



Vivir con Dignidad

de Bhikkhu Bodhi

Buddha Soto Zen es una organización ubicada en Hialeah, Florida. Entre sus objetivos está el traducir al español las enseñanzas del Eminente Patriarca Eihei Dōgen y otros textos Budistas o comentarios hechos por prominentes autores budistas.

Las traducciones que ofrecemos están a disposición del público para ser descargadas **gratuitamente** a través de nuestra web. Este es nuestro modo de practicar *dhamma dana*; dar generosamente el Dharma a todos aquellos interesados en el estudio y práctica de la meditación y las maravillosas enseñanzas del Buda.

Buddha Soto Zen opera completamente a base de donaciones que nos ayudan a cumplir con nuestros objetivos y nuestras metas. Quienes lo deseen pueden donar a través de nuestra web.

www.buddhasotozen.org

Vivir con Dignidad

de Bhikkhu Bodhi

por Buddha Soto Zen-Traducciones

www.buddhasotozen.org

Preguntarnos qué significa vivir con dignidad puede sonar algo extraño en la época en que vivimos, cuando al luchar desesperadamente por tener suficiente dinero para subsistir difícilmente nos permite el lujo de reflexionar sobre estos asuntos importantes. Pero si nos detenemos un momento a reflexionar, nos damos cuenta de que esto no es simplemente la consideración superficial de alguien en su tiempo libre. Esa pregunta afecta no sólo el significado de nuestras vidas sino que va más allá de nuestra búsqueda por encontrar el origen de nuestra cultura contemporánea. Porque si no es posible vivir con dignidad la vida no tiene un propósito trascendente; y si esto sucede, nuestra meta en el corto tiempo que se nos ha asignado se limitará a agarrar el mayor número de emociones que podamos antes de dejar de existir. Pero si podemos darle sentido a la idea de vivir con dignidad, entonces tenemos que considerar si vamos a vivir nuestras vidas del modo en que deberíamos vivirlas; aún más, si nuestra cultura fomenta un digno estilo de vida.

Aunque la idea de la dignidad parece bastante simple a primera vista, en realidad es bien compleja. Mi Webster's Collegiate Dictionary (1936) define la dignidad como "la elevación del carácter, valor intrínseco, excelencia... nobleza de forma, apariencia o estilo." Mi diccionario Roget (1977) la relaciona con "prestigio, estima, reputación, honor, gloria, renombre, fama" — prueba que por más de cuarenta años el epicentro del sentido de la palabra ha cambiado.¹ Cuando preguntamos acerca de vivir con dignidad, deberíamos concentrarnos en el significado antiguo de la palabra. Me refiero a vivir convencidos de que nuestra vida tiene un valor intrínseco, que poseemos un potencial de excelencia moral que resuena con el ritmo de las estaciones y el canto silencioso de las galaxias.

La búsqueda consciente de la dignidad no tiene mucha popularidad en estos días, excluida por esos competidores rígidos como la riqueza y el poder, el éxito y la fama. Detrás de

¹ **Nota de la traductora:** El diccionario de la Real Academia de la Lengua Española, vigésima segunda edición, 2001, define dignidad como "Cualidad de digno; excelencia, realce; gravedad y decoro de las personas en la manera de comportarse".

esta devaluación de la dignidad se encuentran una serie de acontecimientos en el pensamiento occidental que surgieron en reacción a las certezas dogmáticas de la teología cristiana. La teoría darwiniana de la evolución, la tesis de Freud de la identidad, el determinismo económico, el modelo de computación de la mente: Todas estas tendencias, surgidas en forma más o menos independiente, han trabajado juntas para socavar la idea de que nuestras vidas tienen un valor mayor que el valor de nuestras cuentas bancarias. Cuando tantas voces seguras de sí mismas dicen lo contrario, no tenemos motivos para considerarnos la mayor gloria de la creación. En su lugar nos hemos convencido de que no somos más que paquetes de foto plasma regidos por genes egoístas, monos inteligentes con grados universitarios y tarjetas de presentación que navegan a través de carreteras en lugar de árboles.

Tales ideas que, aunque distorsionadas son una norma, se infiltraron desde el ámbito académico a la cultura popular erosionando nuestro sentido de la dignidad humana en muchos frentes. La economía de libre mercado, que dicta las pautas del orden social moderno, encabeza el camino. Para este sistema el principal método de interacción humana es la inversión y la venta, considerando a las personas simplemente como productores y consumidores, a veces incluso como materia prima. Nuestras grandes democracias impersonales reducen al individuo a un rostro sin nombre entre la multitud, para ser manipulados por consignas, imágenes y promesas para votar de un modo o del otro. Las ciudades se han expandido convirtiéndose en selvas urbanas, sucias y peligrosas, cuyos ocupantes aturdidos buscan una salida fácil con la ayuda de drogas y sexo sin amor. El aumento de la delincuencia, la corrupción política, trastornos en la vida familiar, la expoliación del medio ambiente: Todo esto nos habla del deterioro, de cómo nos consideramos nosotros mismos y cómo nos relacionamos con los demás.

¿En medio de estos ramalazos de acciones desesperadas, nos puede el Dharma ayudar a recuperar nuestro sentido de pérdida de la dignidad y así dar un nuevo significado a nuestras vidas? La respuesta a esta pregunta es sí y de dos formas: en primer lugar, el Dharma nos ayuda a defender nuestra afirmación de la dignidad innata y en segundo lugar, nos muestra lo que debemos hacer para volver realidad nuestra dignidad potencial.

Para el budismo la dignidad innata de los seres humanos no procede de nuestra relación con un Dios Todopoderoso o nuestra dotación con un alma inmortal. Surge, por el contrario,

desde el lugar elevado de la vida humana en su amplio desarrollo de existencia sensible. Lejos de reducir a los seres humanos a seres sujetos a lo fortuito, el Buda enseña que el reino humano es un reino muy especial situado exactamente en el centro espiritual del cosmos. Lo que hace que la vida humana sea tan especial es que los seres humanos tienen una capacidad de elección moral que no es compartida por otros tipos de seres. Aunque esta capacidad está inevitablemente sujeta a condiciones limitantes, siempre tenemos, en la actualidad inmediata, un margen de libertad interior que nos permite cambiarnos a nosotros mismos y por consiguiente a cambiar el mundo.

Pero la vida en el reino humano dista mucho de ser acogedora. Por el contrario, es inconcebiblemente difícil y compleja, plagada de conflictos y ambigüedades morales ofrece un potencial enorme para los dos, el bien y el mal. Esta complejidad moral puede hacer de la vida humana una lucha dolorosa, pero también hace del reino humano el terreno más fértil para sembrar la semilla de la iluminación. Es en esta encrucijada provocante y ambigua en el largo camino de ser que nos podemos subir a las alturas de la grandeza espiritual o caer en degradantes profundidades. Las dos alternativas se ramifican en cada momento, y la que escojamos depende de nosotros mismos.

Mientras que esta capacidad única para la elección moral y el despertar espiritual confiere dignidad intrínseca a la vida humana, el Buda no subraya esto tanto como lo hace con nuestra capacidad para adquirir dignidad activa. Esta capacidad se resume en una palabra que proporciona sabor a toda la enseñanza, *ariya* o noble. La enseñanza del Buda es la *ariyadhamma*, la doctrina noble, y su propósito es cambiar a los seres humanos de "ignorantes mundanos" a nobles discípulos resplandecientes con sabiduría noble. El cambio no se produce a través de la mera fe y devoción pero caminando el sendero budista que transmuta nuestras flaquezas en fortalezas invencibles y nuestra ignorancia en conocimiento.

La noción de dignidad adquirida está estrechamente relacionada con la idea de autonomía. Autonomía significa autocontrol y dominio de sí mismo, liberación de la influencia de la pasión y el prejuicio, la capacidad para tomar parte activa en la definición de sí mismo. Vivir con dignidad significa ser nuestro propio maestro: Realizar nuestros propios asuntos libremente en lugar de ser mangoneados por fuerzas más allá de nuestro control. La fuerza del

individuo autónomo viene de dentro, libre de los dictados del ansia y de las inclinaciones, guiado por una sed de probidad y una percepción interna de la verdad.

La persona que representa el ápice de dignidad para el budismo es llamado *arahant*,² la persona liberada por excelencia, que alcanzó la cima de autonomía espiritual: Liberación de los dictados de la codicia, el odio y el engaño. La misma palabra *arahant* sugiere este sentido de la dignidad: significa "respetable por excelencia," quien merece las ofertas de los dioses y los seres humanos. Aunque en nuestra condición actual podríamos estar lejos de la talla de un *arahant*, esto no significa que estamos totalmente perdidos, porque los medios para alcanzar el objetivo más alto está a nuestro alcance. El medio es el Noble Óctuple Sendero con sus dos pilares de visión correcta y conducta correcta. Visión correcta es el primer factor del sendero y la guía para todos los demás. Vivir con visión correcta es ver que nuestras decisiones cuentan, que nuestras acciones volitivas tienen consecuencias que van más allá de sí mismas y conducen a nuestra felicidad a largo plazo o al sufrimiento. La contraparte activa de la visión correcta es la conducta correcta, la acción guiada por el ideal de excelencia moral y espiritual. La conducta correcta en la mente, el cuerpo y las palabras es la realización de los demás siete factores del sendero óctuple, que culmina con el verdadero conocimiento y la liberación.

En el agitado mundo de hoy, la humanidad vira imprudentemente en dos direcciones destructivas. Una es el camino de la lucha violenta y la confrontación, la otra es la de frívola auto-indulgencia. Debajo de sus contrastes aparentes, lo que une a estos dos extremos es el desprecio compartido por la dignidad humana: La primera atenta contra la dignidad de otras personas, la última socava la propia dignidad. El Noble Octuple Sendero del Buda es el camino del medio que evita todos los extremos dañinos. Al seguir este camino no sólo se consigue una dignidad tranquila en la propia vida, sino también una respuesta al cinismo de nuestra época con una nota afirmativa saludable.

² **Nota de la traductora:** *Arahant* en lengua pali, *arhat* en sánscrito.

Traducción: © 2011 Buddha Soto Zen. Traducido por Nancy de la Rosa.

Original: © 1998 Buddhist Publication Society. BPS Newsletter cover essay no. 38 (1st mailing, 1998). “Giving Dignity to Life,” by Bhikkhu Bodhi. Access to Insight Edition, © 1998-2011.

Uso: Se puede copiar, reproducir en otro formato, imprimir, publicar y distribuir esta traducción al español a través de cualquier medio siempre que: (1) se ofrezca lo descrito *gratis* solamente; (2) se indique claramente que todo trabajo derivado de éste, incluyendo traducciones, proviene de esta fuente y (3) se incluya el texto completo de esta autorización en cualquiera de los productos derivados de esta traducción. En todo lo demás los derechos sobre la traducción en español están reservados.

Buddha Soto Zen opera completamente a base de donaciones que nos ayudan a cumplir con nuestros objetivos y nuestras metas. Quienes lo deseen pueden donar a través de nuestra web, www.buddhasotozen.org.