



Noticias de Tíbet

Octubre - Diciembre 2013

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

LA BASE DE LA TRANSFORMACIÓN

En este artículo, Su Santidad el Dalai Lama discute en detalle como transformar la propia mente para que uno pueda llevar una vida feliz y significativa

Página 14



UNA CASA EN EL TÍBET

Este es un extracto del libro "A Home In Tibet" (Una Casa en el Tíbet) recientemente publicado, escrito por Tsering Wangmo Dhompa, una joven escritora tibetana residente en California.

Página 24



LOS INTERESES CREADOS BLOQUEAN LA RECONCILIACIÓN EN EL TÍBET

En este artículo, Thubten Samphel afirma que los chinos de línea dura están bloqueando la reconciliación en el Tíbet.

Página 21



Noticias de Tíbet

Noticias de Tíbet es un boletín informativo trimestral de la Oficina de Tíbet - New York, establecida formalmente en marzo de 1964. La Oficina de Tíbet es un oficial representante de Su Santidad el Dalai Lama y el Administración Central Tibetana en el Exilio para Las Americas. Si usted desea recibir este boletín o desea contribuir con un artículo relacionado con el Tíbet y su cultura, por favor escriba a:

Tsewang Phuntso
The Office of Tibet
241 E. 32nd Street
New York, NY 10016
USA
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

CONTENIDOS

3

Documentación

Declaración del Kashag por el 24º Aniversario del Otorgamiento del Premio Nobel de la Paz a Su Santidad el XIV Dalai Lama de Tíbet

6

Entrevista

“Me amen o no, el problema tibetano sigue ahí”

El Dalai Lama

11

Perfil

El monje de la risa fácil

Fabiana Fondevila

14

Éticas Seculares

La base de la transformación

El Dalai Lama

21

El problema de Tíbet

Los intereses creados bloquean la reconciliación en el Tíbet

Thubten Samphel

22

Sobre el pueblo tibetano

Una Casa en el Tíbet

Tsering Wangmo Domba

Declaración del Kashag por el 24º Aniversario del Otorgamiento del Premio Nobel de la Paz a Su Santidad el XIV Dalai Lama de Tíbet

En nombre de 6 millones de tibetanos, el Kashag presenta su profunda reverencia y humilde respeto a Su Santidad el Gran XIV Dalai Lama de Tíbet en esta ocasión especial del 24º aniversario del otorgamiento del Premio Nobel de la Paz a Su Santidad el Dalai Lama.

El Kashag también extiende sus calurosos saludos a sus compatriotas tibetanos, amigos y aquellos que nos desean bien en el mundo.

En este día en 1989, a Su Santidad el Dalai Lama le fue conferido el Premio Nobel de la Paz por su permanente resistencia al uso de la violencia en la lucha de su pueblo por libertades básicas. El Premio Nobel de la Paz

otorgado a Su Santidad el Dalai Lama indujo la lucha tibetana a una mayor visibilidad internacional. La figura global de Su Santidad el Dalai Lama impactó directa y positivamente en la imagen del pueblo tibetano y fortaleció fundamentalmente la causa tibetana. Tíbet se volvió sinónimo de la no-violencia y justicia.

Este día también se observa como Día Mundial de los Derechos Humanos para celebrar la proclamación y adopción de la Declaración Universal de Derechos Humanos por Naciones Unidas en 1948 como el estándar común para medir las libertades en que todos los pueblos y naciones han de vivir.

Infelizmente, incluso después de 65 años de la proclamación, los

tibetanos no tienen mucho que celebrar dado el deterioro de la condición de los derechos humanos en Tíbet.

China continua negando el principio de universalidad de los derechos humanos al violar las disposiciones de la Declaración Universal de Derechos Humanos. Tíbet todavía está bajo ocupación. Sigue padeciendo represión política, marginación económica, discriminación social, destrucción ambiental y asimilación cultural. Lo peor es la migración masiva china a Tíbet que ha vuelto a los tibetanos ciudadanos de segunda clase en su propia patria.

Al vivir bajo semejante ambiente represivo, sin espacio para los métodos convencionales de protesta, todo tibetano es forzado a tomar medidas



Sikyong Dr. Lobsang Sangay entrega de la declaración en la reunión pública en Dharamsala, India, el 10 de diciembre 2013

drásticas para expresar su indignación y desesperación. Hace una semana, el Sr. Kuchok Tsetan de sólo 30 años, se auto-inmoló y murió. A pesar de nuestras reiteradas peticiones de no hacerlo, 123 tibetanos se han auto-inmolado en Tíbet desde el año 2009. 123 no es meramente un número ni una lista de nombres. Ellos son seres humanos iguales a cualquiera de nosotros que desea vivir una vida cabal, si tiene la oportunidad. China no puede negar las violaciones evidentes a los derechos humanos que son la causa de las auto-inmolaciones.

Recientemente, en Driru, Nagchu, los tibetanos se negaron a izar la bandera nacional china. Se les disparó y cuatro de ellos murieron; muchos fueron detenidos. La situación en el área sigue tensa.

En vez de ver a Su Santidad el Dalai Lama como la solución, él es etiquetado como enemigo acérrimo. Chen Quanguo, Secretario del Partido de la denominada

Región Autónoma de Tíbet (RAT), amenazó con silenciar la voz de Su Santidad el Dalai Lama y prohibirle a su propio pueblo al interior de Tíbet escuchar su mensaje. De igual forma, la voz de su propio ganador del Premio Nobel de la Paz, Liu Xiaobo es silenciada al encontrarse él actualmente encarcelado en China.

La situación deteriorada de los derechos humanos dentro de Tíbet está siendo criticada y castigada por el Informe del Departamento de Derechos Humanos del Estado de EE.UU., el Informe de Amnistía Internacional y el Informe de Human Rights Watch. La Casa de la Libertad puso a Tíbet entre ‘lo peor de lo peor’ en derechos civiles y libertad política en su Informe Libertad en el Mundo 2013.

En la Revisión Periódica Universal de China del Consejo de Derechos Humanos de ONU, 12 naciones, incluyendo a Japón, Australia, Islandia

y Canadá expresaron su preocupación por las violaciones a los derechos humanos en China. Entre otros, Nueva Zelanda instó a China a reiniciar su diálogo bilateral para resolver el tema de Tíbet.

La Administración Tibetana Central (ATC) permanece comprometida con el Enfoque de la Vía del Medio y reitera que el diálogo es el enfoque más realista y la única forma de encontrar una solución mutuamente beneficiosa para el tema de Tíbet. El Enfoque de la Vía del Medio no busca la separación de la República Popular China ni ‘un alto grado de autonomía’, sino Autonomía Genuina para todo el pueblo tibetano bajo una administración única. Esto es consecuente con tanto la Ley de Autonomía Regional Nacional y la Constitución de la República Popular China.

La ATC no usa el término “Un Tíbet Mayor”. Las tres regiones tradicionales

de U-Tsang, Kham y Amdo siempre han sido parte esencial de Tíbet, la que cubre todo el altiplano tibetano. Ellas no comparten sólo la misma geografía y topografía, sino la cultura, idioma y religión. La división de Tíbet en varias provincias de China es una clara violación a las leyes chinas y el Artículo 4 de la Constitución que reconoce el derecho de las nacionalidades minoritarias a practicar la autonomía regional “en las áreas donde ellas viven en comunidades concentradas”, y “establecer un órgano de autogobierno para el ejercicio del poder de autonomía”. El 99% de Uyghurs viven en la Región Autónoma Uyghur de Xinjiang y el 95% de los Zhuangs vive en la Región Autónoma Zhuang de Guangxi. Los tibetanos que viven en una comunidad concentrada están divididos en distintas provincias con menos del 50% en la RAT, mientras que la mayoría es incorporada en las provincias chinas aledañas como prefecturas y condados autónomos tibetanos.

Tíbet constituye un cuarto de China y esto no es una creación política reciente, sino un resultado natural del hecho que los tibetanos habiten el altiplano tibetano hace miles de años. El hecho de que Tíbet constituya un cuarto de China no ha de ser una preocupación para el gobierno chino porque un quinto de China ya está establecido como Región Autónoma Uyghur de Xinjiang y un octavo como Región Autónoma de Mongolia Interior. Además, la Autonomía Genuina para todos los tibetanos no es específica geográficamente sino específica administrativamente, con la finalidad de una implementación efectiva de las leyes chinas en las áreas para dar el poder a los tibetanos de volverse amos de sus propios asuntos.

El hecho de que todos los tibetanos tengan la misma tradición, economía e incluso geografía en una unidad administrativa única sería una forma eficiente y efectiva de gobernancia en vez de dividirlos en la RAT y cuatro provincias chinas con mayoría china, i. e., Qinghai, Sichuan, Gansu y Yunnan. El Memorándum sobre Autonomía Genuina para el Pueblo Tibetano explica claramente que no es nuestra intención expulsar a ‘todo chino’ de las áreas tibetanas como expuesto por las autoridades chinas. Pero las áreas tibetanas deben tener una mayoría tibetana para la preservación y promoción de la identidad única tibetana.

Por todas estas razones, la moderación y pragmatismo del Enfoque de la Vía del Medio ha logrado apoyo y reconocimiento entre intelectuales, parlamentarios, líderes e individuos, incluyendo a eruditos y escritores chinos, y budistas chinos. Desde 2011, más de 6 países distintos han aprobado resoluciones y mociones en apoyo al reinicio del diálogo entre los enviados de Su Santidad el Dalai Lama y el liderazgo nuevo. Más de 16 ministros, voceros y parlamentarios extranjeros han instado a China a resolver el tema de Tíbet.

En esta ocasión, el Kashag quisiera agradecer a todos estos países y otros por respaldar nuestra causa.

En esta ocasión aprovechamos de agradecer, por sobre todo, al gobierno y pueblo de India por su generosidad y hospitalidad de todos estos años. Nuestras palabras de agradecimiento no alcanzan expresar la profundidad de nuestros sentimientos de gratitud hacia India por su generosidad.

También agradecemos a los Grupos de Apoyo a Tíbet y aquellas personas que nos apoyan en todo el mundo por

su respaldo voluntario y persistente a todos nuestros esfuerzos.

En su discurso de aceptación del Premio Nobel de la Paz, Su Santidad el Dalai Lama declaró, “El Premio reafirma nuestra convicción de que con verdad, coraje y determinación como nuestras armas, Tíbet será liberado”. Además, el 22 de septiembre de 2013, Su Santidad el Dalai Lama reanimó a todos los tibetanos al declarar categóricamente que él viviría una vida muy larga y vería el día en que el tema de Tíbet se resuelva mediante el Enfoque de la Vía del Medio.

Todos debemos permanecer unidos y dedicarnos a cumplir las auspiciosas palabras de Su Santidad el Dalai Lama. La causa de Tíbet y su lucha por los derechos humanos triunfará. La fuerza y perseverancia del pueblo tibetano jamás decaerá. La no-violencia y la paz son una aspiración universal no sólo para nosotros, sino para la humanidad toda. El éxito de la lucha tibetana será un éxito de la no-violencia y la paz.

Entonces, nuestros amados hermanos y hermanas en Tíbet, aunque vuestro padecimiento es insoportable y parezca sin fin, la única certeza en la vida es el cambio. Las cosas nunca permanecen iguales para siempre. Aunque sigamos separados por la fuerza política, nosotros jamás dejaremos de trabajar para reencontrarnos con las libertades básicas y con Su Santidad el Dalai Lama en Tíbet.

Finalmente, el Kashag y los tibetanos en todas partes desean a Su Santidad el Dalai Lama una continua buena salud. Que todos sus deseos sean cumplidos.

¡Gracias!

El Kashag

10 de diciembre de 2013, Dharamsala, India

“Me amen o no, el problema tibetano sigue ahí”

Una entrevista exclusiva con el Dalai Lama

Amy Kazmin

Esta entrevista se realizó en Dharamsala, la sede de Su Santidad el Dalai Lama por Amy Kazmin, corresponsal en el sur de Asia para Financial Times (Londres) y publicado en el periódico el 7 de noviembre de 2013.

Arribé a Dharamsala, el hogar indio del exilado líder espiritual de Tíbet, el Dalai Lama, cansada después de un viaje de toda la noche en tren desde Nueva Delhi y de conducir dos horas por el Himalayas. El clima estaba gris y lluvioso pero el estado de ánimo era festivo, con multitudes que acudían al templo Tsuglagkhang donde el Dalai Lama ofrecía una enseñanza pública de tres días sobre un texto del siglo XIV acerca del camino a la iluminación.

Pocos días más tarde, camino por el patio del templo, ahora atestado de monjes debatiendo vigorosamente y niños jugando bajo la atenta mirada de sus padres. Me dirijo al hogar del Dalai Lama, esperando hablar con el ganador

del Premio Nobel de la Paz, no sobre espiritualidad, sino sobre algo más temporal, la situación límite de la descontenta población tibetana de China y sus perspectivas de una mayor libertad religiosa y política bajo Xi Jinping, el nuevo líder de China.

Una campaña de seguridad en todo Tíbet ha impedido la repetición de las protestas masivas que asolaron la meseta tibetana en marzo de 2008. Pero la reciente ola de autoinmolaciones es un indicio de la desesperación bajo la superficie de aparente quietud tibetana. Las autoridades comunistas rápidamente eliminan todos los rastros de estos suicidios, y los que difunden información acerca de ellos enfrentan castigos severos. Pero las inmolaciones

han capturado la atención del mundo y parecen estar poniendo nerviosos a los líderes de Beijing.

En junio, Jin Wei, una erudita en minorías étnicas de la elitista Escuela Central del Partido, instó a Beijing a adoptar un nuevo enfoque “creativo” sobre Tíbet, y hablar con el Dalai Lama, normalmente injuriado por las autoridades comunistas como un “chacal en hábitos de monje”.

Su revolucionario llamado fue publicado en una revista de Hong Kong, sugiriendo un respaldo a alto nivel. Pero un destacado miembro del politburó ha tratado posteriormente de aplastar la especulación de un cambio de rumbo, prometiendo profundizar la represión contra lo que él llama, “la camarilla del

Dalai”. Más recientemente, un documento del gobierno respaldó las políticas “adecuadas” en Tíbet, diciendo que el enfoque de Beijing había traído desarrollo económico y progreso político a un “Estado atrasado y primitivo”.

Se me advirtió que el clérigo budista no era afín a responder preguntas políticas. En marzo de 2011, el entonces líder de 75 años, declaró que estaba retirado de la política activa. A los pocos meses, Lobsang Sangay, un abogado de Harvard de 43 años, fue elegido como líder de la administración de Tíbet en exilio, después de una elección entre los 150 mil componentes de la fuerte comunidad de refugiados.

Pero Tenzin Gyatso no puede tan fácilmente deshacerse de su papel político. El hijo de un granjero fue reconocido como la decimocuarta encarnación del Dalai Lama a tan solo dos años de edad, llevado a estudiar filosofía budista y entronizado como líder espiritual y temporal de Tíbet a la edad de 15 años. Hoy en día, sigue siendo la encarnación viva de las aspiraciones tibetanas de la dignidad y la libertad cultural y religiosa - un rol que ningún funcionario electo puede cumplir fácilmente. La furiosa retórica contra él desde Beijing, sólo refuerza ese sentido de dónde se encuentra el verdadero poder.

En un camino bordeado de flores en su casa en la colina, el Dalai Lama, mirando alegre y fresco, da la bienvenida a unos 20 visitantes que están en fila; algo que tiene lugar regularmente cuando él se encuentra en Dharamsala. Entre los tibetanos, se encuentra un cocinero de un monasterio en silla de ruedas; una familia que emigrará a Estados Unidos; un adolescente epiléptico y una pareja cuya hija de 12 años de edad murió en un



Su Santidad el Dalai Lama / Foto Archivo

accidente.

Después que él se retira, soy guiada a una sala de recepción donde el Dalai Lama está en la puerta. Él toma mi mano con calidez y sujetándola me conduce al interior, hacia un sofá, acomodándose en una silla junto a mí. También están presentes sus dos secretarios privados -ambos laicos educados secularmente-

y un traductor. Insegura de cómo iniciar una entrevista con un Bodhisattva -una persona que se cree que ha alcanzado la iluminación, pero que pospone el nirvana para ayudar a otros-, empiezo como lo hago con la mayoría de las entrevistas, presentando de mi tarjeta de visita.

El líder espiritual de Tíbet estudia mi nombre, lo repite varias veces y se dirige

a sus ayudantes para preguntar de dónde soy. “California”, le digo. “Pero el nombre es del este europeo. Polaco, judío”. Él se ríe. “Pueblo elegido”, dice. “Nosotros somos un pueblo elegido también -por Avalokiteshvara (el Buda de la Compasión)-, pero sufrimos mucho”.

El Dalai Lama se interesa en la forma en que los judíos mantuvieron su fe y su cultura por más de 2.000 años en el exilio. Pero mi interés es si los seis millones de tibetanos étnicos en la meseta tibetana - que enfrentan una intensa presión para asimilarse a la sociedad china-, verán su sufrimiento aliviado o terminado, pronto. Pregunto cómo interpreta él las señales contradictorias de China - llamados al cambio y con represión simultáneamente.

“Confundido, al igual que muchas otras personas”, dice riendo. Entonces, él ofrece su opinión acerca de las “eras” de la China comunista: la era de Mao de la ideología excesiva, “poco realista”; la introducción de Deng Xiaoping al “capitalismo de un país socialista”; el giro de Jiang Zemin para permitir que el Partido Comunista represente a los hombres de negocios e intelectuales ricos, junto con la clase trabajadora; y por último, la búsqueda de Hu Jintao de una “sociedad armoniosa” en medio de la ampliación de las fisuras sociales y económicas.

“Al juzgar estos hechos, [vemos] que el mismo partido -sistema totalitario- tiene la capacidad de actuar de acuerdo a las nuevas realidades”, concluye. Sin embargo, la búsqueda de Hu de una sociedad armoniosa “en mayor o menor medida, fracasó”, dice. “El método para promover la armonía [era] a través de un estricto control y la confianza en el uso de la fuerza. Ése es el error. Lógicamente, la armonía ha de venir del corazón..., la

armonía debe basarse en la confianza. El uso de la fuerza, crea miedo. El miedo y la confianza no pueden ir juntas”.

“¿Qué piensa usted?” Su Santidad súbitamente le pregunta al fotógrafo de FT quien está fotografiando a distancia. “Usted está escuchando, por eso le pregunto. Es sentido común, ¿no es así? Incluso un animal, si se le muestra afecto genuino, poco a poco desarrolla la confianza... Si siempre muestras mala cara y golpeas, ¿cómo puedes desarrollar la amistad?”

Entonces, ¿cree el Dalai Lama que los líderes de China pueden estar más dispuestos a negociar con él sobre las condiciones en Tíbet que en el pasado? Beijing durante mucho tiempo le ha acusado de buscar encubiertamente la independencia para casi una cuarta parte de la masa terrestre de China, a pesar de su insistencia de que lo que él quiere es autonomía para los tibetanos étnicos de China. La línea dura cree que la religión, la identidad y la resistencia tibetanas a Beijing se desvanecerán una vez que el anciano monje abandone la escena.

“Soy optimista”, dice. “Me amen o no, el problema tibetano sigue ahí”. Él se ríe. “No es sólo el problema de Tíbet, sino es el problema de la República Popular China. Ellos tienen que resolver esto. El uso de la fuerza falló. Así que ahora deben llevar a cabo una política que respete la cultura tibetana y al pueblo tibetano”.

El está muy lejos del ánimo sombrío de cuando el FT lo entrevistó en 2008, después de las protestas que habían asolado a Tíbet. Entonces, el laureado Nobel lamentó su influencia menguante sobre una generación más joven y enojada. Hoy, parece relajado y confiado, insistiendo en que puede

convencer a la mayoría de los tibetanos -incluso a los defensores de la independencia-, para aceptar el dominio chino en caso de concederse una verdadera autonomía.

“Tengo algo de autoridad moral entre los tibetanos. Puedo usarla para persuadir a los tibetanos que quieren separarse”, dice. Él sugiere que los líderes chinos tienen mucha más necesidad de él, que él de ellos.

“¿Hablar con el gobierno chino por mi interés? No”, dice. “Yo solo soy un monje. La mayor parte de mi vida ya se ha ido. Quedarán 10, tal vez 15 años, lo puedo manejar. Tengo un montón de amigos en Europa, Estados Unidos, Canadá”. Una vez más, él se ríe. “Me considero un ciudadano del mundo”.

En realidad, el mundo del Dalai Lama se está reduciendo, ya que China utiliza su influencia económica para aislarlo. Países de Asia Oriental - incluso aquellos que una vez lo recibieron, como la budista Tailandia-, ahora están demasiado aterrorizados de disgustar a Beijing como para permitirlo en su suelo. Japón es la única excepción. La profunda congelación de las relaciones diplomáticas de Beijing con el Reino Unido durante un año después del encuentro de David Cameron en 2012 con el líder tibetano, fue una advertencia a otros gobiernos occidentales.

Me pregunto si el fracaso internacional en adoptar una postura más firme sobre Tíbet, refleja la bancarrota moral de los dirigentes mundiales. “Es una realidad”, dice. Luego explica, “mi principal interés no es reunirme con los líderes. Si tengo alguna agenda política, entonces es importante reunirse con los líderes. En la mayoría de los casos, mis visitas a Occidente son para la promoción de los

valores humanos y la armonía religiosa”.

El Dalai Lama tiene otra circunscripción a la que cada vez quiere llegar más, la que algunos críticos dicen que lo es desde hace mucho tiempo: los formadores de opinión de China y el público chino. Cada semana, 10 o 20 ciudadanos chinos hacen el arduo viaje a Dharamsala para ver al monje budista que su gobierno tan profundamente desprecia. Otros, en sus viajes al extranjero, agotan sus libros, muchos de los cuales han sido traducidos al chino.

“En estos días, nos estamos reuniendo con muchos chinos - intelectuales, escritores, estudiantes y funcionarios jubilados”, dice. “He conocido a miles de personas en los últimos años. Estoy tratando de entender más de cerca lo que queremos, lo que estamos pensando. Es muy útil”.

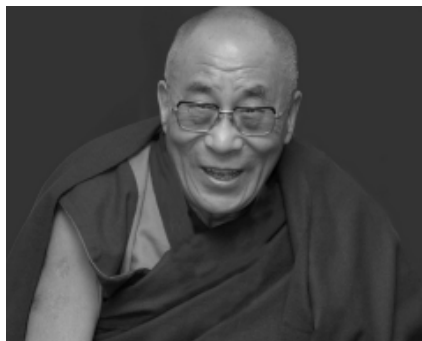
Si pudiera volver a Tíbet, le pregunto, ¿cuáles serían sus prioridades allí? Espero un toque de nostalgia personal, o tal vez los primeros esbozos de una agenda política.

La respuesta refleja su dominio de la filosofía budista del desapego. “Nada especial”, dice. “El resto de mi vida, dos cosas -la promoción de los valores humanos y la promoción de la armonía religiosa-, yo estoy comprometido hasta el día de mi muerte. En cuanto a Tíbet, en el aspecto político, yo ya estoy retirado. Estoy plenamente comprometido con la preservación de la cultura tibetana. Considero a la cultura tibetana, una cultura de paz, de no violencia, de compasión. Creo realmente que vale la pena preservarla”.

Viniendo de una tradición judía, le pregunto si la esencia del budismo tibetano se puede conservar fuera de

Tíbet. El Dalai Lama ha supervisado el restablecimiento de los principales monasterios tibetanos en India y el budismo tibetano tiene cada vez más adeptos occidentales. ¿No puede la esencia de la fe florecer en el exilio? Él es escéptico. “Difícil. Para la preservación del budismo tibetano -la cultura budista tibetana-, la responsabilidad principal está en los hombros de los seis millones de tibetanos”.

La mayoría de los jóvenes monjes en los monasterios tibetanos de India han nacido en Tíbet, no en exilio. Pero desde



los disturbios de 2008, China ha tomado medidas drásticas en la frontera de Tíbet y sólo unos pocos cientos de refugiados tibetanos llegan a India cada año.

Los monasterios tibetanos están luchando por encontrar novicios y miran cada vez más hacia otras regiones del Himalayas de influencia tibetana, como Bután y Ladakh. Pero el Dalai Lama no ve que no-tibetanos puedan llenar el vacío. “Con un lenguaje diferente, una cultura completamente diferente, no es fácil”, se ríe.

Giro hacia la ola de autoinmolaciones en Tíbet. Beijing acusó al Dalai Lama de instigar los suicidios, y sus declaraciones caminan en una línea muy fina: ni alentarlos, ni condenarlos. Le pregunto si su negativa a pedirle a los

tibetanos que detengan las inmolaciones puede interpretarse -como Beijing afirma- como un aval tácito.

El Dalai Lama parece molesto. “Si he creado esto, entonces tengo el derecho de decir: ‘No, no lo hagas’”, dice con fuerza. “Ésta es su propia creación: del pueblo tibetano, dentro de Tíbet. Yo considero a mi pueblo, mi jefe. Yo porto su deseo. No estoy exigiendo, ‘Usted debe hacer esto, usted no debe hacer esto’... Las causas de estos hechos son creadas por los funcionarios de línea dura. Ellos tienen la responsabilidad. Tienen que encontrar maneras de detener esto”.

Le pregunto si alguna vez se lamenta de haber partido al exilio y si la historia de Tíbet podría haber sido distinta si se hubiera quedado con su pueblo asediado. “Hay un ejemplo claro: el Panchen Lama,” contesta. “El Panchen Lama permaneció allí. ¿Qué pasó?”

Nacido en 1938, el 10º Panchen Lama, el segundo Lama de más alto rango en la jerarquía espiritual de Tíbet, inicialmente apoyó el dominio chino pero luego se volvió muy crítico con la destrucción de las instituciones religiosas, la economía y el entramado social de Tíbet. En 1962, con 24 años de edad, presentó a los máximos líderes chinos una petición detallando errores comunistas en Tíbet. Inicialmente recibió ciertas concesiones, pero más tarde fue purgado como “enemigo del pueblo tibetano”, y pasó 14 años en prisión y arresto domiciliario. Después de su liberación, siguió presionando a los líderes de China por moderación cultural y política en Tíbet, hasta su muerte en 1989.

“Muchos mensajes de Tíbet - verbales y escritos- algunos de ancianos, me piden ‘Por favor, vuelva y

cuanto antes mejor”, dice el Dalai Lama. “Pero la gente sensata -escritores, estudiantes, algunos funcionarios retirados-, expresan que prefieren que viva en un país libre. Ellos sienten que tienen un representante en un país libre. Ése es su mensaje”.

“Muchos chinos, en particular los chinos budistas, todas las semanas están viniendo aquí. Muchos me piden, ‘por favor, no se olvide de nosotros y por favor regrese’. Yo les digo: ‘Hasta ahora, el gobierno chino me considera un demonio. Así es que si un demonio regresa, en el aeropuerto bien pueden esposarlo y llevarlo al palacio-prisión”.

Mi tiempo asignado se agota, por lo que voy a la cuestión de su sucesor espiritual. En 2011, el Dalai Lama advirtió sobre la potencial intromisión política en la búsqueda de su reencarnación después de su muerte. Pero dijo que podría manifestarse a sí mismo como “una emanación” en otro cuerpo mientras todavía vive y tal emanación sería reconocible a través del “karma y las oraciones”, o incluso a través de su bendición directa.

Metafísicamente complejo, esto sugiere que el Dalai Lama podría escoger a un sucesor espiritual en vida -es casi seguro que un adulto-, en lugar de que se reencarne en un niño nacido después de su muerte. El monje dice que va a tomar una decisión final alrededor de los 90 años, un plazo que un estudioso estadounidense ha comparado con “jugar al póquer con la muerte”.

Él no ve ninguna urgencia. “A juzgar por mi cuerpo, los próximos 10 años estaré bien. Creo que, muy probablemente, para entonces habrá algún cambio en el pensamiento chino. Yo siempre pido al liderazgo chino que desarrolle más su sentido común. Una perspectiva más

amplia. Un pensamiento holístico”.

Si las condiciones no mejoran, ¿espera disturbios más graves en Tíbet? “En mi vida, no creo. Me encontré con un tibetano que trabaja para una oficina china. Muy emocionado, me dijo que su generación -de 30 o 40 años-, a menudo dice: ‘Mientras el Dalai Lama siga existiendo, tenemos que seguir su camino. Una vez que ya no esté, tenemos que encontrar otros métodos’. Yo le dije, ‘no pienses en eso. Somos budistas. Debemos seguir la no-violencia’. En nuestro caso, la violencia es casi un suicidio...”

Con eso, mi tiempo se acaba. Se me regala una bufanda de oración blanca y vuelvo a las calles de Dharamsala. Pero a la mañana siguiente, el secretario privado del Dalai Lama me llama. Su Santidad siente que no quedó clara su posición sobre las autoinmolaciones, según se me dice, y quiere explicarse mejor. Horas más tarde, estoy de vuelta en la residencia y el monje vestido de marrón se adelanta.

“Una palabra”, dice con firmeza. “Estas autoinmolaciones: estas personas, no estaban borrachas. No tenían problemas familiares... La situación general es tan tensa, tan desesperada que por eso eligen una forma muy triste... Es difícil decir, ‘tienes que vivir y enfrentar estas dificultades insostenibles. Si tengo alguna alternativa que ofrecerles, entonces yo puedo decir: ‘¡No hagas eso. En lugar de acortar tu vida, por favor, vive por mucho tiempo y podemos hacer esto y esto y lo otro’, pero no tengo nada, ninguna alternativa. Moralmente, es muy difícil. No hay otra opción más que permanecer en silencio y orar. ¿Está claro?”

Se levanta y yo también, pero él sigue

hablando. “Históricamente, Tíbet era una nación independiente”, dice. “Pero tenemos que mirar hacia adelante y de acuerdo a la realidad. Nuestro propio interés es permanecer dentro de la República Popular China. Tíbet está atrasado..., y también quiere modernizarse... Un número de tibetanos se fue ilegalmente a Estados Unidos y Canadá, no para buscar espiritualidad sino a buscar dólares. Los tibetanos también aman el dinero. Por eso, permanecen en la República Popular China. Hay mucho dinero”.

“Nuestra principal preocupación es la preservación de la cultura tibetana -la cultura de la paz, la no-violencia, en última instancia, una cultura del amor, la compasión. Eso es realmente relevante en el mundo actual”, dice. “Millones de chinos necesitan también la cultura del amor. Una vez que hay una cultura del amor, la honestidad y la transparencia vienen. La policía y la pena de muerte no van a resolver estas cosas. Sólo si cambian las cosas aquí”, dice, apuntando a su corazón.

“El verdadero significado de la autonomía es cuidar la propia cultura”, dice. “Una vez plenamente aplicada, estamos muy dispuestos a permanecer dentro de la República Popular China... Nosotros los tibetanos hemos estado históricamente separados. No tiene importancia. Po demos vivir juntos”.

Mi audiencia termina. Al salir, paso junto a cinco hombres chinos -con el pelo muy corto, vistiendo chaquetas de poliéster negras-, a la espera de reunirse con el Dalai Lama. No puedo evitar preguntarme qué van a decirse entre ellos, y si finalmente una nueva era de tibetanos y chinos viviendo juntos en armonía podría estar a punto de comenzar. ■

El monje de la risa fácil

Líder espiritual de multitudes, sabe bromear sobre sus propios tropiezos y contradicciones. Dalai

Lama, sencillez, perseverancia y best sellers

Fabiana Fondevila

Revista La Nación (Buenos Aires)

Quienes lo conocen quedan cautivados por su risa. Los asombra; no esperan que un maestro de la compasión, la meditación y la vida espiritual sea dueño de una risa tan pronta y contagiosa. ¿De qué se ríe el Dalai Lama? Principalmente de sí mismo, de sus tropiezos y humanas contradicciones.

Por eso, cuando insiste en definirse como “un simple monje”, a pesar de ser un autor renombrado, conferencista internacional, líder espiritual de multitudes y Premio Nobel de la Paz, no suena a falsa modestia. Tenzyn Gyatzo es, en efecto, un hombre sencillo.

Su vida, por otro lado, no lo ha sido tanto. Nacido en una familia humilde del nordeste del Tibet en 1935, podría haber llevado la existencia llana de una familia campesina. Pero el destino tenía otros designios: a los 2 años, tras la muerte del 13er Dalai Lama, un comité de expertos lo señaló como la 14ª reencarnación del Buda de la Compasión.

De ahí en más, su historia tomaría ribetes épicos.

Según cuenta, este desvío del destino no lo tomó del todo por sorpresa. Al parecer, a pesar de su corta edad, el niño le había manifestado a su madre en repetidas ocasiones que no pertenecía a esa familia y que pronto vendrían a buscarlo. La mujer recordaría luego que, el día en que llegó a la casa el comité en busca del *tulku* (reencarnación de la autoridad religiosa fallecida), el niño se levantó expectante y estuvo toda la mañana de gran ánimo. Cuando el comité llegó reconoció a varios de los hombres y supo decir sus nombres.

Los budistas tibetanos consideran que los Dalai Lama son una emanación de Avalokitesvara. El bodhisattva (seguidor avanzado del Buda) patrono del Tibet. Creen que, tras su muerte, su conciencia vuelve a encarnar, generalmente en el cuerpo de un infante, y por eso se lo busca entre niños que hayan manifestado cualidades

especiales. También se guían por señales cósmicas y visionarias, que los llevan al lugar indicado. La identidad luego se comprueba enseñándole al presunto *tulku* objetos del Dalai Lama fallecido, entre muchos otros, para ver si es capaz de reconocerlos.

“Desde el punto de vista budista, es posible tener algún tipo de memoria de las vidas pasadas, es algo muy misterioso”, cuenta en una entrevista, pero enseguida acota, presto a desmitificar: “Sin embargo, hay una contradicción. Cuando comencé a estudiar en Lhasa, a los 6 o 7 años, resultó que era un poco vago, para nada aficionado al estudio”. Y lanza entonces su fresca y poco protocolar carcajada.

Al asumir el cargo honorífico, su nombre mutó de Lhamo Thondup a Jetsun Jamphel Ngawang Lobsang Yeshe Tenzin Gyatzo (Santo Señor, Gloria Gentil, Elocuente, Compasivo y Erudito Defensor de la Fe, Océano de Sabiduría), y fue llevado a vivir al Palacio de

Potala, en Lhasa. En este edificio de mil habitaciones sería atendido como un rey y educado en filosofía, medicina y metafísica budista por un ejército de maestros y mentores.

El Tíbet era, hasta ese entonces, una monarquía feudal teocrática, de la que el Dalai Lama era el jefe supremo. A los 6 años fue nombrado oficialmente representante de la fe de su pueblo. A los 15, con el Ejército de Liberación Popular de China vulnerando ya las fronteras del territorio tibetano, las autoridades de Potala decidieron que había llegado el momento de que el joven monje tomara el mando político. Así fue como, el 17 de noviembre de 1950, Tenzin Gyatso asumió responsabilidad sobre el destino de seis millones de personas, todas bajo amenaza de guerra inmediata.

Durante nueve años, el joven funcionario negoció personalmente con Mao Tse Tung y Chou En-lai, procurando recuperar la autonomía de su país a fuerza de argumentos. “Pasé cinco meses en Pekín en 1955-recuerda-, establecimos un buen diálogo (con Mao): de mi parte había respeto, y de su parte, cierta confianza. Fue un buen momento. Pero al año todo cambió.” En efecto, la tensión se fue agravando, y en 1959, tras el cruento aplastamiento de una rebelión tibetana, el Dalai Lama se vio obligado a huir a la India con una comitiva de veinte personas.

Les tardó quince días cruzar de a pie la cordillera del Himalaya, caminando de noche para evitar a los guardias chinos. En los meses posteriores, lo siguieron unos 80.000 refugiados tibetanos. El líder religioso armó un gobierno en el exilio en Dharamsala, una pequeña localidad a una hora* de auto de Nueva Delhi que se ganó el mote de Pequeña Lhasa.

Estudiosos como Robert Thurman,

profesor de Estudios Indo-Tibetanos en la Universidad de Columbia, dicen que desde ese bastión Tenzin Gyatso fue capaz de preservar la cultura de su país y sostener alta la moral de sus compatriotas, mientras el cerco de la ocupación china se cerraba y adquiría ribetes cada vez más violentos. “Es el primer tibetano en convertirse en líder mundial, sin siquiera tener una plataforma política, sólo a base de su fuerza moral”, dijo el académico en una nota al diario The New York Times.

Un hombre, un símbolo

En 1989 el Dalai Lama fue distinguido con el Premio Nobel de la Paz, por ser un emblema de la resistencia pacífica a la opresión en el mundo entero. Por esta misma cualidad fue inspiración de películas como *Siete años en el Tíbet*, *Kundun* y numerosos documentales y programas televisivos.

El 17 de octubre de 2007, el Parlamento estadounidense le otorgó la Medalla de Oro del Congreso de los Estados Unidos, bajo protesta del gobierno de China. Otros episodios -la visita del Tenzin Gyatso a Taiwan en 2009, y su reunión con Barack Obama en la Casa Blanca en 2010- provocaron picos de descontento por parte de las autoridades de Pekín. Pero lo cierto es que la postura del Dalai Lama se fue modificando con los años. Hoy ya no pide el retiro de las tropas chinas; aboga por lo que ha denominado la vía intermedia: la autonomía del Tíbet para manejar sus asuntos internos, sin dejar de integrar el país comunista.

En 2011 renunció formalmente a todos sus cargos políticos. Disolvió así los últimos vestigios de la teocracia tibetana, y dio lugar a una elección democrática del gobierno en el exilio, separando por primera vez en la historia

de su país la institución religiosa del Estado.

El exilio del Dalai Lama ha sido de los más productivos de la historia: visitó 67 países, recibió 150 distinciones, premios y doctorados honorarios, y escribió más de 110 libros, muchos en coautoría. Todos estos años ha sido un adalid incansable de la resistencia pacífica, aun ante instancias de agresión extrema. También ha participado en diálogos con los máximos representantes de diferentes religiones, y ha orquestado eventos para promover el entendimiento entre religiones. Es, además, el primer Premio Nobel en ser reconocido por su militancia ecologista.

En un giro inusitado para una autoridad religiosa, a partir de la década del 80 ha encabezado un fructífero diálogo con científicos de distintas disciplinas, particularmente la psicología, la neurobiología, la física cuántica y la cosmología. Para gestionar esta colaboración creó -junto al neurocientífico Francisco Varela y el emprendedor R. Adam Engle- una ONG llamada *The Mind & Life Institute*, que busca comprender la mente humana y procura el bienestar a través de prácticas contemplativas, combinando la sabiduría de antiguas tradiciones con los últimos hallazgos de la ciencia. Estas indagaciones son las que produjeron esas curiosas imágenes de monjes budistas con las cabezas repletas de electrodos que dieron vuelta al mundo. Pero más allá de su valor mediático, las investigaciones de *Mind & Life* confirmaron científicamente los efectos de la meditación en el cerebro y su impacto positivo en la salud mental, física y emocional.

También resultaron en la introducción de la ciencia moderna en la currícula -

milenaria- de las instituciones monásticas tibetanas en el exilio. “Si el análisis científico demuestra de manera concluyente que ciertos postulados budistas son falsos, debemos aceptar estos hallazgos de la ciencia y abandonar esos postulados”, ha dicho el máximo líder del budismo tibetano, sin titubear. Y explica: “El gran beneficio de la ciencia es que puede contribuir enormemente al alivio del sufrimiento en el plano físico, pero es sólo a través del cultivo de las cualidades del corazón y la transformación de nuestras actitudes que podemos comenzar a explorar y superar nuestro sufrimiento mental... Necesitamos de ambos, ya que el alivio del sufrimiento debe ocurrir a nivel físico y psicológico.”

Tanto como se ha ocupado del sufrimiento humano en sus libros, igual cantidad de veces ha postulado al cultivo de la compasión como vía regia para superarlo. Si quieres hacer felices a los demás, practica la compasión. Si quieres ser feliz tú mismo, practica la compasión, es uno de sus lemas más citados.

Pero lejos de plantearlo como un mero deber religioso, en libros como *Los Siete Pasos Hacia El Amor* enseña un método práctico y exhaustivo para expandir el círculo de la compasión desde unos pocos seres queridos a la humanidad entera y todos los seres vivos.

También ha abogado por una ética independiente de la religión, por considerarla la única solución universalmente válida para nuestros días. En *El Arte De Vivir En El Nuevo Milenio*, lo explica sin tapujos: “habida cuenta de nuestra diversidad, no hay una sola religión que pueda satisfacer a la humanidad entera, y también podemos llegar a la conclusión de que los seres humanos pueden vivir francamente bien

sin recurrir a la fe religiosa”. No obstante, sí considera a la ética una virtud indispensable, tal como ilustra con la siguiente comparación: “La diferencia es, la ética sin contenido religioso es agua, un requerimiento básico para la salud y la supervivencia. La ética basada en la religión es té, una infusión aromática de agua, hojas de té, especias, azúcar, y, en el Tíbet, una pizca de sal. Pero sin importar cómo se prepare el té, el ingrediente esencial siempre es el agua. Podemos vivir sin té, no podemos vivir sin agua”.

Retrato íntimo

¿Y cómo es, en la intimidad, este activista incansable del amor y la tolerancia? En las incontables entrevistas que le realizan en cada viaje, siempre surge, en algún momento, la misma pregunta: “¿Su santidad, se enoja usted alguna vez? Entonces responde, como lo hizo hace poco ante un periodista mexicano, con su habitual franqueza: “¡Todo el tiempo! Quienes trabajan en mi oficina podrían decirse. Pero no me dura mucho, unos minutos no más”. Luego se pone serio: “Pero no si se trata de un problema importante. Entonces, intento mirar la cuestión desde todos los ángulos, sin enojo ni irritación. Cuando uno examina algo, la mente debe estar calma y equilibrada, sin demasiados apegos”.

Quizás ayude a mantener su propósito una rutina fiel a la vida monástica. Tenzin Gyatso se acuesta cada día a las 20.30, se levanta a las 3.30 para meditar y rezar por dos horas; camina por los jardines de su residencia o en una cinta fija si hay mal tiempo, y desayuna avena y tostadas a las 5.30. Las mañanas son para estudiar antiguos textos tibetanos y para escribir; las tardes, para las audiencias y las

entrevistas. A las 17 toma el té, luego realiza las meditaciones y rezos de la tarde, y a las 19 se retira sin cenar.

En sus libros, no obstante, enseña a lograr la paz mental y la ecuanimidad de un monje budista, sin importar el estilo de vida que uno lleve. Sus consejos apelan al sentido común y una sabiduría que trasciende las tradiciones y nacionalidades.

En *El Arte De La Felicidad*, por ejemplo, hace hincapié en la importancia de trazar vínculos amorosos con nuestro entorno, y de entrenar la mente para inclinarla hacia emociones positivas. Los consejos son a veces tan sencillos eficaces: “Creo que muchas veces las personas tienden a esperar que la otra persona responda primero de manera positiva, en vez de tomar la iniciativa de crear esa posibilidad ellos mismos. Creo que esta es una actitud equivocada. Genera problemas y puede actuar como una barrera que promueve la sensación de aislamiento de los demás”.

Para Tenzin Gyatso está claro, esa red amorosa es el trasfondo necesario de toda vida feliz. Y en su visión, el cúmulo de vidas felices no puede más que redundar en un planeta más justo y armonioso. “Esto es difícil de promover a nivel de los gobiernos, dice. El cambio tendrá que venir de los individuos, luego de las familias, y por fin de la comunidad. Si miramos el mundo con un foco pequeño, vemos la violencia y nos desanimamos, pero si miramos con una visión más grande, vemos la paz.”

A los 78 años, el monje de la risa fácil y la humildad a flor de piel requiere de cada vez menos palabras para expresar su credo. “Sé bondadoso siempre que sea posible. Siempre es posible”.

* diez horas

revista@lanacion.com.ar

La base de la transformación

Su Santidad el Dalai Lama

En este artículo, Su Santidad el Dalai Lama discute en detalle como transformar la propia mente para que uno pueda llevar una vida feliz y significativa. Este artículo está sacado del libro, "Transforming the Mind: Eight Verses on Generating Compassion and Transforming your Life" (Transformación de la Mente: Ocho Versos en la generación de la Compasión y la transformación de su auto), escrito por Su Santidad el Dalai Lama y publicado por Thorsons en 2000.

El Significado de la Transformación

El término tibetano LO-JONG significa literalmente "entrenamiento de la mente" o "transformación de la mente", e implica algún tipo de disciplina interior. La razón para transformar nuestro corazón y mente es encontrar la felicidad. Cuando hablamos de felicidad y sufrimiento, naturalmente, estamos hablando de nuestra experiencia de la felicidad y el sufrimiento, entonces estamos tratando algo que incide directamente en la mente humana. Dejando de lado el tema filosófico de si existe o no semejante cosa llamada conciencia y que es distinta de nuestro cuerpo físico, lo que está claro es que como seres humanos, todos tenemos el deseo natural de ser felices y deseamos superar el sufrimiento. Esto es un hecho, así es que lo podemos considerar nuestro punto de partida.

Sin embargo, antes de desarrollar este punto en más detalle, veamos brevemente la naturaleza de la experiencia. Creo que definitivamente podemos decir que la experiencia sucede a nivel de la conciencia o la mente, pues aunque hablemos de experiencias físicas, ellas no proceden sólo del cuerpo físico. Por ejemplo, si una parte del cuerpo se entumece, ya no podemos sentir, entonces la experiencia se relaciona con el sentir y el sentir, a su vez, se relaciona con la conciencia. Hablando de manera general, nuestras experiencias tienen dos categorías. Un tipo de experiencia está más conectada con nuestros cuerpos y ocurre principalmente mediante los órganos de los sentidos, mientras que el otro tipo se relaciona más con lo que puede llamarse "la conciencia mental" o "la mente".

Al tratarse del nivel físico de la

experiencia no existe mayor diferencia entre nosotros y otras especies animales. Los animales también tienen la capacidad de sentir tanto el dolor como el bienestar. Pero, tal vez, lo que distingue a los seres humanos de las otras formas de vida es que nosotros tenemos experiencias mentales mucho más poderosas en forma de pensamientos y emociones. Ahora, por supuesto, podríamos especular que existen ciertas especies de animales que también pueden ser capaces de tener este tipo de experiencia, al menos en un cierto grado -algunos animales pueden tener recuerdo, por ejemplo-, pero en general, se puede decir que los seres humanos cuentan con una mayor capacidad de tener la experiencia de cosas a nivel mental.

El hecho de que hay dos categorías amplias de experiencia tiene algunas

implicancias interesantes. Principalmente, si el estado mental básico de una persona es sereno y calmado, entonces es posible que su paz interna supere una experiencia física dolorosa. Al contrario, si alguien está sufriendo depresión, ansiedad o cualquier forma de aflicción, entonces incluso si él o ella están disfrutando de comodidades físicas, en realidad, no podrán tener la experiencia de la felicidad que éstas podrían brindar. Entonces, esto demuestra que nuestro estado mental, en términos de actitudes y emociones, juega un papel crucial en dar forma a la manera en que vivimos la felicidad y el sufrimiento. Las enseñanzas *lo-jong* sobre la transformación de la mente ofrecen una serie de métodos por los que podemos canalizar y disciplinar nuestra mente, y así crear la base para la felicidad que buscamos.

Todos sabemos que existe una conexión íntima entre el bienestar físico y el emocional. Por ejemplo, sabemos que las enfermedades físicas afectan nuestro estado mental y que, a la inversa, un grado mayor de bienestar físico contribuye a una mayor quietud mental. Puesto que usualmente reconocemos esta relación, muchos de nosotros entramos en prácticas y ejercicios físicos para ayudar a ocasionar ese bienestar físico que contribuirá a nuestro frescor mental. También existen ciertas prácticas tradicionales que apuntan a entrenar el comportamiento energético; éstas se llaman *prana yogas*, o “yogas del flujo energético”. En la actualidad, los ejercicios yóguicos se han vuelto muy populares en el mundo moderno también, y esto es precisamente porque muchas personas han descubierto que mediante el yoga pueden lograr un grado de salud física que conduce a una mejor salud mental.

Sin embargo, el enfoque que se sugiere en las enseñanzas *lo-jong* es un tanto diferente. Éstas se concentran directamente en el desarrollo de la mente en sí, mediante la transformación de nuestras actitudes y formas de pensar.

Es importante saber que ninguna práctica que efectivamente transforme nuestros corazones y mentes es algo que puede ser impuesto o forzado en nosotros. En el caso de los ejercicios físicos, al contrario, un cierto grado de presión puede resultar efectivo para establecer la disciplina, pero la disciplina



mental requerida para la transformación de nuestros corazones y mentes no puede surgir como resultado de la fuerza. Se ha de basar en la aceptación voluntaria y ésta se basa en el reconocimiento personal de que ciertas actitudes y ciertas formas de ser son beneficiosas, mientras que otras no lo son. Sólo entonces, ante este reconocimiento, nosotros realmente nos abocamos a seguir una disciplina espiritual. El tomar un camino espiritual es la única forma que transformará nuestras mentes.

Acordemos que la clave para

transformar nuestros corazones y mentes es tener un entendimiento de la forma en que funcionan nuestros pensamientos y emociones. Precisamos aprender cómo identificar los lados opuestos en nuestros conflictos internos. Por ejemplo, con la rabia, necesitamos ver cuán destructiva es la rabia, y a la vez, darnos cuenta de que existen antídotos dentro de nuestros propios pensamientos y emociones que pueden utilizarse para contrarrestarlos. Entonces, primero, al entender que los pensamientos y emociones conflictivos son destructivos y negativos, y luego, al intentar fortalecer nuestros pensamientos y emociones positivos, que son sus antídotos, podemos reducir gradualmente la fuerza de nuestra rabia, odio, etc.

Sin embargo, cuando decidimos trabajar nuestra rabia y odio, no basta simplemente con un deseo piadoso: “Que la rabia no surja en mí” o “Me libero del odio”. Aunque esto pueda ser de ayuda, con solo desear no llegaremos muy lejos en realidad. Es preciso realizar un esfuerzo concertado para seguir una disciplina consciente, una que se pueda aplicar a lo largo de la vida para reducir la fuerza de la rabia y aumentar su opuesto, el altruismo. Ésta es la forma de disciplinar la mente.

La introspección es la forma de examinar cómo surgen los pensamientos y emociones en nosotros. Es bastante natural que surjan muchos pensamientos y emociones distintos. Naturalmente, esto es una cuestión filosófica. Según la filosofía budista, muchos de ellos surgen de hábitos pasados y el karma, los que dan surgimiento a la propensión de una persona a pensar y sentir. Sin embargo, aunque así sea, el hecho es que diversos pensamientos y emociones efectivamente surgen en nosotros y cuando los dejamos sin examinar y libres,

esto conduce a problemas, crisis, sufrimiento y miseria incalculables.

Es por ello que necesitamos adoptar la disciplina consciente que mencionamos antes: para reducir el poder de una emoción negativa como la rabia o el odio, precisamos alentar su antídoto, que es el amor y la compasión.

No basta con reconocer que esto es lo que se requiere, tal como no es simplemente suficiente el desear que el amor y la compasión crezcan en nosotros. Una y otra vez hemos de hacer un esfuerzo sostenido para cultivar los aspectos positivos en nuestro interior y la clave en ello es la familiarización constante. La naturaleza de los pensamientos y emociones humanos es tal, que mientras más entramos en ellos y más los desarrollamos, se vuelven más poderosos. Por lo tanto, hemos de desarrollar amor y compasión conscientemente para aumentar su fuerza. De hecho, estamos hablando de una forma de cultivar hábitos que son positivos. Esto lo hacemos mediante la meditación.

La Meditación: Una Disciplina Espiritual

¿Qué entendemos por meditación? Desde una perspectiva budista, la meditación es una disciplina espiritual, algo que permite tener cierto grado de control sobre los pensamientos y emociones.

¿Por qué es que no logramos disfrutar la felicidad duradera que estamos buscando? Y en cambio, ¿por qué tan a menudo nos vemos enfrentados al sufrimiento y la miseria? El budismo explica que nuestro estado mental normal es tal que nuestros pensamientos y emociones se manifiestan sueltos e indóciles, y puesto que carecemos de la

disciplina mental necesaria para domarlos, quedamos incapacitados para controlarlos. Como resultado, ellos nos controlan. Y a su vez, los pensamientos y emociones tienden a ser controlados por nuestros impulsos negativos más que por los positivos. Precisamos revertir este ciclo, de manera que nuestros pensamientos y emociones se liberen de su subordinación a los impulsos negativos y así nosotros mismos, como individuos, logramos el control de nuestras propias mentes.

La idea de provocar un cambio tan fundamental en nosotros puede parecer imposible a primera vista, pero en realidad es posible hacerlo mediante un proceso de disciplina como la meditación. Elegimos un objeto en particular y luego entrenamos nuestra mente desarrollando la habilidad de permanecer enfocados en el objeto. Normalmente, si nos tomamos un momento para reflexionar al respecto, veremos que nuestra mente no mantiene enfoque en absoluto. Podemos estar pensando en algo y, de repente, encontramos que nos distrajimos porque algo surgió en nuestra cabeza. Nuestros pensamientos están permanentemente en ello y eso se debe a que no tenemos la disciplina de tener enfoque. Así, con la meditación, lo que podemos lograr es la habilidad de establecer nuestra mente y enfocar nuestra atención a voluntad en cualquier objeto.

Ahora, por supuesto, podríamos elegir enfocarnos en un objeto negativo durante la meditación. Por ejemplo, si se está encaprichado con alguien y uno se enfoca únicamente en esa persona, y luego se queda en sus cualidades que provocan deseo, esto tendrá el efecto de aumentar el deseo sexual por esa persona. Pero la meditación no es para esto. Desde una perspectiva budista, la

meditación ha de practicarse en relación a un objeto positivo, por el que implicamos un objeto que aumentará nuestra habilidad para enfocarnos. Mediante esa familiaridad uno se acerca más y más al objeto y desarrolla un sentido de intimación con él. En la literatura budista clásica, este tipo de intimación se describe como *shamatha*, permanencia tranquila, que es una meditación con enfoque.

No basta con *shamatha*. En el budismo, nosotros combinamos la meditación con enfoque con la práctica de la meditación analítica que se conoce como *vipasyana*, compenetración. En esta práctica aplicamos el razonamiento. Al reconocer las fuerzas y debilidad de los distintos tipos de emociones y pensamientos, junto a sus ventajas y desventajas, podemos aumentar los estados positivos de la mente que contribuyen hacia un sentido de serenidad, tranquilidad y contentamiento, y reducir aquellas actitudes y emociones que conducen al sufrimiento e insatisfacción. Así, el razonamiento tiene una participación útil en este proceso.

Yo debo indicar que los dos tipos de aproximaciones meditativas que he descrito, la con enfoque y la analítica, no se diferencian por establecerse en un tipo de objeto diferente. La distinción entre ellas yace en la forma en que se aplica cada una, no en los objetos elegidos.

Para aclarar este punto usaré un ejemplo de meditación sobre la impermanencia. Si un practicante de meditación permanece enfocado en un objeto basándose en el pensamiento de que todo cambia de momento a momento, eso es la meditación con enfoque, mientras que si alguien medita en la impermanencia aplicando a todo

constantemente los diversos razonamientos sobre la naturaleza impermanente de las cosas mediante este proceso analítico, entonces esa persona se encuentra practicando la meditación analítica sobre la impermanencia. Ambas comparten un mismo objeto, la impermanencia, pero la forma en que se aplica cada meditación es distinta.

Yo siento que ambos tipos de

entrar en contemplación al reflexionar sobre los misterios del mundo, o el poder de la gracia de Dios, o sobre diversas razones que él o ella encuentren muy inspiradoras y que aumenten su creencia en el creador divino. A través de un proceso tal, el individuo podría llegar a una fe profunda en Dios, y luego podría establecer su mente en ese estado y mantener el enfoque en éste como

encuentra la excitación mental, o agitación que surge de la naturaleza fluctuante, cambiante de nuestra mente.

Cuando nuestra mente está demasiado alerta se vuelve excitable y fácilmente se agita, y luego nuestros pensamientos van tras distintas ideas u objetos que nos hacen sentir ya sea alborotados o deprimidos. La excitación en exceso conduce a todo tipo de ánimos o estados emocionales. En cambio, cuando surge la laxitud, ésta trae un sentido de pausa, y esto se puede sentir como bastante agradable porque descansa. Sin embargo, a pesar de ello, en realidad es un obstáculo para la meditación. He notado que cuando los pájaros y animales están bien alimentados, ellos se encuentran absolutamente relajados y contentos, entonces cuando oímos un gato bien alimentado y feliz ronroneando, podríamos decir que se encuentra en un estado de laxitud mental.



Un monje en profunda meditación

meditación se practican en realidad en casi todas las principales tradiciones religiosas. En el caso de la India antigua, por ejemplo, la práctica de la meditación de enfoque en un objeto y el uso de la meditación analítica son comunes a todas las tradiciones religiosas principales, budistas y no budistas. Hace algunos años, durante una conversación con un amigo cristiano, se me dijo que en el Cristianismo, y en particular en la tradición ortodoxa griega, existe una historia larga y fuerte de la meditación contemplativa. Y de igual forma, algunos rabinos judíos me han contado sobre ciertas prácticas místicas del Judaísmo que implican una forma de meditación enfocada en un objeto.

Por lo tanto, es posible integrar ambos tipos de meditación en una religión teísta. Por ejemplo, un cristiano podría

objeto. De esta manera, el practicante llega a una meditación con enfoque en Dios a través del proceso analítico, entonces ambos aspectos de la meditación están presentes.

Obstáculos a la Meditación

Los textos budistas hablan de cuatro obstáculos principales que se han de superar para que la meditación sea exitosa. El primero es la dispersión o distracción mental, que surge a nivel inferior de la mente y se refiere a la tendencia a que nuestros pensamientos sean dispersos. El segundo obstáculo es el embotamiento y adormecimiento, o la tendencia a quedarse dormido. El tercero es la laxitud mental que significa que nuestra mente es incapaz de mantener la agudeza y claridad. Finalmente, a un nivel más sutil, se

El otro obstáculo del que hablamos es el estado mental disperso, distraído; y esto se refiere al problema muy general que tenemos en cuanto intentamos enfocarnos en un objeto en particular. Nos encontramos con que nuestra mente pierde muy rápidamente su poder de atención, se distrae y se pierde en las ideas o recuerdos que pueden ser agradables o desagradables. El cuarto obstáculo, la excitación mental, es una subcategoría de la distracción, pero se refiere más específicamente a distracciones asociadas a objetos agradables. La razón para especificar esto como una clase separada es porque los pensamientos agradables son los que nos distraen más de la meditación. Ellos pueden ser registros de una experiencia pasada o de algo que hemos disfrutado, o pensamientos sobre algo

que quisieramos experimentar. Los recuerdos y pensamientos de este tipo a menudo son la razón principal que interfiere con una meditación exitosa.

De estos cuatro obstáculos, los dos principales son la laxitud mental y la distracción.

¿Cómo manejamos estos obstáculos? En particular, el adormecimiento parece tener una relación estrecha con nuestro estado físico, entonces, por ejemplo, si nos vemos privados del sueño, podemos experimentar el adormecimiento. Si no mantenemos una dieta adecuada, ya sea en términos de lo que comemos o la cantidad que comemos, esto también puede ocasionar un estado de embotamiento. Es por esta razón que a los miembros ordenados de la orden monástica budista se les aconseja no comer después del almuerzo. Al hacerlo, estos monjes y monjas pueden mantener una cierta claridad mental que es conducente a la meditación, y ellos también dispondrán de agudeza mental al despertar a la mañana siguiente. Entonces, un buen comportamiento en la dieta es un antídoto muy efectivo para el embotamiento mental.

Ahora, si nos referimos al problema de la laxitud mental, se dice que la razón por la que la laxitud surge en la meditación es porque no estamos lo suficientemente alerta y porque nuestra energía es baja. Cuando esto sucede, necesitamos encontrar una forma de subir el ánimo, y una de las mejores formas de hacerlo es cultivar un sentido de alegría al reflexionar en nuestros logros o en los aspectos positivos de la vida, etc. Éste es el principal antídoto para la laxitud.

Hablando en general, se dice que la laxitud mental es un estado neutral de la mente, en el sentido de que no es vir-

tuoso ni no virtuoso (es decir, causa el surgimiento de pensamientos y acciones que no son virtuosos ni no virtuosos). No obstante, al comienzo de la sesión de meditación la mente puede iniciar un estado virtuoso. Por ejemplo, un practicante de meditación puede estar enfocándose en la naturaleza impermanente de la vida, y luego, en un cierto punto, comienza a perder la viveza de esa mente enfocada y cae en la laxitud mental. Sin embargo, al comienzo de la práctica su estado era virtuoso.

La agitación surge cuando nuestro estado mental es demasiado elevado y estamos sobre excitados. El antídoto para esto es encontrar una forma de llevar ese estado excitado a un nivel más sobrio. Una forma es reflexionar en pensamientos e ideas que tengan naturalmente un efecto de sobriedad, como la muerte y la naturaleza transitoria de la vida, o el lado fundamentalmente insatisfactorio de la existencia humana.

Estos métodos se pueden aplicar en el contexto de casi todas las tradiciones religiosas principales. Por ejemplo, en el caso de una religión teísta, si durante la meditación se presenta demasiado embotamiento y laxitud mental, uno puede elevar su estado mental contemplando la gracia de Dios o la naturaleza compasiva del Ser Divino. Estos pensamientos pueden infundir un sentido de alegría y sacar la mente de su embotamiento. De manera similar, si existe demasiada excitación en la meditación, la reflexión en cuán a menudo no se puede vivir de acuerdo a los preceptos y enseñanzas de Dios, o recordar el pecado original, puede traer de inmediato un sentido de humildad que calmará la exaltación. Así, las prácticas se pueden adaptar e incorporar a las diferentes religiones.

En resumen, hemos visto que para afrontar los cuatro obstáculos a la meditación, y en particular, los dos principales, la distracción y la laxitud mental, lo que se requiere es la aplicación diestra de dos facultades mentales importantes: atención e introspección. Con la introspección desarrollamos una vigilancia que nos permite ver, en cualquier momento, si nuestra mente está bajo la influencia de la excitación o la distracción, y si está enfocada o cae en el embotamiento. Una vez que hemos observado nuestro estado mental, la atención nos permite traer nuestra atención de regreso al objeto de meditación y permanecer enfocado en éste. Entonces podríamos decir que la práctica de la atención es la esencia de la meditación.

Cuales sean las formas de meditación que se utilicen, el punto más importante es aplicar la atención permanentemente y hacer un esfuerzo sostenido. No es realista esperar resultados de la meditación dentro de un período de tiempo corto. Lo que se requiere es esfuerzo sostenido continuo.

Independiente de que si se usa el termino real o no, la meditación analítica se aplica en la vida cotidiana, de hecho, en casi todas las profesiones. Tomemos el ejemplo de un hombre de negocios. Para ser exitoso, él ha de tener facultades agudas para desarrollar crítica, examinar todos los pro y contras en las negociaciones, etc., así es que consciente o no, él está aplicando exactamente las mismas destrezas analíticas que usamos en la meditación.

En general, yo diría que de los dos tipos de meditación, la meditación analítica parece tener un mayor efecto en ocasionar la transformación del corazón y la mente.

La Naturaleza y el Continuo de la Conciencia

En la primera línea del texto tibetano Los Ocho Versos sobre la Transformación de la Mente, la primera palabra es “I” (*dag*). Es muy importante preguntarnos qué entendemos exactamente por este término. Para hacerlo, hemos de situar las enseñanzas de Buda dentro de un contexto amplio de las diversas tradiciones espirituales de India. Un punto que separa la enseñanza budista de todas las otras tradiciones indias clásicas es que ésta rechaza cualquier noción de un alma o ser eterno, o *atman*, definido como algo independiente de nuestra realidad física y mental, que no cambia y es permanente.

El budismo expresa que aquello que llamamos el ser o la persona sólo se puede entender como una función de nuestros constituyentes psico-físicos. Estos son los ‘agregados’ que en conjunto conforman nuestra existencia. Si examinamos la naturaleza de estos agregados mente-cuerpo, encontramos que están cambiando permanentemente, por lo tanto, el ser también ha de cambiar; también son transitorios, así el ser no puede ser permanente o eterno; y son diversos y múltiples, por lo tanto, el ser no puede ser unitario. Es sobre esta base que el budismo rechaza la noción de un alma eterna y que no cambia.

Ya que todas las escuelas budistas sostienen que la existencia del ser se ha de entender como una función de los constituyentes físicos y mentales del individuo, esto significa que el ser no debe considerarse meramente en el nivel denso del cuerpo. De hecho, las escuelas budistas definen usualmente al ser en relación al continuum de la conciencia.

Existe otra pregunta que comúnmente surge con respecto al ser. ¿Tiene el ser

un inicio y un fin o no?

Algunas escuelas budistas, como la Vaibhashika, parece aceptar la noción de que es posible que el continuum del ser llegue a un término. Sin embargo, la mayoría de las tradiciones sostienen que no tienen inicio ni fin, desde que el ser es entendido en relación al continuum de la conciencia, y las escuelas budistas por lo general afirman que no podemos aplicar un inicio a la conciencia. Si fuéramos a establecer un inicio a la conciencia, entonces tendríamos que aceptar un primer instante de conciencia que no tiene causa y que ha surgido de ninguna parte en particular. Esto vendría a contradecir uno de los principios fundamentales del budismo, que es la ley de causa y efecto. El budismo acepta la naturaleza dependiente de la realidad, según la cual todo surge como resultado del encuentro de ciertas causas y condiciones, entonces si la conciencia pudiese llegar a ser desde ninguna causa, esto iría en contra de ese principio fundamental. Por lo tanto, los budistas consideran que cada instancia de conciencia debe producirse desde causas y condiciones de algún tipo. De las muchas causas y condiciones en cuestión, la causa principal o sustancial de la conciencia debe ser alguna forma de experiencia, puesto que la materia sola no puede producir la conciencia. La conciencia ha de venir de una instancia previa de conciencia.

De igual forma, si intentamos seguir el rastro del origen del mundo material, encontramos que, al menos desde el punto de vista budista, el mundo tampoco tiene un inicio. Mediante el análisis, podemos reducir un objeto físico hasta sus elementos constituyentes, luego a sus moléculas, sus partes atómicas, etc., pero incluso

estos deben ser producidos por causas y condiciones propias.

Así como se dice que la mente no tiene inicio, también se dice que no tiene fin, pues no hay nada que pueda socavar la existencia básica de nuestra facultad de conocimiento y tener experiencias. Ciertos estados de la mente, como las experiencias sensoriales, son contingentes a nuestro cuerpo físico y éstas pueden llegar a un fin cuando su base física cesa de existir, es decir, en el momento de la muerte. Sin embargo, cuando hablamos de que el continuum de la conciencia no tiene inicio, no debemos confinar nuestro entendimiento de la conciencia al nivel burdo de la existencia. En cambio, a lo que los budistas se refieren es un nivel más sutil de conciencia, especialmente lo que llamamos “la naturaleza luminosa de la mente”, y esto es lo que decimos que es continuo y no tiene fin. Entonces, es sobre esta base que los budistas dicen que el ser no tiene inicio ni fin.

Por lo general, cuando las personas piensan sobre la conciencia, ellas tienden a tener la impresión de que existe cierto tipo de entidad monolítica llamada “mente”. Sin embargo, ése no es el caso. Si probamos un poco más profundo, veremos que aquello que llamamos “conciencia” en realidad cubre un mundo complejo y diverso de pensamientos, emociones, experiencias sensoriales, etc.

Permítanme ilustrar este punto al observar la forma en que percibimos las cosas. Para que la percepción tenga lugar, ciertas condiciones han de estar presentes. En el caso de una percepción visual, por ejemplo, un objeto externo debe entrar en contacto con el órgano físico, nuestros ojos, para así producir

el evento de percepción. Luego, debe haber otra condición que permite al órgano sensorial interactuar con el objeto de manera tal que el evento dé surgimiento a una cognición. Ahora, los budistas dirían que la mente tiene una naturaleza luminosa subyacente que es el “mero hecho” de la experiencia y conciencia, y es este continuum el que permite que las cogniciones surjan del contacto entre los órganos de los sentidos y sus objetos correspondientes. Además, es esta naturaleza luminosa subyacente de la mente la que trasciende la existencia temporal de una vida particular, puesto que sostiene un continuum ininterrumpido. Entonces, esto es lo que los budistas entienden con términos como “la naturaleza sin comienzo de la conciencia” o “el continuum de la conciencia”.

Como mencioné anteriormente, en cierto sentido, los budistas incluso hablan del mundo físico como sin inicio. Pero, ustedes podrán preguntar, “¿Pero, qué hay del Big Bang? ¿No es ése el inicio del universo?” Para un budista, no es aceptable como el inicio real del mundo físico, y en vez de solucionar nuestro problema sólo trae más preguntas. Por ejemplo, ¿por qué se dio el Big Bang? ¿Cuáles son las condiciones que indujeron al Big Bang? Desde un punto de vista budista, incluso el mundo físico no puede decirse que tiene un inicio absoluto.

Yo debo indicar que cuando decimos que el mundo no tiene inicio, nos estamos refiriendo a un nivel “atómico” muy sutil. Además, naturalmente, es verdad que un universo particular o planeta en particular tendrá un inicio en el sentido de que llega a existir en un punto particular en el tiempo, y en otro

punto, dejará de existir. Por lo tanto, cuando decimos que el mundo físico no tiene inicio, estamos hablando del universo como un todo.

Entonces, todo esto nos lleva al principio fundamental de causa y efecto. Para comprender este principio completamente, uno ha de aceptar su relevancia tanto a nivel diminuto en eventos individuales y a nivel macroscópico más amplio. La razón por la que las enseñanzas budistas enfatizan la importancia de la causa y efecto no es porque sea algún tipo de ley divina, sino porque proporciona un entendimiento más profundo de la naturaleza de la realidad. ¿Por qué llegan los budistas a esta conclusión? Porque sabemos a partir de nuestra experiencia y mediante la observación, que las cosas y eventos no surgen al azar. Ellos respetan un cierto orden. Existe una cierta correlación entre eventos particulares y causas y condiciones en particular. Además, las cosas no surgen sin causa alguna. Una vez que excluimos estas dos posibilidades de existencia al azar y condición sin causa, nos vemos forzados a aceptar la tercera alternativa, principalmente que debe existir un principio subyacente de causa que opera a un nivel fundamental.

Ustedes se pueden estar preguntando por qué este entendimiento de causa y efecto es tan relevante para los practicantes budistas. La razón es porque el budismo coloca gran énfasis en la transformación de la mente y el corazón, y en el ocasionar cambios internos en nuestras formas de ser y entender. Además, el budismo, los métodos de contemplación, meditación y transformación de la mente han de basarse en algo que existe en realidad. Si la realidad no concuerda con nuestras

prácticas meditativas, no existe una base real para esperar algún avance en el desarrollo personal. Por lo tanto, al cultivar un entendimiento de la naturaleza de la realidad y mediante el aumento y desarrollo de ese entendimiento, es que nosotros podemos empezar a aplicar los métodos de meditación en nosotros mismos y ocasionar una transformación interior.

En el budismo, ciertas prácticas se aplican para afrontar problemas específicos. Por ejemplo, existen meditaciones que están diseñadas para reducir la intensidad del deseo sexual y el apego. Podemos visualizar la farsa toda de la Tierra llena de esqueletos, por ejemplo. Dichas meditaciones se usan deliberadamente para superar problemas de tipo específico, pero en estos casos el practicante no cree de ninguna manera que la visualización representa la realidad. Él o ella están muy conscientes de que esta imagen en particular se cultiva deliberadamente como una forma de manejar ciertas emociones.

El budismo, en general, destaca la importancia de desarrollar un entendimiento razonado en relación a cualquier tópico de investigación elegido. Esto se hace sobre la premisa simple de que al aumentar nuestro entendimiento de las cosas tendrá un efecto positivo en nuestro corazón y la mente, y que al aumentar nuestro entendimiento y conocimiento es que el cambio sucede realmente. Por lo tanto, se dice que muchos niveles profundos de realización espiritual son resultado del conocimiento, discernimiento y entendimiento. Es por esto que el desarrollo del discernimiento o introspección es considerado un elemento tan crucial del camino espiritual en conjunto. ■

Los intereses creados bloquean la reconciliación en el Tíbet

Thubten Samphel

Thubten Samphel es el director del Instituto de Política del Tíbet, un centro de investigación con sede en Dharamsala, India. Este artículo se publicó anteriormente en Asia Times Online el 16 de diciembre 2013

La burocracia china antiseparatismo se levanta en armas. Esta vez la lucha de la burocracia del Partido Comunista de China contra los separatistas se está volviendo contra los académicos dentro de los comités de expertos del Partido, que se atreven a sugerir que se necesita la reconciliación con el Dalai Lama para cuando llegue el momento de identificar su reencarnación.

Esto no es una disputa territorial burocrática. Es un asalto frontal con grandes armas disparando. Tanto en casa como en el extranjero es estridente, no hay réplica, la burocracia antiseparatismo está comprometida en una pelea a gritos, en gran medida, de un solo lado.

El 22 de octubre, la Oficina de Información del Consejo de Estado, el gabinete de China, lanzó otro libro blanco sobre el desarrollo y el progreso del Tíbet. El mensaje como el resto de las previas encarnaciones del libro blanco, es el mismo. El Antiguo Tíbet sufrió bajo la servidumbre feudal y la teocracia. El Nuevo Tíbet, afirma el libro blanco, “ha ganado la libertad, la igualdad y la dignidad” y está “disfrutando plenamente de los frutos de la civilización moderna”.

Sin embargo, hay un pequeño problema. El último libro blanco se queja: “El 14 ° Dalai Lama y su camarilla en el exilio están llevando a cabo actividades separatistas durante mucho tiempo para

sabotear el desarrollo y la estabilidad del Tíbet... Ellos han avanzado con los llamados conceptos del Gran Tíbet y el alto grado de autonomía, que en realidad van contra las actuales condiciones de China, y violan la constitución y las leyes pertinentes.”

La revista del Partido Qiushi (“Buscando la Verdad”), en su 21ª edición de 2013 incluyó un extenso artículo de Chen Quanguo, secretario del Partido del Tíbet, quien pidió medidas más restrictivas para detener el flujo de toda la información en línea entre el Tíbet y el mundo exterior. Apenas capaz de combatir la influencia del Dalai Lama en el Tíbet, Chen Quanguo se pone a sí mismo un noble objetivo en su lucha

contra el Dalai Lama. Él dijo: “Debemos educar y guiar a los funcionarios y la gente común de los diversos grupos étnicos para separar el budismo tibetano del 14º Dalai Lama y separar al 14º Dalai Lama del título de Dalai Lama para que conscientemente hagan una clara ruptura con la camarilla del 14º Dalai Lama.”

Separar el budismo tibetano del 14º Dalai Lama es, incluso para el Partido Comunista, una tarea difícil. Sin embargo, tratar de desvincular al 14º Dalai Lama del puesto del Dalai Lama parece ser la profundidad de la desesperación de la burocracia china anti Dalai Lama. Es como tratar de separar al Papa del catolicismo.

El trabajo de la burocracia anti Dalai Lama es como tratar de separar a Mao del maoísmo o decir que Mao no es Mao. Para aquellos que desean el bien del Partido Comunista de China, solo pueden desearle la mejor de las suertes en su nueva misión espiritual. Pero los budistas exigentes de todo el mundo - y hay muchos en China - ven que detrás de las metas espirituales del secretario del Partido en Tíbet, se encuentra un oscuro motivo oculto: una lucha a vida o muerte contra el líder espiritual tibetano.

La diatriba de Chen y otras misivas están dirigidas a la audiencia nacional de China. Para explicar la actual política de línea dura de China sobre el Tíbet al resto del mundo, se dejó a Zhu Weiqun, el principal interlocutor de China con los enviados del Dalai Lama desde 2002 hasta 2010.

Durante su viaje a Europa en octubre, Zhu, el director de asuntos étnicos y religiosos de China, dio una serie de entrevistas con los medios. Estas entrevistas han sido posteriormente reeditadas en los medios de comunicación domésticos de China. En uno, se dijo que el único propósito de

las reuniones entre los dos enviados del Dalai Lama y las autoridades chinas era “convencer al Dalai Lama para detener las actividades separatistas... y argumentar a favor de la llamada cuestión del Tíbet”. Zhu Weiqun dijo: “El hecho es que el destino y el futuro del Tíbet están en manos de los chinos.”

Si el Partido está tan seguro que tiene el medicamento adecuado para el dolor de cabeza que le supone el Tíbet, ¿por qué no lo hacen en silencio? ¿Por qué tanto ruido?

Una de las razones es la avalancha continua de autoinmolaciones que envuelve la meseta. Kunchok Tseten, padre de dos hijos, fue el último tibetano que se prendió fuego el 3 de diciembre en Ngaba, provincia de Sichuan, donde la mayoría de las autoinmolaciones se han llevado a cabo. Esto lleva la suma de los que se prendieron fuego en la meseta tibetana a 123 desde febrero de 2009. Todos habían pedido por el regreso del Dalai Lama a su patria y la libertad en el Tíbet.

En este contexto de ardientes protestas, el Partido tiene que explicar por qué si sus políticas en el Tíbet son tan correctas, se dan las autoinmolaciones. En este caso y en otros casos en que algo sale mal en el Tíbet, el dedo acusador del Partido apunta a la camarilla del Dalai Lama. Esta manera fácil de absolver las responsabilidades de las políticas fallidas del Tíbet tiene peso y convicción en el público en línea de China. La propaganda del Partido de que es el Dalai Lama quien está obligando a estos jóvenes tibetanos a autoinmolarse ha provocado que algunos en Weibo, el Twitter chino, pregunten, ¿por qué no se inmola el Dalai Lama?

Es fácil para el Partido ocultar sus políticas fracasadas en la meseta, detrás

de la cortina de humo del nacionalismo chino. También es fácil para una burocracia bien financiada para arremeter contra los tibetanos que solo piden ser tratados decentemente con toda la fuerza del nacionalismo chino y ahogar sus voces ya silenciadas, en el estruendo de la retórica oficial.

Disenso interno

La parte difícil es cómo responder a aquellos dentro del Partido que piden un cambio de rumbo en el Tíbet. Lo que pone nerviosos a los funcionarios que se ocupan de la política del Partido en el Tíbet, son las sugerencias expresadas dentro del propio *establishment*, en cuanto a adoptar una actitud más complaciente con el Dalai Lama. Las sugerencias para el cambio en la política, expresadas en entrevistas dispersas, podrían convertirse en un clamor y luego transformarse en una tendencia. Hay informes de que este sentimiento goza de un amplio apoyo dentro del círculo intelectual del Partido.

Una salva significativa contra la política de línea dura del Partido en el Tíbet fue lanzada por Jin Wei, profesora de la Escuela Central del Partido, en Beijing. En los meses de junio y octubre pasados, en comentarios realizados en Asia Weekly, una publicación en idioma chino de Hong Kong, Jin Wei dijo que el tratamiento del Dalai Lama como un “enemigo” aleja a los seis millones de tibetanos que creen que él es el “Buda viviente”. Ella dijo: “El Dalai Lama es la clave de la cuestión del Tíbet.”

La idea de la profesora Jin Wei en el restablecimiento de los contactos con el Dalai Lama, es obtener su cooperación en la identificación de su sucesor para que Beijing instale un Dalai Lama de su elección, para estabilizar su dominio en

la meseta y evitar la situación embarazosa de tener dos Dalai Lamas.

Para los responsables políticos chinos que están tratando de encontrar alternativas políticas para resolver el problema de Tíbet de la manera más rentable, las sugerencias de Jin Wei pueden parecer atractivas, incluso tentadoras. Pero tales sugerencias llevan a la burocracia antiseparatismo del Partido a la apoplejía. ¿Por qué?

La razón es que las funciones de la burocracia antiseparatismo del Partido son como un gran interés creado. La lucha de China contra el separatismo comanda una fuerza de por lo menos 400.000 funcionarios - extraídos del Partido, el gobierno y el ejército - cuyas carreras florecen o se fundan en lo bien que hacen la guerra contra los separatistas. El caso de Hu Jintao, el ex presidente, es un claro precedente. Su represión decisiva cuando era el jefe del Partido en el Tíbet, en las protestas que sacudieron a la zona en 1988 y la imposición de la ley marcial en

Lhasa, sentaron las bases para la forma en que el Partido se comportaría cuando las protestas estudiantiles sacudieron Beijing en 1989. Hu se aseguró un lugar en el politburó en los siguientes años hasta convertirse en el máximo líder de China.

Cualquier reconciliación entre el Dalai Lama y Beijing haría que las carreras de los que participan en la lucha antiseparatista se esfumen.

Bapa Phuntsok Wangyal , que vive en Beijing, es el fundador del Partido Comunista del Tíbet. Se unió a la Gran Marcha, sirvió de intérprete entre el Dalai Lama y Mao Zedong en 1954-1955 y ocupó puestos importantes dentro del Partido. Él escribió una serie de cartas de 2004 a 2006 a Hu Jintao, el entonces presidente de la República Popular China, abogando por un enfoque más flexible para el Tíbet. Estas cartas fueron sacadas de contrabando y traducidas al inglés y publicadas en la India. En una de estas cartas, Bapa Phuntsok Wangyal dijo:

Estas personas viven por antiseparatismo, son promovidos debido al separatismo, y sacaron la lotería por el antiseparatismo... Cuanto más el Dalai Lama está en el extranjero, y cuanto más grande es su influencia, más duradero es el período de los altos rangos y mayor la riqueza para los grupos antiseparatistas... Por el contrario, cuando el Dalai Lama restablezca relaciones con el gobierno central, estas personas estarán aterrorizadas, tensas y perderán sus puestos de trabajo.

El presidente Xi Jinping se encuentra en la mejor posición para revisar la política de línea dura de China en el Tíbet. Él está incontaminado de cualquier represión de mano dura contra las protestas tibetanas. Para que él pueda desarrollar una sólida y sana política en el Tíbet, que lleve a la reconciliación entre el pueblo tibetano y Beijing, tiene que superar primero la resistencia burocrática interna y la inercia. ■

Una Casa en el Tibet

Tsering Wangmo Domba

Este es un extracto del libro "A Home In Tibet" (Una Casa en el Tibet) recientemente publicado, escrito por Tsering Wangmo Dhomba, una joven escritora tibetana residente en California. El libro fue publicado por Penguin la India en octubre de 2013

La neblina se desliza sobre las montañas como delgado algodón. Está demasiado frío para un día de fines de agosto. Hay mujeres que cantan al otro lado de Kyichu, sus voces penetran la quietud de la tarde. El aire es musical.

Para conocer el pasado yo confío en el recuerdo y las experiencias de aquellos que han vivido aquí. Los tibetanos, les aviso, y esto es algo que he confirmado tras años de preguntas, son administradores inquietos de sus recuerdos en su reticencia a hablar de ellos y de aquellos que fallecieron. Esto es particularmente cierto en las personas de Dhomba. Después de todo, cuando le pregunté por sus padres, mi madre los describió como que todos tenían nariz, dos ojos y una boca. Los tibetanos al interior de Tibet se cuidan

de referirse al pasado por temor a la respuesta de parte de los chinos, e incluso hoy en día ellos siguen siendo cautos. Aquellos que intentan hablar de sus vidas antes de 1959 por deferencia a mi solicitud, lo hacen con reticencia. Es evidente que les resulta incómodo el enfocar la atención en sí mismos. Ellos pasan por ciertos desvíos, un caballo que amaban cuando niños, un invierno excepcionalmente frío, sinuosas descripciones de las montañas, les permiten entrar en sus vidas.

Este año vine con una estrategia. No pregunto a las personas sobre sus vidas, consulto por historias sobre otras personas. Los resultados son más satisfactorios. Sin embargo, están aquellos cuya timidez resulta impenetrable. Ellos no contarán la historia que yo quiero oír. Y éste es el dilema - como

tibetano que ha vivido fuera de Tibet, yo gravito hacia aspectos particulares de una vida o historia de un lugar que no siempre parece pertinente al narrador en el entendimiento de su vida. Los detalles que deseo oír - sean historias que él oyó cuando niño o temas novelescos que conoció en su niñez, o recuerdos de ladrones siendo castigado en público-, no son los que ellos elijen recordar como significativos. A menudo, la historia finalmente surge tras un elaborado esfuerzo y a modo de colaboración entre el narrador y mi persona.

Mis preguntas son respondidas de manera intermitente con acotaciones como que son personas tan estúpidas, tontas como sus yaks u ovejas porque no pueden recordar los detalles. Yo pienso en Heinrich Harrer porque él también menciona, 'A menudo se

escucha a los tibetanos decir, “¡Nosotros no sabemos nada. Somos tan estúpidos!” Pero, claro, el hecho de que lo digan demuestra lo contrario’.

A diferencia de Harrer, yo empiezo a pensar en que tal vez los nómadas tienen razón. ¿Por cuál otra razón van ellos a afrontar mis preguntas con un silencio inflexible? ¿Es su reticencia a hablar resultado de la colonización china o es porque se volvieron mudos por causa de los lamas y los jefes de las tierras antes de que llegaran los chinos? Tal vez, son ignorantes como sus animales - son iletrados, no han ido más allá de sus propios alrededores nómadas, pasan todo el día con sus animales o inmersos en el trabajo.

Tales pensamientos surgen cuando espero respuestas que me ayuden a entender nuestra historia. Mientras espero que los narradores develen por qué y cómo llegamos a ser lo que somos.

Mientras oigo a un grupo de hombres hablar sobre las dificultades para mantener vivo su ganado, yo hablo sobre las políticas de los granjeros. ¿Cómo afectó el cercado su relación con la tierra y sus vecinos? ¿Qué harán si los chinos minan su tierra?

Ellos me miran de soslayo y cuando ven que estoy esperando alguna respuesta, ellos mueven su cabeza cuidadosamente. ‘Sí, tal vez’, dicen.

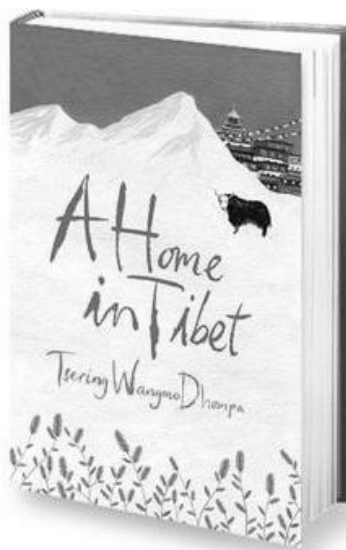
Éstas no son las respuestas apasionadas que espero oír de los khampas. Yo insisto. ¿Cómo se sienten sobre su historia?, ¿el trastorno del pasado?, ¿qué hay del futuro?, ¿piensan en el rangzen? La palabra rangzen, traducida como poder personal o independencia en tibetano, llegó al léxico tibetano mucho más tarde, junto con palabras como capitalismo, socialismo y explotación. Es nuestra palabra para

libertad. La palabra, una vez usada sin mayor frecuencia en Tíbet, ahora es un lema para los tibetanos más jóvenes.

¿Qué significaría un Tíbet libre para los mayores? ¿Cambiaría éste sus vidas?

Ellos no dicen nada. Yo no sé si debo repetir mis preguntas. Tras un silencio considerable, una persona mayor dice que él está feliz mientras pueda decir sus oraciones y él es feliz mientras su ganado tenga buen pasto para comer. Los otros mueven sus cabezas indicando estar de acuerdo.

La libertad, como se me ha enseñado entender, siendo yo un ser político en exilio -estar protegido por la ley, poder



Cubra el libro, 'A Home in Tibet'

vivir mi vida como yo elija, sin tiranía ni persecución-, tal vez no es la máxima aspiración aquí en el mundo pastoral y nómada de Dhompa. Así lo asumí y expresé.

Los mayores me dicen que ellos igualan la libertad con el derecho a vivir como budistas, lo que implica poder

realizar sus rituales, tener acceso a lamas y monasterios, y poder participar en retiros y estudios. Incluso se pueden referir a un estado mental aspirado: ser libres del apego, la rabia, la estupidez, los celos y la arrogancia. Quizás, estar libres del miedo, e incluso, de su apego al pasado.

¿Cómo pueden los nómadas aquí definir la libertad como yo cuando a ellos rara vez se les ofrece alguna protección o consideración de parte de la ley o el gobierno? Su tierra es su seguridad y protección; es la tierra la que ha proporcionado a su ganado y a ellos mismos todo lo que tienen. Sus luchas están dedicadas a encontrar una forma de subsistencia en esta tierra sin comodidades y seguridades de parte del apoyo externo.

Mi política no es asunto de ellos. No es su forma de dar significado a todo lo que sucede en un día o en un año. Hay lamas y políticos para ello. Ellos entienden esta vida del pasto y la vida del trabajo. Se levantan temprano y llevan su ganado a la tierra de pastoreo, ellos observan el pasto crecer, hacen predicciones para el día, el clima, la salud de sus ganado, un día a la vez. Siguen el tiempo lunar tibetano, dos meses atrás y 127 años adelante del calendario que sigue el gobierno chino y el resto del mundo respectivamente. Ellos viven tan lejos de las ciudades donde las personas hacen las reglas y envían nuevos funcionarios cada ciertos años. Ellos no sienten incluso que puedan entender o articular lo que sus vidas representan para otros.

Yungyang dice una y otra vez que los tiempos son mejores porque ahora ella puede decir sus oraciones. Ella pregunta por la salud de Gyalwa Rinpoche, el Dalai Lama. Se pone feliz de saber que él está bien. Si él está bien,

entonces ella está bien, expresa. Es una aceptación y entendimiento de la vida que yo no logro traducir a palabras.

Yo no quiero que esta forma de vivir de los nómadas -como ellos la viven y entienden-, desaparezca. Estos pensamientos me surgen cuando estoy con ellos. Algunas veces me siento lleno de admiración por ellos, y a veces no puedo creer la calma con que parecen vivir sus dificultades. Sé que soy ingenuo al buscar simplificar la vida diversa y compleja de un ser humano en frases que presentan una forma de ver a una persona como si las personas no cambiaran y no cambiarán. Me equivoco al esperar dar con uno o dos descubrimientos claves que alterarán mi forma de ver el mundo o la forma en que se percibe a los tibetanos. No funciona así. Tardes enteras se desvanecen en silencio con nada que relatar. Yo empiezo a pensar que las preguntas abstractas sobre la existencia no serían consecuentes con la vida nómada regular. Él deja estas cosas al dominio de lo inexplicable, como el destino. Está más dispuesto a hablar de la pobreza y las dificultades del pastoreo, e intenta predecir el futuro inmediato en base a estos problemas. No responsabiliza a nadie de dichas dificultades. Y el pasado, ¿qué puede decir del pasado excepto dar la lista de nombres de los muertos -el padre, la madre, el tío, la tía-, e indicar la tierra como si la tierra, habiendo aceptado a los muertos, fuese a hablar por él.

A veces me pregunto si ellos viven en un estado de apatía o ignorancia, o si son pasivos, pero cuando considero lo que sigue existiendo al interior de Tíbet, incluso tras toda la violencia, lo que viene a mi mente es la resistencia, no la inacción. Llegué a igualar la acción concreta con la resistencia. Resulta más

difícil definir su quieto rechazo al cambio y su resiliencia porque no se me enseñó a reconocer lo que surge sin manifestación en palabras o acción.

Cada día, por más de dos décadas, los tibetanos fueron asesinados, perseguidos e inductados en contra de su propio pueblo, en contra de su propia cultura, en contra del budismo. La rabia y la negación habrían sido un camino más fácil. Les resultaría beneficioso creer en lo que los chinos insisten, y aún así muchos de ellos eligen tener fe y continúan con sus plegarias a las deidades de la tierra.

Un joven que recientemente regresó del campo tibetano de refugiados de Bylakuppe al sur de India donde vivió como monje por dos años puede entender algunos de mis dilemas. Él no se podía acostumbrar al clima y la comida en India, me dice. Cayó gravemente enfermo y regresó a Dhompa para morir en su país y junto a su familia. Él ha tenido la experiencia de su vida como un tibetano libre en India, dice, y al haber regresado (ahora con buena salud), él entiende lo que es vivir dentro de una concha. Él se queja de que los nómadas de Dhompa no entienden la política. Ellos aceptan que el Dalai Lama está en exilio y ellos están aquí en su país. Él se lamenta de que los tibetanos en general no son capaces de lograr algo grande o exitoso. No sabe por qué. Da el ejemplo de los nómadas que recolectan hongos y luego pasan felices el resto del año, celebrando en las praderas.

Él se pregunta, qué pasa con nosotros que no podemos lograr grandeza, que no podemos hacer dinero como los chinos.

Yo le digo, que ellos son comerciantes a los que les va bien en Nepal y hay un montón de comerciantes de Dhompa que

se fueron a Lhasa y están surgiendo.

Él dice que aprendió mucho en dos años, suficiente como para ver lo poco que sabe. Y pregunta intensamente, “Dime, ¿qué está pasando en el mundo?”

Cada tarde me siento con un grupo de hombres o mujeres que no conocen el nombre del Premier de China, pero ellos pueden nombrar quien fue mi bisabuelo, los lamas de los trece monasterios en Dhompa, y pueden calcular el número total de ganado de la mayoría de los ganaderos en la región. Si les pido que volvamos a nuestra historia, tan atrás como sepan, ellos dicen que descendemos de un mono y un ogro femenino de las montañas. El mono, una encarnación del espíritu de la compasión, Avalokitesvara, conoció y se casó con una ogro de la montaña. Su unión produjo seis hijos y de estos seis, siguieron las personas de Tíbet. Tenzin dice que podemos rastrear nuestras características hasta los antepasados: aquellos de nosotros que somos más compasivos, inteligentes y contemplativos heredamos nuestra naturaleza de Avalokitesvara, mientras que aquellos que tienen un rostro rudo, obstinado y lujurioso reflejan la ogro de la montaña.

El río Kyichu fluye en las cercanías y a través del campo de Yigi thang: el campo de las letras. Tiene forma de un libro abierto, sus páginas cortadas en limpios cuartos por el camino construido en los últimos años por jóvenes obreros chinos. En la base del altiplano está Babjang khang -la carpa- donde Si Dhungmo, un general en el ejército de Ling Gesar, estableció su tienda para descansar una tarde. Los chinos no son parte de nuestras historias.

Cuando estoy con las personas de mi madre, me inspecciono como alguien externo y como uno interno. Venir a

Tíbet es una forma de ejercer mi privilegio como un cuerpo transnacional. Tengo en mi poder un pasaporte y puedo viajar a voluntad mientras tenga los medios. Yo también he sido una persona sin estado y sin ciudadanía por media vida, pero incluso así, yo conté con la flexibilidad de moverme libremente dentro de ciertas fronteras. En Dhompa, tengo la experiencia de otra forma de libertad en la soltura obvia de la rutina habitual. Libre de las chillonas promociones de la televisión, la dependencia de la electricidad, la tarjeta de crédito, la tiranía de un jefe en el trabajo, puedo simular que esta vida bucólica es una existencia despreocupada. En la quieta felicidad de estar aquí, mis pensamientos a menudo se dirigen a mi vida en los EE. UU. Yo no le digo a los mayores que terminé un compromiso. Sólo mi tía es cercana a mi vida privada y ella me pregunta por qué me negué a casarme.

Yo le digo que el hombre no era amable conmigo.

‘Si un ser humano comprende el karma, naturalmente se inclinará hacia la amabilidad’, dice ella. Dijo que tomé la decisión correcta al dejar atrás esa relación.

Le digo que no esperaba que el amor fuese tan contrario, que tan fácilmente fuese sin amarras.

Ella sugiere que me case con un hombre tibetano amable, alguien conocido por la familia.

Yo le digo que deseo amar al hombre con el que me case.

Ella dice que el amor llegará solo.

Ella se casó con mi tío a los doce cuando no tenía poder alguno de romper un compromiso. Tashi recuerda su vida con mi tío con gran añoranza. Ella dice que él era un buen hombre. Se aprende

a amar a la persona con quien te casas. Sucede, dice ella.

Aquí en Dhompa, lejos de la ciudad y de las oficinas del gobierno, es fácil pensar que los nómadas están libres de la opresión china y libres de las demandas y deseos de la vida consumista moderna porque están lejos de los bazares. Pero incluso aquí también hay presiones. Las personas de Dhompa viven de lo que ofrecen el sol, el viento y la lluvia. Y siempre hay una sombra de pobreza. ¿Qué es la libertad cuando no se te ha dado la



Tsering wangmo Domba, El autor del libro, "A Home in Tibet"

opción de rechazar algo?

Los nómadas cuentan con otros lugares o profesiones a los que escapar. Les sería difícil obtener un pasaporte para salir a un nuevo país. Pienso en el tiempo en que mi abuelo era presidente en Dhompa - las personas le tenían deferencia, le pagaban impuestos. No había leyes protegiendo a nadie de las decisiones hechas por mi abuelo. Entonces, ¿qué era su libertad?

Algunos de los nómadas jóvenes dicen que la vida de pastoreo es

imposible y quieren trasladarse a la ciudad donde pueden llegar a ser algo más y donde la vida puede mejorar financieramente. Dentro de estas expectativas, se ejecuta la noción de la libertad personal.

Yo le cuento a los nómadas sobre los muchos occidentales que persisten en nuestro nombre, cuántos de ellos se sienten comprometidos con la lucha para que los tibetanos tengan derechos básicos y para que Tíbet tenga su independencia. Les hablo de las marchas de protesta fuera de las embajadas chinas por el mundo y los lemas de ‘Tíbet Libre’ que saludan a los dignatarios chinos en visita.

Para ellos es inimaginable el que puedan ser liberados mediante protestas. Preguntan, ‘¿cómo se les castiga?’ Yo les explico que no hay castigo si se obtiene un permiso anticipado de parte de la ciudad. Ellos no pueden creer que se pueda pedir permiso al gobierno mismo por el que se protestará. Ellos narran los incidentes que han tenido lugar en Lithang y Golog, incluso en Nangchen en los últimos años, donde las personas han desaparecido en los sistemas de prisión chinos simplemente por izar una bandera tibetana o expresar la palabra rangzen o alabar al Dalai Lama en público. No ha habido protestas en Dhompa, no durante los días cuando mi abuelo vivía, y desde entonces. Los mayores dicen que ellos oran por los valientes que hablan por Tíbet y por Gyalwa Rinpoche. Dicen que harán lo que saben: ellos orarán, vivirán en su tierra y enseñarán a sus niños lo que saben.

Tenzin pregunta si las protestas tienen resultados.

Pienso en la pequeña ligereza en mi corazón en días cuando las personas tocan las bocinas de sus autos en apoyo

o saludan cuando me encuentro con un pequeño grupo de personas que apoyan a Tíbet frente a la embajada china en San Francisco. En ese breve momento, tengo la esperanza de que sí es relevante, que Tíbet importa y que algo, incluso si no estoy segura de qué cambiará exactamente para nosotros como nación y como pueblo. Y luego voy a casa y el evento se vuelve sólo otro episodio en un largo día. ¿Cambia algo? ¿Cuáles son los resultados? Nunca me he sentido tranquila en las marchas, nunca con certeza sobre qué es lo que apoyo y qué es lo que espero. Voy porque quisiera estar allí por aquellos que creen con mayor certeza que yo que Tíbet será independiente de los chinos.

Mi esperanza no es permanente porque he estado en Tíbet y he visto cuán atrincherados están los chinos en mi país. Es difícil imaginar que los chinos soltarán lo que han buscado destruir y luego construir en las últimas cinco décadas. Dentro de esta anomalía y dentro de estas complejidades, la esperanza por un Tíbet libre parece un esfuerzo punitivo. Pero abandonar la esperanza sería peor: el fin de todas las posibilidades para un futuro distinto.

Cuando estoy con el pueblo de mi madre, me doy cuenta de que tengo mucho que desaprender. Los miro para hacer menos complicadas mis nociones de Tíbet y los tibetanos. Ellos saben de dónde vienen; ellos viven en la tierra. Esta certeza no viene de la misma forma para nosotros en exilio que tenemos la experiencia de carecer de la certeza, pues ¿no es de la tierra que obtenemos un sentido de estabilidad? Aquellos de nosotros nacidos en exilio heredamos Tíbet viviendo los recuerdos de nuestros mayores.

Entiendo lo que los mayores quieren

decir cuando hablan de los viejos días, pues se siente como si nosotros todavía nos encontráramos en algún lugar profundo del pasado. Puedo ver por qué mi madre no pudo olvidar la tierra. Es la tierra que nos rodea y nada más: las montañas que subimos con gran esfuerzo, los ríos que no podemos atravesar durante los meses de verano, los largos inviernos que vuelven el camino tan helado que se niega a cumplir con su propósito y atrapa a todo ser viviente. Es la tierra la que nos envuelve como una matriz. Y en esta tierra existen deidades sagradas de las montañas y ríos conocidas con muchos nombres: ul lha, protectores de la región; gzhi bdag, dueños del lugar; gtsan, fuertes espíritus rabiosos que tienen tendencias tanto beneficiosas como malévolas y que si equivocadas ocasionan dolorosas enfermedades a las personas. Existen divinidades regionales conocidas como klyu, espíritus serpientes o nagas que habitan en las corrientes y vertientes. Hay una variedad de demonios rencorosos anteriores al budismo que son recordados en historias por sus alborotos pasados por devorar carne humana, causar desunión entre las personas, ocasionar la muerte, granizo y relámpagos. Alguna vez fueron humanos poderosos que se transformaron en deidades dañinas por causa de una proclividad a la rabia y un comportamiento destructivo. Finalmente fueron amansados y convertidos por Guru Padmasambhava para proteger la tierra y su pueblo pero ya que todavía no son iluminados, pueden resultar absortos en sus propias emociones y olvidar sus deberes para con la tierra. Por lo tanto, se hacen ofrendas a ellos, para calmarlos y recordarles su promesa de hacer el bien y proteger a la gente.

Yo le pregunto a los mayores en Dhompa si es posible que seamos liberados de los chinos. Les pregunto una y otra vez cómo es que no tienen rabia o resentimiento hacia los chinos. En los atardeceres cuando el sol es tibio y estamos tendidos sobre el pasto bajo la sombra de una tienda sin piso que sirve como nuestra sala de estar, me digo a mí mismo que ellos se van a abrir a mí.

Tenzin rara vez descansa. Ya sea que está recogiendo bosta de yak de los campos detrás de la casa, acarreando agua de la fuente, pero de vez en cuando viene y se sienta con nosotros. Él dice que hubo una ocasión en que sintió resentimiento con su propio pueblo -aquellos que se unieron a la cuadrillas comunistas y hubo muchos de Dhompa que lo hicieron-, pero comprendió sus actos como medidas desesperadas para sobrevivir. ¿Cuánto puede soportar un cuerpo?

‘Era difícil sentir enojo porque todos estaban sufriendo. Uno no puede sentirse mal por uno mismo cuando otros alrededor están pasando por la misma experiencia’, cuenta él.

¿Y los chinos?

‘Ellos no saben sobre el karma’. Justo le recordaron que necesitaba poner al sol los paneles solares de manera que pueda leer sus oraciones por la noche. Desempolva sus pantalones y parte mandando una sonrisa en mi dirección.

Tashi nos cuenta la historia de Tenzin en su ausencia. Tenzin tenía catorce años cuando su padre fue llevado a prisión con otros hombres adultos en Dhompa. Sólo las mujeres y niños fueron dejados en Dhompa y así Tenzin trabajó con su madre y ocho hermanos en la granja comunal. Nunca volvió a ver a su padre. Todo el alimento personal de las

familias fue confiscado y todo su ganado fue llevado a otro condado donde se estaba intentado la crianza colectiva. El ejército chino no tenía conocimiento alguno del cuidado de los yaks y ovejas, y la mayor parte del ganado murió de hambre. Entonces, muchos humanos también siguieron a sus animales hacia la muerte, cuenta Tashi.

Tenzin regresa con una chaqueta y su costurero. Dos de los botones están sueltos y dice que se sentará en el pasto con las mujeres mientras finaliza su trabajo. Él nos cuenta cómo el ejército estableció una franja colectiva cerca del monasterio en Bagsigon, y los niños jóvenes y mujeres tuvieron que trabajar todo el día con breves intervalos para las comidas. Nunca había mucho para comer y nunca era suficiente.

‘Yo comía pasto porque tenía tanta hambre y necesitaba masticar algo’, dice Tenzin. Él recuerda al ejército trayendo grano desde Xining, no para alimentar a los hambrientos sino para ponerlos en sus manos para que los esparcieran sobre el terreno infértil.

Su recuento hizo eco en muchas partes de Tíbet, las ordenes de Mao Zedong para cultivar más trigo en lugar de cebada que era el producto básico tradicional tibetano, condujeron a una terrible pérdida y a muchas muertes por hambre. Mucho después de que las políticas del Gran Salto Adelante concluyeron en toda China, éste continuó al interior de Tíbet. Cuando los tibetanos se recuperaron de esta larga temporada de hambre, ellos fueron lanzados a la aún más tumultuosa Revolución Cultural.

Si los chinos hubiesen siquiera preguntado, incluso los nómadas más simples les habrían dicho que la tierra no era buena para el trigo, dice Tenzin. Pero el manifestar una opinión los habría

matado, tan débiles y hambrientos como estaban, ellos le daban el grano a la tierra, la que no lo aceptaría. ‘Nada crecía. Las personas comían lo que podían: pasto, hojas, corteza de árbol’.

Yo miro a Tenzin e intento captar algo sobre su naturaleza que explique o revele la relación única que es capaz de adoptar con su propio sufrimiento, e incluso también estoy aprendiendo de él a no darle tanto significado a las palabras. Cuando Tenzin y los nómadas me cuentan sobre sus vidas ellos no siguen momentos específicos o se detienen en una o dos experiencias para hacer comentarios repentinos o declarar epifanías. Ellos no dividen sus experiencias en partes aisladas para definirse o sus trayectorias. Ellos cuentan sus historias como una serie de eventos que sucedieron en el tiempo de manera que el proceso de entendimiento de una vida toma toda una vida.

Tenzin lleva su sufrimiento con la misma aceptación con que lleva sus ropas viejas. Él dice sus plegarias, pensando, estoy segura, no en su muerte. Si yo le preguntase por un incidente que transformó su vida, dudo que entendiese la pregunta o su relevancia.

‘El me sonríe amablemente cuando indico que su vida ha estado cargada de sufrimiento y que debe contar sus historias a sus niños.

Todo ser humano sufre, él me recuerda.

Yo pienso en el montón de memorias que se publican cada año en Occidente y cómo algo personal, un logro obtiene una recepción extraordinaria. Tenzin no piensa que haya llegado a algún descubrimiento de su propio ser o de su vida. Su vida -la vida de una persona-, no es más que un punto en un ciclo incesante de vidas. No hay inicios o

términos repentinos, no hay momentos aislados de significancia. El tiempo expone lo que sucede dentro del tiempo. Su historia no es extraordinaria: todos a su alrededor sufrieron, a menudo él me lo recuerda. Mi madre nunca habló de su pasado y pérdidas dolorosas como algo particular de su vida. Cuando yo era más joven encontré su filosofía del destino y la aceptación como algo sin sentido; parecía una forma fácil de dar término a todas las discusiones. Yo entendía su falta de protesta y daño como fatalistas, pero más y más empiezo a ver los beneficios psicológicos y mentales de dicha aceptación. No hace que el sufrimiento se vaya pero es una herramienta y una fortaleza que ayuda a mantener la ecuanimidad hacia el ser y su lugar en el mundo.

Tenzin y Dorje eran niños en 1959. Todo lo que era familiar y amado para ellos en Dhompa estaba al alcance de su caballo. Tenzin cuenta, ‘De repente nuestras vidas quedaron trastornadas’. Los únicos asaltos que conocían antes de que los chinos llegaran eran las riñas que los adultos tenían con nómadas de la vecindad, o las drásticas promulgaciones de las guerras en las historias de Ling Gesar. Estas fueron guerras peleadas para proteger el budismo y aplacar los demonios de la tierra que traían sufrimiento a los tibetanos: como la famosa guerra en contra del demonio come-hombres Klub Tsan del norte o la guerra con Hor tras el secuestro de la esposa de Gesar, hecho que cometió el rey de Hor.

¿Por qué pensaban los chinos que sabían qué era lo mejor para los tibetanos? Dorje y Tenzin todavía no entienden por qué los chinos, extraños absolutos, vinieron desde tan lejos hasta Dhompa para hacerles sufrir. Ellos no

estaban enterados de que necesitaran ser liberados de su propio pueblo y vida. Tenzin dice que había tal caos y rumores cuando los chinos llegaron: los nómadas creyeron que los chinos se irían pronto tras haber completado lo que fuera a lo que vinieron.

Algunas mujeres hacían hervir el cuero de sus zapatos de manera de lograr algún sabor en el agua que bebían en la cena. A las madres se les decía que asesinaran a hijos, a los hijos se les hacía escupir a los lamas, las hijas debían danzar sobre los cuerpos de sus padres, a las monjas se les obligaba a tener sexo con los monjes, y los hombres y mujeres debían pisotear estatuas sagradas. Restos de deidades yacían en el polvo como los de los bebés. Tenzin todavía puede visualizar cientos de textos escritos en oro volando por el aire como una bandada de mariposas. Sus ojos vieron lo que su mente jamás habría imaginado, y no puede manifestar en frases simples las pequeñas y grandes injusticias que ha vivido.

Dorje tenía trece años cuando ocurrió la invasión. Él recuerda estar paseando con sus amigos conversando sobre las noticias de la llegada del ejército chino. Nunca había visto soldados. No estaba preparado para esta cantidad de hombres y su brutalidad. ‘Muchas personas murieron de hambre ahí’, indica él hacia los edificios de Bagsigon.

“¿Por qué no comes pescado?, pregunté. El kyichu tiene mucha carne.

Los ojos de Dorje se cerraron de risa. Los chinos les preguntan a menudo, ‘¿Por qué no comían pescado?’ A los tibetanos jamás se les ocurriría, no sabrían cómo cocinarlo, dice él. Por décadas, los nómadas dejaron a los pescados tranquilos y ellos siguieron haciéndolo. El cálculo es simple: un yak alimenta a

una familia entre tres y seis meses, y un pez alimenta a un hombre en una comida.

Yo pienso en los peces en el río y añoro comer alguno. Sería una comida deliciosa, pero no expreso mis pensamientos. Ningún hombre o mujer en mi familia ha pescado del río más abajo de la casa. No quiero ser recordada como la que rompió la tradición.

Meses tras estos intercambios con Tenzin, Dorje y otros nómadas de Dhompa, cuando ya no estoy en Tíbet, busco en bibliotecas e internet artículos de investigación que brinden luz al período que Tenzin y Dorje mencionaban. Me encuentro verificando sus historias en escritos de personas que son eruditos, pero que no son tibetanos y que no vivieron la Revolución Cultural en Tíbet. La ironía es dolorosa. Y esto, cuando ellos no revelan lo peor que vieron y vivieron, y cuando aceptaron mis historias sin juicio. Si Tenzin y Dorje fueran eruditos, ¿habría dudado yo de su recuerdo y la veracidad cronológica de sus historias?

Hay nómadas en las pequeñas aldeas de Kham y Amdo quienes recuerdan el espeluznante silencio que cubrió su tierra después que los animales y los hombres fueron asesinados. Los huesos cubrieron la tierra por años, dicen ellos.

Los nómadas en Dhompa miran a su ganado pastar y dicen que los tiempos son mejores. Ellos no pueden protestar o hablar libremente, no se pueden mover sin inhibiciones como quisieran, pero en comparación con los arduos días que han vivido, sienten el alivio de un encarcelamiento más liviano. Haber sufrido tanto y por tantos años bajo los chinos y aún emerger de los tiempos malos con algún tipo de gratitud hacia cualquier indulgencia es una

actitud, creo, asombrosa, pero ellos no ven nada extraordinario en su respuesta.

¿Cómo podemos liberar nuestro país con nuestra inclinación a aceptar incluso injusticias macabras como resultado de nuestro propio karma? Como budistas, los tibetanos creen en la no-violencia pero es difícil creer que la no-violencia nos conducirá a nuestra independencia en el futuro cercano. ¿Y cómo liberará la violencia a un pueblo de seis millones sin ejército? Basta con viajar por las carreteras entre Shigatse y Lhasa, y Nagchuka y Lhasa, y dar una mirada al convoy de camiones del ejército chino avanzando lentamente por el camino para padecer la realización de que nosotros no tenemos la capacidad de derrocar a semejante gigante con nuestras esperanzas y oraciones. Cada día hay incontable número de chinos llegando a Tíbet. Se calcula que fácilmente hay más de seis millones de chinos en las áreas tibetanas. ¿Cómo persistimos en nuestra esperanza por la independencia o incluso autonomía sabiendo esto? ¿Cómo hacemos para que tal conocimiento no nos vuelva locos o que entremos en actos de violencia?

¿Qué será de nosotros cuando el nómada no pueda decir, ‘Si el Dalai Lama está bien, entonces yo estoy bien’. Entonces, ¿cómo mediremos nuestro bienestar?

Como una comunidad desplazada, a menudo los tibetanos hablan de aprender a ver el futuro sin renunciar a la tradición. Y mientras los tibetanos sigan huyendo de Tíbet hacia India o Nepal, y luego se alejan más y más de la tierra física de Tíbet, las conversaciones sobre identidad y cultura se vuelven más cruciales y complejas. En la medida que aumenta la distancia, también lo hace la desesperación por mantener Tíbet como

un hogar eventual, el hogar al que se aspira. Además, es la pérdida de Tíbet y el distanciamiento mismo el que nos despierta a ver el patriotismo y la identidad de maneras nuevas que no son guiadas meramente por la filosofía budista. La auto-afirmación -un enfoque evitado en el pasado por la aspiración budista de evitar el enfoque en el ser personal-, entra a nuestra identidad como tibetanos.

Los secretos son expuestos en los largos días cuando contamos historias para entretenernos. En la tarde tibia y quieta nos enteramos que Dorje fue encarcelado una vez tras ser atrapado con un artefacto robado. Él explica que no sabía que era robado. Perdió toda esperanza de hacer negocios tras esa experiencia. En otra ocasión supimos que Tashi y mi madre hicieron un hoyo en el tiesto para orinar de uno de los ministros en Dhompa, y que cuando él despertó y puso sus pies en el suelo pisó una poza de su propia orina.

Tashi me cuenta que mi madre estaba tan perturbada con la noticia de su matrimonio arreglado con el hijo del jefe de Bongba que lloró todo un día y urdió un plan para escapar en su caballo. Una hora después de partir, ella regresó diciendo que no podía soportar el herir a su madre. Yo me enteré que uno de las primas de mi mamá le enviaba pequeños potes de greda a él cada día, y cada mañana había un ruido de algo quebrándose en su habitación. En ese entonces, él no era más que un niño; cuando llegó a ser lo suficientemente grande como para conocer la traición, él condujo a un soldado chino al lugar secreto donde mi tía, su prima primera, escondía sus joyas.

También me enteré de que Yungyang

tuvo uno de los trabajos más codiciados durante la Revolución Cultural: ella era quien tocaba el silbato para alertar a los tibetanos para asistir a las reuniones de re-educación por las mañanas y tardes.

Este trabajo, asignado a ella por estar *limpia*, con antecedentes de pobreza, la salvaron del castigo que otros recibieron. Ella fue testigo del canto de éstos y las golpizas. Tenzin recuerda cuán aguda y seria era ella sobre el deber de usar el silbato. Ella niega haber tenido el trabajo, pero Tenzin me susurra que él difícilmente puede estar equivocado sobre su identidad habiendo estado frente a ella por semanas. Era estricta, agrega él. Aquellos días de terror cuando las personas eran forzadas a renunciar a sus seres amados y cometer actos que partían el alma -golpear o patear a sus seres queridos-, ahora son entretención a la hora del té y las comidas.

Mis amigos pronuncian las palabras de las canciones que se les enseñaban. Sus voces tiemblan, su pronunciación tan tibetana, incluso para mí.

Larga vida a Mao. Mil años para Mao.

En broma, yo les digo que su chino no ha mejorado. En realidad, es el único chino que hablan. Era insensato, dice Tashi, esperar que personas recuerden palabras en un idioma que no conocían, y en especial tras oírlo una o dos veces. Se les prohibió decir sus plegarias. Mao era el foco de su devoción y le cantaban en su idioma. Ellos recibieron tantas golpizas, cuenta Tashi porque sus cabezas tontas no recordaban las palabras en orden. Tenzin explica que algunas personas visualizaban a una deidad en vez de la imagen de Mao, y así cantaban gustosamente a sus deidades.

Las palabras están mezcladas pero surgen de los años de hibernación. Es casi otro idioma.

No es fácil encarcelar la mente. Incluso en medio de semejante locura, los amigos de mi madre sobrevivieron sin resultar fracturados, amargados y derrotados. Ante su perseverancia y falta de pasividad, resulta difícil no sentir una pérdida con respecto a los tibetanos jóvenes -incluso aquellos de mi edad-, que no logran desarrollar esta aceptación, resistencia y fortaleza increíbles.

Mi sobrino, Kunga, lee en chino, ve películas chinas y reconoce que el aprender tibetano no lo llevará lejos. No encontrará un trabajo si no tiene firmeza en el idioma chino, explica. Está muy dispuesto a hacerle una broma a Tenzin. Ya la probó con otros visitantes.

Un nómada llega a la ciudad e intenta comer momos con los palillos, pero le resulta muy difícil agarrar los resbalosos momos, inicia el relato Kunga. El nómada se rinde y usa sus dedos. En su próximo viaje a la ciudad, cuando se le ofrece un plato de momos, él toma uno con sus dedos y dice, 'la última vez no encontré a tu prima. Esta vez me aseguraré de agarrarte'.

Tenzin rompe en fuertes carcajadas y dice que el chiste no tiene sentido. Además, ya lo oyó de Kunga. Piensa que la forma en que las personas de la ciudad usan los palillos es tonta, pues los dedos funcionan mucho más fácil. Dice que el chiste es sobre las personas que viven en la ciudad. Kunga dice que el chiste suena mejor en chino. La palabra nómada en tibetano no tiene la connotación ridícula necesaria para que el chiste resulte divertido. Tenzin le recuerda a Kunga que por sus hábitos y estilo de ciudad, los chinos le ven como un nómada por virtud de ser un tibetano.

Kunga se queda en silencio ante ese pensamiento. Él dice, 'yo soy un

tibetano’.

Dorje, una vez el comerciante más famosos, borracho y sastre de Dhompa, está cosiendo una chaqueta sin mangas para mí. Él cose con la punta de la aguja hacia su cuerpo. Yo coso con la punta alejada de mí.

‘Tú coses como los chinos’. Hace tres años, me había dicho lo mismo.

¿Qué quiere decir con eso?

Él dice que los chinos cosen con la punta de la aguja alejada de sus cuerpos porque son supersticiosos sobre hacerlo con ésta hacia ellos mismos. Dice que él no puede coser de esa manera.

Yo le pregunto si lo ha intentado.

No lo ha hecho. Dice que sus dedos no sabrían cómo. Él expresa una pequeña distinción entre los chinos y tibetanos.

China está presente en la ropa que Kunga usa, la escritura en las puertas de su colegio, el idioma en que estudia. Él olvida por qué los chinos están en Tíbet. Que es un tibetano viviendo en Quinghai, China, y no Kham; Tíbet no

es un asunto tan conflictivo para él como lo es para mí. Y él dice que preferiría que los chinos lo dejaran solo, pero como eso no es probable, no ve otro recurso excepto resignarse a la situación y hacer lo mejor posible.

Hay muchos que no pueden soportar la vida en Tíbet, que escapan a Nepal e India, pero Kunga no puede imaginar dejar a toda su familia e ir a otro lugar. Supongo que de igual forma algunos mayores pasaron de un sentimiento de pérdida a un estado de reposo. La pérdida fue por causa de su karma y así, los chinos son parte de ese karma. Es difícil luchar con esas creencias. Esto también es la historia del pueblo tibetano. La aceptación y el destino explican todo, mientras el recuerdo, nuestro cómplice ilusorio cojea a nuestro lado como una sombra.

Mi educación y vida en exilio me hacen ver China como la fuerza que niega a los tibetanos el derecho a vivir como tibetanos en Tíbet. Es China, no el destino que envió a mi madre al exilio y

la hizo huérfana a los dieciocho años. Se debe a la invasión china que crecí sin abuelos, tías, tíos y primos. Entiendo la historia de Tíbet mediante imágenes de pérdida. Mi único agrado surge del reconocimiento -desde una perspectiva específicamente budista-, que los últimos cincuenta años son un mero momento en todo el tiempo. En su momento, todo cambia. Pero esto es un consuelo que no altera el presente o promete un futuro deseado.

Kunga lee toda la tarde Don Quijote en chino. El mundo patas arriba. Me doy cuenta de cuán insular me he vuelto para sentirme perpleja ante una traducción que no es en inglés. Yo veo el mundo a mi alrededor a través del inglés. Todo es más lento y nuevo cuando intento pensar en tibetano. Los pensamientos tambalean y se quedan fragmentados.

Todo esto sólo me puede hacer sentido en inglés. Sólo en chino, todo puede hacerle sentido a Kunga. ■

If undelivered, please return

to:

The Office of Tibet
241 East 32nd Street
New York, NY 10016
U.S.A.