un intento de acabar con la difusión de cualquier información que pueda ser considerada como subversiva. Pronto todos los establecimientos de este tipo en la ciudad, deberán volver a registrarse con el gobierno para así permitir que los funcionarios de seguridad pública recojan los nombres, las direcciones y

los números de identificación de posibles alborotadores.

La medida surge por un auge en la publicación de historias no oficiales, artículos y folletos sobre el Tíbet, algunos de ellos escritos por ex funcionarios del gobierno, a raíz de la violenta represión de los líderes chinos, de las protestas tibetanas, en el período previo a las Juegos Olímpicos de 2008 organizada por Beijing; que repudiaron las políticas del gobierno central hacia la región.

El simpático experto de los medios Zhang Chunxian, se instaló en su nuevo trabajo este mes como secretario del Partido Comunista de Xinjiang después que su predecesor de línea dura, Wang Lequan, conocido por su dura represión sobre los resentidos uigures en su región, fue destituido. El presidente, Hu Jintao, dio un gran apoyo al nuevo jefe

del partido la semana pasada, cuando anunció un plan para aumentar la inversión y eliminar la pobreza en Xinjiang en 2020.

Mientras tanto, en el Tíbet, en donde cualquier expresión de orgullo en la cultura tibetana se considera como “separatista”, continúa con el desagradable ritmo. Pero cuanto más Beijing trata de martillar el orgullo tibetano, más se remueve la ira y la rebeldía tibetana. De hecho, parece que disidentes e intelectuales tibetanos, que estuvieron relativamente tranquilos durante los años 1980 y 1990, se han revitalizado por la violenta respuesta de los líderes a las protestas de 2008 y al posterior manto de represión.

Estas protestas, que Beijing afirma fueron instigadas por el Dalai Lama, el exiliado líder espiritual tibetano, se iniciaron el 10 de marzo en Lhasa como

una conmemoración del 49º aniversario de un fallido levantamiento contra el dominio chino; pero pronto se convirtieron en disturbios que se extendieron por la región y en las provincias vecinas con población tibetana.

La indignación y la vergüenza de Beijing eran palpables justo unos meses antes de la divulgación internacional, del partido de China, de los Juegos Olímpicos. Oficialmente, 19 personas murieron y 623 resultaron heridas en los disturbios, pero la cifra real de víctimas es sin duda mucho mayor.

El número de víctimas intelectuales desde los disturbios también ha sido grande. Según un informe publicado la semana pasada por la “Campana Internacional por Tibet” (ICT por sus siglas en inglés), más de 50 disidentes tibetanos - escritores, editores, artistas e incluso cantantes pop - han sido encarcelados. El informe, titulado “Una tormenta encolerizada: La represión de escritores y artistas tibetanos después de las protestas del Tíbet durante la primavera de 2008”, narra muchas de sus historias, concluyendo: “A pesar, y quizás debido a la severidad de la respuesta [de Beijing a las protestas], la disidencia sigue siendo abiertamente expresada, en particular a través de la palabra escrita.”

El informe describe un resurgimiento “de la identidad cultural tibetana” rodeada por un creciente número de artistas e intelectuales jóvenes quienes cada vez desafían con sus propios relatos, los relatos oficiales de la historia del Tíbet.

Esto es lo que cabría esperar que dijera un informe de la ICT, pero las historias que contienen una lectura convincente, deberían dar una pauta a los dirigentes chinos para hacerse un

replanteamiento del enfoque de mano dura en la región. Es evidente que ese enfoque no está ganando muchos corazones y mentes tibetanas, de hecho, las está alejando.

La historia más condenatoria en el informe, se refiere al destacado escritor y editor Shogdung (“Morning Conch”), quien fue detenido el 23 de abril en Xining, capital de la provincia de Qinghai, fronteriza con el Tíbet. No se ha visto ni sabido nada de él desde entonces. Shogdung, cuyo verdadero nombre es Tagyal, trabajaba como editor de la Editorial del “Qinghai Nationalities” cuando la policía entró en su oficina y se lo llevó a la fuerza.

Autor de varios libros muy conocidos, el intelectual de 47 años de edad, fue alguna vez considerado como un amigo del Partido Comunista por sus críticas de la tradición cultural budista del Tíbet, que definió como el bloqueo de la modernización de la región, el desarrollo y la integración con el resto de China.

Pero en su último libro, “La Línea Entre el Cielo y la Tierra”, Shogdung se disculpa por sus opiniones anteriores sobre el budismo tibetano y describe al Tíbet como “un lugar de terror”.

Que el intelectual tibetano, que fue una vez oficial del Partido de los Comunistas se haya vuelto en contra de sus amos políticos y que posteriormente haya “desaparecido”, es una historia que no hará sino enardecer las tensiones en la región.

En otros casos documentados en el informe de la ICT, el editor Tashi Rabten fue detenido el 6 de abril y el cantante de pop Tashi Dondrup el 3 de diciembre. Rabten fue marcado por la edición de una colección de ensayos, titulado “La Montaña Nevada del Este”, que es una crítica del manejo de Beijing de las

protestas de 2008. Dondrup, secuestrado mientras cenaba con su esposa y amigos en un restaurante en Xining, ha sido condenado a 15 meses en un campo de trabajos forzados por “incitación para dividir a la nación”.

Los días de Dondrup estaban contados desde el lanzamiento el pasado octubre de su CD “Tortura sin un Rastro”, cuyas 13 canciones condenan al gobierno central por la represión de 2008 y exigen el retorno del Dalai Lama al Tíbet. Dondrup también fue detenido en 2008 después del lanzamiento de otro CD sobre la represión.

El informe del ICT es un recordatorio de que los líderes chinos están lejos de una solución a sus problemas en el Tíbet. De hecho, las cosas están empeorando posiblemente como estrategia de Beijing para demonizar al Dalai Lama y para sofocar toda disidencia, lo cual simplemente no está funcionando. La disidencia está en aumento, y ningún observador desde cualquier perspectiva cree la despiadada caricatura que el gobierno central hace del Dalai Lama, presentándolo como un separatista mal intencionado inclinado a incitar el asesinato y el caos en su tierra natal.

Esa caricatura sufrió otro golpe el fin de semana, cuando el Dalai Lama se puso en línea para charlar con los usuarios chinos del popular servicio de microblogging, Twitter. Aunque Twitter ha estado bloqueada en China desde el pasado mes de junio, decenas de miles de usuarios de Internet han logrado eludir a los censores para iniciar su propia comunidad china en Twitter.

La sesión de una hora del Dalai Lama, tuvo lugar el viernes por la noche a través de la cuenta de Twitter del novelista disidente, convertido al budismo

tibetano, Wang Lixiong. Esta atrajo a más de 8,000 seguidores. Aunque esto no es más que una gota en el balde de la población de China de 1.3 billones; no obstante, fue la primera vez que el Dalai Lama, que se exilió durante la sublevación de 1959, ha interactuado con un número tan grande de personas de la China continental.

Cerca de 300 preguntas fueron recibidas durante la sesión, muchas de ellas relativas a los planes del líder espiritual de 74 años de edad, por su sucesor y por el futuro estatuto del Tíbet. En ningún

momento de la conversación el Dalai Lama hizo llamado alguno por la independencia del Tíbet. Después de su muerte, él escribió, “un jefe ejecutivo elegido democráticamente sería quien estaría a cargo del gobierno del Tíbet en el exilio en Dharamsala, India”. Y, al ser consultado sobre la continua presencia de del Ejército de Liberación del Pueblo en el Tíbet, él escribió, “lo he reiterado con toda claridad: los problemas diplomáticos y de defensa en el Tíbet deben seguir siendo atendidos por el gobierno central”.

Por último, expresó su esperanza por

el futuro del Tíbet, “Yo creo que no muy lejos en el futuro habrá sin duda un cambio y los problemas serán resueltos”.

Pero los líderes chinos han dejado claro que no están de humor para comprometerse. Ellos esperarán a que el Dalai Lama muera, encontrarán su propio títere reencarnado para que lo sustituya (al igual que lo han hecho con el Panchen Lama - tradicionalmente considerado como la segunda figura religiosa más alta en el budismo tibetano) y continuarán desde allí.

El tiempo, sienten, está de su lado. ■

*If undelivered, please return to:*

The Office of Tibet  
241 East 32nd Street  
New York, NY 10016