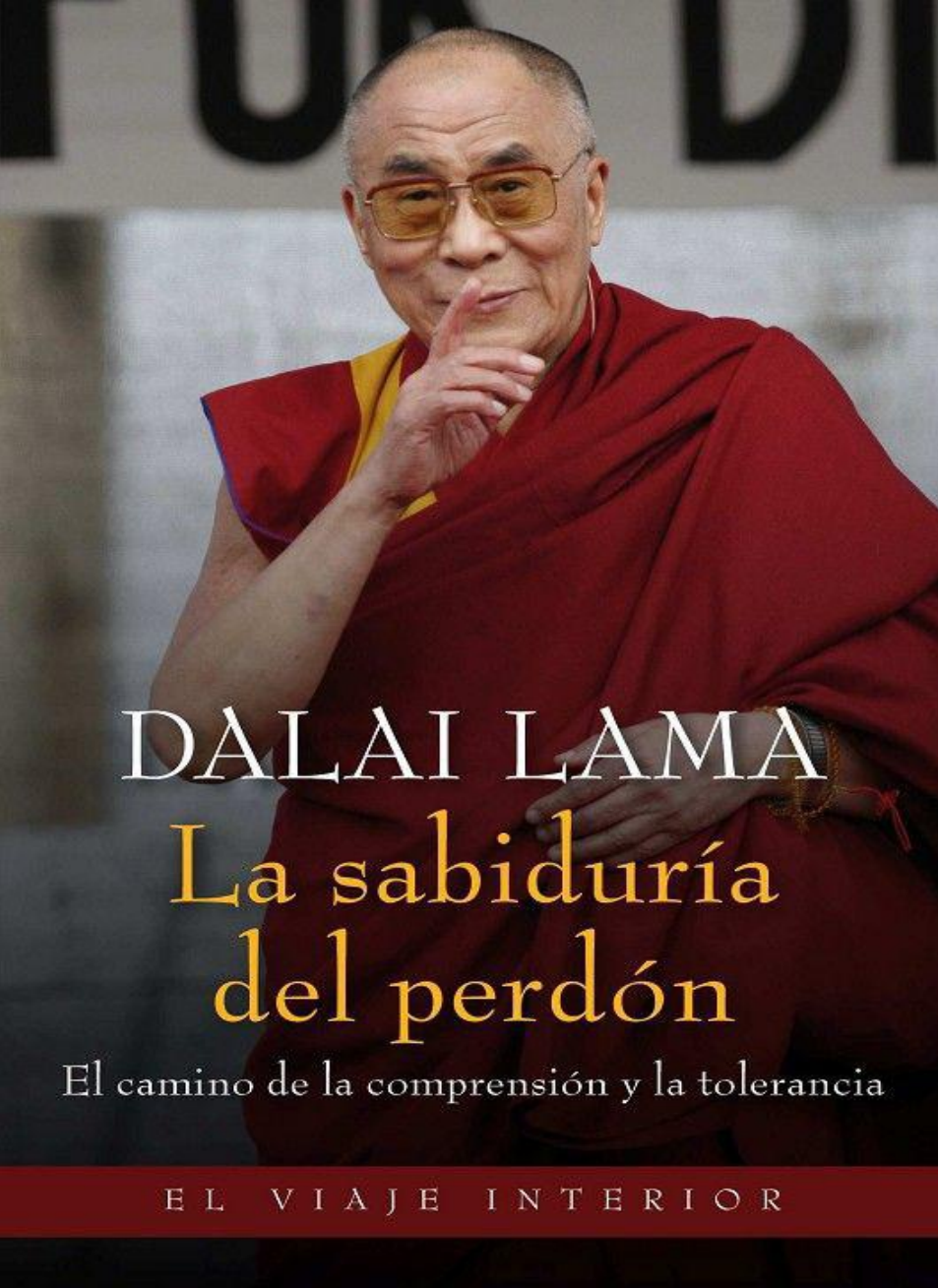


A portrait of the 14th Dalai Lama, Tenzin Gyatso, wearing his traditional maroon and yellow robes and glasses. He is gesturing with his right hand, holding up his index finger. The background is a blurred wall with large black letters.

DALAI LAMA

La sabiduría del perdón

El camino de la comprensión y la tolerancia

EL VIAJE INTERIOR

Índice

Portada

Introducción. Telepatía en el castillo de Praga

1. La perilla de Fu Manchú

2. Dos monjes en el parapeto

3. El norirlandés de Derry

4. Fuego en el ombligo

5. La persona más altruista

6. Ningún patito de goma

7. Diamantes en la red

8. Una escopeta en el dormitorio

9. Un mar de tortugas doradas

10. Un erudito coreano en Bodhgaya

11. Unas invisibles vibraciones positivas

12. Igual que si moldearas arcilla

13. La creación de un yogui del espacio

14. Las ondeantes cometas blancas

15. Un par de fotografías sin firmar

16. El egoísmo de los budas

17. La cualidad fría de los arándanos

18. Meditando con el bip bip

19. Mente sofisticada, mente en calma

Agradecimientos

Créditos

INTRODUCCIÓN

Telepatía en el castillo de Praga

Me fijé enseguida en ella, estaba en medio de la multitud. Había conseguido abrirse paso y llegar hasta la primera fila; se encontraba justo detrás del cordón de terciopelo que impedía acceder a la sala del castillo de Praga, donde tenía lugar un pequeño banquete. Era una mujer atractiva, rondando la treintena, con el pelo rubio corto y un pañuelo violeta alrededor del cuello. Su rostro tenía una expresión expectante.

Era el mes de octubre del 2000 y el presidente Václav Havel había invitado al Dalai Lama y a numerosos pensadores destacados del mundo a un simposio sobre la educación y los valores espirituales que tenía lugar en Praga. El líder tibetano, para satisfacer las numerosas peticiones de entrevistas, había programado una rueda de prensa. Acababa de responder a la pregunta de un periodista taiwanés. Había media docena de ellos y todos querían saber qué es lo que pensaba el Dalai Lama sobre China y Taiwán.

Entonces la mujer rubia sacó un micrófono portátil y se inclinó hacia delante, ante las dos voluminosas cámaras que colgaban frente a ella.

—Vivimos en la era de Internet y usted conoce

muchas técnicas de meditación. Estoy segura de que conoce bien la telepatía...

—¿Tele qué? —le preguntó desconcertado el Dalai Lama, que no había podido entender la palabra.

—Telepatía —repitió ella.

—Telepatía —dijo el Dalai Lama. Por fin la había entendido.

—Sí... Comunicar el pensamiento a otra persona —respondió la mujer mirándolo intensamente y con gran seriedad. Por su acento supuse que debía de ser checa o alemana.

—¿Yo? —bramó el Dalai Lama con su retumbante voz de barítono, y la palabra resonó por la espaciosa y adornada sala. Los cerca de noventa periodistas y los cámaras estallaron en risas—. No. En absoluto —dijo enfáticamente—. No tengo esta clase de poder. Aunque ojalá lo tuviera. En ese caso, antes de que me hiciera la pregunta... ya sabría cuál iba a ser y no me pondría en un compromiso —añadió, sin poder evitar reírse sonoramente durante largo tiempo echando la cabeza hacia atrás, con su expresivo rostro contraído por el regocijo. Un periodista checo tuvo que secarse las lágrimas, que le saltaban de los ojos de tanto reírse. Todos los presentes estaban empezando a disfrutar de la rueda de prensa.

La mujer se quedó un momento con la vista clavada en el suelo. Era evidente que la respuesta del Dalai Lama la había decepcionado. Pero estaba decidida a no dejarse

desanimar por la incomodidad. Siguió insistiendo:

—Mi pregunta es: ¿utiliza el correo electrónico de vez en cuando o sigue empleando la telepatía? —sin duda estaba convencida de que la telepatía formaba parte del repertorio de poderes esotéricos del Dalai Lama.

El Dalai Lama se giró hacia Tenzin Geyche Tethong, su secretario privado, en busca de ayuda. Hablaron brevemente entre ellos en tibetano. La mujer expectante tenía el rostro encendido.

—Aunque Su Santidad no utilice el correo electrónico personalmente, todas las Oficinas Tibetanas aparecen ya en Internet —explicó Tenzin Geyche, en un calmado tono de voz.

El Dalai Lama añadió algo en tibetano.

—En cuanto al ordenador —prosiguió Tenzin Geyche—, a Su Santidad incluso le cuesta saber qué tecla ha de pulsar —el secretario privado no pudo evitar esbozar una sonrisa, aunque en esta clase de situaciones públicas no solía dejar entrever el menor atisbo de sus emociones.

—Mis dedos... —especificó el Dalai Lama levantando una mano cerca de su cara y extendiendo éstos — son bastante hábiles, creo, con el destornillador — observó, haciendo con la mano derecha el gesto de estar utilizando esta herramienta de carpintero. En ese momento se escuchó el chasquido de montones de cámaras intentando immortalizar el instante.

»Al menos soy capaz... —prosiguió el Dalai Lama, contemplando fascinado sus dedos haciendo piruetas— de hacer algún trabajillo de carpintería aquí y allí. Pero con el ordenador... —añadió, dando unos torpes golpecitos en la mesa con el índice como si se tratara de un teclado— soy una nulidad.

Al terminar la rueda de prensa, los periodistas se agruparon alrededor del Dalai Lama para estrecharle la mano. La mujer europea se encontraba entre ellos. Él se le acercó, pegando casi su rostro al suyo, y le presionó firmemente el entrecejo con uno de sus dedos. La mujer pegó un chillido y, levantando de repente el brazo derecho, aferró la mano del Dalai Lama. Los dos se echaron a reír a carcajadas, desinhibidamente.

EN AQUELLA ÉPOCA, a los ojos del mundo, el Dalai Lama se convirtió en un icono internacional. Su condición de líder del pueblo tibetano, el símbolo más reconocible del budismo, no es tan importante para el público. En Occidente es considerado en parte como un asceta rutilante y en parte adorable como un oso panda. Cuando fue a Nueva York en el 2003, para dar unas enseñanzas de cuatro días de duración en el Beacon Theatre, las entradas se agotaron. El brillante toldo de la entrada anunciaba: «Hoy: el Dalai Lama. Próximamente: Twisted Sister y Hot

Tuna».

El día siguiente al de las enseñanzas, el Dalai Lama dio una charla en el Central Park. El East Meadow, bajo un brillante cielo, estaba cubierto de seguidores leales, de buscadores espirituales y de curiosos. Para la ocasión se había levantado un enorme escenario, entre dos gigantescas pantallas. Los que se habían quedado sin lugar en el verde césped, tuvieron que contemplarlo a través del denso follaje del parque y por detrás de la hilera de árboles. En total, acudieron 100.000 personas a presenciar el acontecimiento más importante de la temporada. Fue como un Woodstock en miniatura coreografiado por el actor Richard Gere. Sólo Billy Graham y el papa habían conseguido reunir en el Central Park a una cantidad de personas mayor.

Aquel día el Dalai Lama se encontraba en buena forma. Yo me hallaba sólo a escasos metros de distancia detrás de él y podía sentir que estaba reforzado por la gran muchedumbre. Con la humildad, el dulce sentido del humor y la sonora risa que lo caracterizan, hablando sin recurrir a ningún guion, dijo a los oyentes: «Algunos de vosotros habéis venido a ver al Dalai Lama con unas expectativas. Acaso, al haberme galardonado con el premio Nobel de la paz, recibáis alguna clase de excitante información o algo especial. Aunque hoy no tengo nada para ofreceros, sólo un montón de palabras».

Pero entonces repitió uno de sus temas favoritos:

«Hemos de esforzarnos lo máximo posible en fomentar el afecto humano. Mientras nos oponemos a la violencia o a la guerra, hemos de mostrar que hay otra forma de hacerlo: una forma no violenta. Ahora que estáis aquí, contemplad a la humanidad como un todo. Contemplad la realidad de hoy: el mundo formando casi un solo cuerpo. Cuando ocurre algo en un lejano país, los efectos que produce repercuten en el lugar donde os encontráis. Si destruíis a vuestro vecino al verlo como un enemigo, en el fondo os estáis destruyendo a vosotros mismos. Nuestro futuro depende del bienestar de todos».

Al cabo de varios minutos, ya se había ganado la completa atención de los presentes.

Un fotógrafo tibetano, que obviamente sentía un profundo respeto por el Dalai Lama, me susurró al oído: «No necesita leer el teleapuntador. Es un ejemplo viviente de su sabiduría: una sabiduría totalmente relevante para el mundo actual».

Y O SENTÍA CURIOSIDAD por saber si el Dalai Lama se había preguntado alguna vez por qué atraía a la gente como un imán. En una de las entrevistas que tuve con él, le dije:

—Me gustaría hacerle una pregunta algo insólita —el líder tibetano estaba sentado con las piernas cruzadas,

como de costumbre, en su sillón de la sala de audiencias del complejo residencial, en Dharamsala, India—. ¿Por qué es tan popular? ¿Por qué la gente lo encuentra tan irresistible?

El Dalai Lama se mantuvo muy quieto, cavilando sobre mi pregunta. No la descartó con una broma, como yo creí que haría.

—No creo que yo tenga en especial unas buenas cualidades —dijo reflexivamente—. Quizá sólo sea por algunas pequeñas cosas. Tengo una mente positiva. A veces, como es natural, me irrito un poco. Pero en mi corazón nunca condeno a nadie ni pienso cosas malas sobre ninguna persona. También intento pensar más en los otros. Creo que ellos son más importantes que yo. Puede que lo que le atraiga a la gente sea mi buen corazón.

»Creo que al principio sienten curiosidad por mí. Y después quizá... normalmente cuando veo a una persona por primera vez, no la considero un desconocido. Siempre tengo la impresión de que es otro ser humano. Como cualquier otro. Y que yo también soy como él.

»Bajo esta piel hay la misma naturaleza, los mismos bondadosos deseos y emociones —prosiguió frotándose las mejillas con los dedos—. Normalmente intento producir una sensación serena a los demás. Y al final, muchas personas acaban diciendo algo positivo de mí. Y entonces viene a verme más gente, a causa de mi reputación... es posible que sea por eso.

El Dalai Lama tiene su propia e inimitable forma de hablar inglés. Al principio, cuando me reunía con él para elaborar este libro, me costaba entenderlo; a veces podía ser críptico de una manera frustrante. Pero al final, acabé acostumbrándome a su forma de hablar, y ahora estoy absolutamente fascinado por su encanto y franqueza.

—A veces la gente al entrar en contacto con usted, se emociona sólo al verlo, sin siquiera oírlo hablar. ¿Por qué? —le pregunté.

—He advertido que a veces cuando aparece un cantante o un actor en un escenario —repuso el Dalai Lama— a algunas personas se les empañan los ojos de emoción, o saltan de alegría y se echan a llorar. Conmigo también les ocurre lo mismo —añadió, pegando varios botecitos en el sillón y agitando los brazos varias veces.

—Usted es como una estrella de rock —observé.

—Sí —respondió el Dalai Lama con naturalidad—. Pero también hay muchos más factores. Los tibetanos creemos en las vidas pasadas. Así que quizá se trate de un vínculo kármico, de algo más misterioso —observó frunciendo el entrecejo pensativamente y mirando a la lejanía. Tuve la impresión de que Su Santidad estaba cavilando en esta explicación más sutil sobre su carisma.

Se abrió el manto y lo arregló para volver a cubrirse el torso con él.

—También se debe a un misterioso nivel —añadió por fin—. Por ejemplo, algunas personas tienen sueños

extraños, y entonces ese sueño les abre un nuevo futuro, una nueva vida o unas nuevas conexiones con otras personas.

Mientras seguía en esta línea de pensamiento me señaló con el dedo.

—Como en tu propio caso. De algún modo una situación inesperada te trajo hasta aquí. Ese secuestro en Afganistán. Si no hubiera ocurrido, quizá no te encontrarías en Dharamsala. Y entonces no habrías desarrollado todas esas conexiones que tienes conmigo y con los tibetanos. Y estoy seguro de que todo esto se debe a unas causas y a unas condiciones. Desde el punto de vista budista, hay unos vínculos kármicos procedentes de muchas vidas anteriores. Quizá por eso en la actualidad mucha gente siente afinidad conmigo.

Sí, sin duda se debió a ese «secuestro en Afganistán». En 1971, después de licenciarme, me compré una caravana en Utrecht para viajar de Holanda a India. Después de cruzar Turquía e Irán, decidí quedarme medio año en Afganistán: en aquella época era el refugio de los marginados y los futuros aventureros.

Cuando estaba a punto de irme del país, tres afganos de Kabul nos secuestraron a mí y a dos mujeres jóvenes, Cheryl, de Nueva York, y Rita, de Múnich. Amenazándonos con un fusil, nos obligaron a entrar en un oxidado coche y nos llevaron hasta una aldea situada en lo alto del Hindu Kush. Después de retenernos prisioneros

varios días, conseguimos escapar cuando el coche de nuestros secuestradores derrapó en una curva muy cerrada y se estrelló contra la ladera de la montaña.

Poco tiempo después, Cheryl y yo decidimos viajar juntos a India. Ella tenía una carta de recomendación para el Dalai Lama, que vive en el exilio en Dharamsala. Acudimos directamente a ese pintoresco asentamiento tibetano. Pocos días después de llegar, nos concedieron una entrevista. En un fresco y nublado día primaveral de marzo de 1972, conocí por primera vez al líder espiritual y temporal del pueblo tibetano.

Tanto si lo llamamos destino, karma o como nos parezca, el Dalai Lama tenía razón. Si no me hubieran secuestrado, no lo habría conocido. Y mucho menos colaborado en un libro, ni estaría ahora preguntándole sobre su carisma.

—Además —prosiguió el Dalai Lama reflexionando aún en mi pregunta—, mi risa le gusta a mucha gente, pero no sé exactamente por qué.

—Mucha gente me ha hablado de su risa —dije—, de ese sentido del humor que tiene. Aunque le falte poco para cumplir setenta años, sigue encantándole bromear y usted no se toma en serio a sí mismo.

—Creo que se debe a que los tibetanos solemos ser muy joviales —respondió el Dalai Lama—. A pesar de las muchas dificultades que hemos tenido, somos de risa fácil. Y también es algo que me viene de mi familia.

Todos mis hermanos, salvo Gyalo Thondup [el segundo de los hermanos mayores], tienen un carácter muy jovial — observó el Dalai Lama—. Norbu [Thubten Jigme], mi hermano mayor, siempre está riéndose y bromeando. Lobsang Samten, mi siguiente hermano, ya fallecido, siempre estaba contando chistes verdes y era muy divertido. Y yo mismo tengo un gran sentido del humor. También Tenzin Choegyal, mi hermano pequeño; Jetsun Pema, mi hermana pequeña, y mi hermana mayor, que ya ha fallecido, todos ellos han sido y son también así. Al igual que nuestra madre. Asimismo nuestro padre tenía un gran sentido del humor; aunque se irritara enseguida, tenía un gran corazón.

En mi caso, mi estado mental, comparado con el de otras personas, es más sereno. Pese a la difícil situación que he vivido o incluso a veces a pesar de las noticias tan trágicas que recibo, mi mente no se agita demasiado. Durante unos breves momentos experimento algunas tristes sensaciones, pero nunca duran mucho. Al cabo de varios minutos u horas, desaparecen. Yo suelo decir que es como el océano. En la superficie del mar las olas surgen y desaparecen, pero debajo de ella el agua siempre está en calma.

La gente que entra en contacto con el Dalai Lama siente por lo visto que él es «auténtico», tal como el arzobispo Desmond Tutu me comentó en una ocasión. Y sin saber exactamente por qué, se sienten influidos por Su

Santidad, atraídos por su inmensa humanidad, incluso desde la lejanía.

Estoy seguro de que la vigorosa presencia del Dalai Lama tiene que ver con ese profundo manantial de espiritualidad que hay en su interior. Su legendaria calidez es simplemente una manifestación de su logro espiritual.

Hace ya unas tres décadas que conozco al Dalai Lama. Él me llama ahora su «viejo amigo». Durante los últimos años, mientras estaba trabajando en este libro, me concedieron el insólito privilegio de poder estar cerca de él. He contemplado al Dalai Lama en sus aposentos privados, he viajado con él como parte de su séquito y he pasado ratos con él en su hogar. Pero me resulta difícil describir, y más aún determinar, su increíble magnetismo. Para intentar comprender su esencia, hay que tener en cuenta su medio siglo de formación budista y la singular forma de relacionarse con quienes lo rodean.

Casi todo su enfoque de la vida está sustentado por un puñado de fundamentales percepciones interiores, que no son fáciles de entender. En varias ocasiones me ha hablado de la interdependencia y la vacuidad, dos ideas de esencial importancia para él. Cuando lo ha hecho, lo he escuchado atentamente y he tomado notas. Pero debo admitir que me ha costado mucho entender estos conceptos. Sin embargo, al convertirme en su sombra, al pasar con él horas y horas, he logrado identificar algunas

de las cualidades que lo definen. Los principios de compasión y de no violencia del Dalai Lama son los que han moldeado su visión global. Y su incesante búsqueda del perdón como una solución para los conflictos condiciona su forma de actuar.

Lo que sí puedo asegurar es que cuando estoy cerca de él me siento bien. Y sé que a los demás también les ocurre lo mismo. Quizás intuimos que él predica con el ejemplo. Sentimos en su interior un centro de especial pureza. Su Santidad, como un espejo al reflejar la luz, nos permite ver nuestra propia humanidad y entrar en contacto con ella.

Desmond Tutu, buen amigo suyo desde hace muchos años, cuenta lo siguiente del Dalai Lama, con motivo de un acto en el que ambos participaron en Vancouver, Canadá, ante una multitud de 14.000 personas.

Hace varios años, cuando estaba en San Francisco, una mujer se apresuró a saludarme afectuosamente. Me dijo: «¡Hola, arzobispo Mandela!». Fue como recibir dos saludos por el precio de uno.

Pero estoy seguro de que nadie cometería el mismo error con Su Santidad el Dalai Lama.

En una cultura que venera el éxito, no es extraño que no sea a los triunfadores agresivos, bruscos, desagradables y arrogantes a quienes admiremos. Tal vez envidiemos sus cuentas bancarias, pero ellos no nos inspiran admiración.

¿A qué personas admiramos entonces? Podrían decirse muchas cosas de la Madre Teresa, pero la agresividad no es una de sus cualidades. Todos nosotros la veneramos por haber sido tan sumamente generosa con los marginados. La admiramos por su buen corazón. También admiramos a personas como Nelson Mandela por ser un icono

de la magnanimidad, el perdón y la reconciliación.

Y sentimos un gran respeto por el Dalai Lama, una de las pocas, poquísimas personas que llenan el Central Park de Nueva York con una multitud de seguidores que lo adoran.

Pero ¿por qué es así? Porque tiene un buen corazón, un corazón sumamente bondadoso. Conozco muy pocas personas que tengan la santidad del Dalai Lama, y menos aún su serenidad, su profundo manantial de serenidad.

Y su sentido del humor. Ríe fácilmente, posee casi la fresca y juguetona actitud de un escolar. Una divertida y burbujeante alegría.

Unas cualidades sin duda muy poco habituales en alguien que ha vivido en el exilio durante cuarenta y cinco años. Lo más normal es que estuviera lleno de resentimiento, ira y amargura. Que lo último que deseara hacer fuera extender su amor y compasión a aquellos que han tratado tanto a él como a su pueblo de una forma tan abominable. Pero él lo hace. Él es así.

¿Y acaso no estamos todos orgullosos de ser humanos? El Dalai Lama hace que nos alegremos de serlo, de vivir en la misma época que una persona tan especial como él.

La perilla de Fu Manchú

El despertador sonó a las cuatro de la madrugada. Lo apagué aliviado. Lo había comprado el día anterior en el bazar y estaba preocupado, temiendo que no funcionara correctamente. En el pasado había tenido ya muchas frustrantes experiencias con otros relojes indios.

Me vestí rápidamente, agarré la cámara de vídeo y salí del hotel de mochileros. Desde él podía ver la aguda silueta de la cordillera del Dhauladhar, la parte baja del Himalaya, elevándose por encima de la pequeña estación; de montaña de Dharamsala. Reinaba un gran silencio; la ciudad no empezaría a despertar hasta dentro de un par de horas. No se veía un alma. Crucé rápidamente la vacía y pequeña estación del autobús y luego eché a correr siguiendo la ondulante carretera que llevaba a la residencia del Dalai Lama.

Tenzin Taklha, el subsecretario privado del Dalai Lama, me estaba esperando en la entrada del palacio. Llevaba una camiseta de manga corta y unos pantalones largos grises, y su aspecto era descansado y relajado, pese a la temprana hora. Yo llegué con el rostro enrojecido y la camiseta incómodamente pegada a la espalda a causa del sudor, aunque la temperatura era

fresca .

—Siento haberle hecho levantar tan temprano —me disculpé.

—No hay ningún problema. Pocas veces tengo la oportunidad de estar con Su Santidad cuando medita por la madrugada. Es un raro privilegio para mí —repuso Tenzin, un atractivo joven que se encontraba en la treintena, sonriendo ligeramente.

Ya hacía un año, en 1999, que había empezado a entrevistar al líder tibetano para poder escribir las conversaciones que mantenía con él. Pero era la primera vez que me permitían estar con Su Santidad tan temprano.

Incluso a esta incipiente hora, varios soldados indios y un par de guardias de seguridad tibetanos estaban ya vigilando la entrada. Tenzin me condujo a través de las grandes puertas metálicas. Me quedé sorprendido. Aunque a esas alturas yo ya era una persona conocida —en el año anterior había entrevistado al Dalai Lama media docena de veces—, los guardias de seguridad tibetanos siempre me habían hecho pasar por una serie de detectores de metales y registrado a fondo. Cada visitante, sin exxcepción, debía someterse a estas medidas de seguridad.

Sin embargo, aquella mañana me dio la sensación de haber cruzado una frontera invisible. Al menos por el momento formaba parte del puñado de personas no tibetanas que eran consideradas confidentes del Dalai

Lama. Me permitían entrar a sus aposentos privados sin revisarme para comprobar que no llevase ningún arma escondida.

Este episodio me hizo recordar otra ocasión en la que había cruzado las mismas entradas en marzo del año 1972. En aquella época sólo estaba vigilando la entrada el centinela indio. Siempre me acordaré de aquel día primaveral en el que conocí al Dalai Lama. Yo tenía veintisiete años.

En aquella ocasión, hacía más de treinta años, yo había elegido cuidadosamente mi atuendo para el encuentro y me había puesto unos ajustados pantalones negros de terciopelo. Los fondillos de los pantalones eran un poco problemáticos, porque estaban tan desgastados que la tela se transparentaba. También llevaba una camiseta negra de algodón que había comprado en Kabul, suave y ligera, cuyas mangas estaban decoradas con estrechas bandas bordadas a mano. Pero el plato fuerte era la capa negra con una capucha que había comprado en Marruecos. Me había aficionado a esa capa y a no ser que hiciera muchísimo calor, siempre me envolvía con ella al estilo del Zorro.

En aquella época me parecía que todas esas piezas de ropa de color negro hacían juego con mi perilla a lo Fu Manchú. Me la había dejado crecer pacientemente durante el último par de años, mientras había estado viajando por Europa y Asia. Pero me estaba empezando a frustrar con

ella, porque era delgada y rizada, en lugar de la exuberante barba con la que había soñado. Y además tendía a curvarse hacia mi nuez de Adán. A pesar de manipularla a diario —tirando de ella con frecuencia para que se amoldara a la ley de la gravedad—, lo único que quería hacer era esconderse.

En aquellos tiempos yo tenía una cabellera brillante y larga que me llegaba hasta la zona lumbar. Me lo había peinado cuidadosamente para la ocasión y lo llevaba recogido en una cola de caballo. Ataviado con mis mejores ropas y con los desgastados fondillos de los pantalones cubiertos con la ancha capa, estaba listo para mantener una entrevista con el llamado Buen Rey del Tíbet.

Conocía muy pocas cosas sobre el Dalai Lama y su país. Los primeros veinte años de mi vida los había pasado en Hong Kong. El Tíbet no figuraba por supuesto en el plan de estudios de la colonia de la Corona británica. Y a mis compañeros de clase chinos les interesaba sobre todo Occidente, con sus grandes negocios, sus facultades de medicina y sus maravillosos avances tecnológicos. No soñaban con visitar la helada y prohibida tierra conocida como el Techo del Mundo.

Yo era igual que ellos, salvo por un detalle: en el instituto devoraba los libros de Jin Yong, el mejor novelista que hasta entonces había conocido. La febril mente de Jin Yong había concebido el Tíbet con el que yo

soñaba. Fue al leer sus novelas de kung fu cuando aprendí que existían unos enigmáticos lamas tibetanos que habían desarrollado unos poderes sobrenaturales después de haber estado meditando durante años en sus ermitas situadas en lo alto de las montañas. Esta idealizada imagen de los monjes tibetanos, que encarnaba la espiritualidad y la destreza física, no se había separado de mí.

Cheryl Crosby, una budista de Nueva York, fue quien logró que yo pudiera conocer al Dalai Lama. Dorje Yuthok, una amiga suya y matriarca de una familia aristocrática de Lhasa, le había escrito una carta de recomendación para que pudiera ver al líder tibetano. Cheryl, a pesar de tener sólo algunos años más que yo, era una persona increíblemente madura para su edad. Era muy segura de sí misma y hacía amistades con facilidad. Incluso cuando nos secuestraron en Kabul mantuvo la calma en todo momento, hasta el extremo de mantener una apariencia conciliadora con nuestros secuestradores. Después de huir, habíamos viajado juntos a Dharamsala.

Allí fue donde conocí por primera vez a los tibetanos. Vi a hombres y mujeres caminando por callejuelas haciendo girar sus molinos de oraciones; muchos de ellos vestían aún la típica túnica tibetana y las coloreadas botas de fieltro que les llegaban hasta las rodillas. Yo me empapé de sus bondadosos y confiados rostros. Irradiaban una verdadera calidez. Sonreían con

fácilidad y frecuencia. En cada encuentro había siempre una atmósfera alegre y juguetona. No me cabía la menor duda. Dharamsala, conocida también como la pequeña Lhasa, era el lugar más apacible de todos cuantos había conocido.

En la tarde de nuestra entrevista, Cheryl y yo seguimos al ayudante tibetano de mediana edad a través de las entradas del palacio. Un soldado indio en el interior del complejo residencial estaba apoyado en su rifle, fumando un *bidi* [un cigarrillo indio barato enrollado en una hoja]. Apenas nos miró mientras recorríamos el breve camino que llevaba a la sala de audiencias. Éstas eran las únicas medidas de seguridad en torno al Dalai Lama en aquellos tiempos.

La sala de audiencias, pintada en un vivo color amarillo, era espaciosa y luminosa. De las paredes colgaban varias tankas [una pintura enrollable enmarcada en seda]. Nos sentamos en unos sencillos aunque cómodos sillones indios y esperamos que llegara el Dalai Lama. Yo estaba muy excitado por la posibilidad de conocer a alguien a quien mucha gente consideraba tanto un dios como un rey. Pero mi excitación estaba empañada por una cierta aprensión. Ignoraba muchas cosas del Tíbet, aunque al menos sabía que los chinos habían invadido el país del Dalai Lama en la década de 1950, que habían asesinado a muchos de sus súbditos y que lo habían obligado a refugiarse en India. Por lo que todo el mundo decía, los

chinos habían tratado a los tibetanos de una forma espantosa durante la ocupación. Y yo, un puro descendiente del Emperador Amarillo, estaba a punto de encontrarme cara a cara con el líder supremo de los tibetanos. Lo más probable era que el Dalai Lama, después de exiliarse en 1959, no hubiera entrado en contacto con demasiados chinos. Y me preocupaba que fuera hostil conmigo.

Mientras cavilaba sobre las posibles situaciones, entraron dos monjes jóvenes vestidos con idénticas túnicas granates. Reconocí al Dalai Lama en el acto. En aquella época tenía treinta y siete años. Pero con sus gafas y su lisa tez, parecía increíblemente joven. A diferencia de muchos de sus compatriotas, la tonalidad de su piel era clara y sus rasgos delicados. Su suave y sencillo comportamiento fue otra revelación para mí. Era de complexión delgada hasta el punto de estar flaco, al igual que el monje que había a su lado, que era bastante más bajo que él. Más tarde me enteré de que se trataba de Tenzin Geyche Tethong, descendiente de una conocida familia de Lhasa y traductor y secretario privado del Dalai Lama.

Cuando estaba a punto de sentarse, el Dalai Lama nos echó un vistazo. Me observó por primera vez. Se quedó mirando mi perilla y soltó unas risitas. En aquella ocasión no se rió con la profunda voz de barítono que lo caracteriza, sino con una aguda risita que duró un cierto

tiempo. Le costaba mantenerse sereno y se había inclinado hacia delante para contener la risa. Mientras tanto, Cheryl había empezado a prosternarse ante él extendiendo su cuerpo en el suelo. Estaba sorprendida por las inesperadas risitas de Su Santidad, pero estaba decidida a terminar de realizar las postraciones habituales.

Aquella tarde de marzo me quedé plantado allí sintiéndome incómodo. Ignoraba lo que se suponía que debía hacer. No sabía cómo realizar las postraciones. Y de todos modos, no me apetecía inclinarme ante ese joven que estaba desternillándose de risa debido mi aspecto.

El Dalai Lama logró al fin controlarse. Sonrió tímidamente a Cheryl mientras ella le ofrecía una khata, un pañuelo blanco que se entrega como ofrenda. Yo desplegué la mía y me acerqué a él. Me miró de nuevo y volvió a soltar unas risitas. Incluso el solemne Tenzin Geyche estaba sonriendo de oreja a oreja.

La siguiente media hora apenas la recuerdo. No me acuerdo de cómo empezó la conversación. Sólo recuerdo vagamente que Cheryl le habló sobre sí misma y le dijo que practicaba el budismo tibetano y que era amiga de la señorita Dorje Yuthok en Nueva York. Cheryl hizo varias preguntas al Dalai Lama, principalmente sobre su práctica budista. Hace mucho tiempo que he olvidado lo que quería saber y las respuestas que él le dio. Tenzin Geyche tradujo cuidadosamente las preguntas. En aquellos días el inglés del Dalai Lama era incluso peor que el

macarrónico inglés que muchos indios hablaban. De no ser por su traductor habría estado perdido. Sin embargo, de vez en cuando se atrevía a decir algunas sencillas frases en inglés.

Después el Dalai Lama se volvió hacia mí. Yo me había estado estrujando el cerebro para que se me ocurrieran algunas preguntas inteligentes, pero sabía muy pocas cosas sobre el Tíbet y menos aún sobre el budismo tibetano. Así que le pregunté algo que no había podido quitarme de la cabeza desde que había cruzado las puertas que llevaban a la sala de audiencias.

Le pregunté si odiaba a los chinos.

El Dalai Lama parecía más serio después de la conversación que había mantenido con Cheryl. Al oír mi pregunta, se enderezó en el sillón. Su respuesta fue inmediata y concisa. Y en inglés.

—No —respondió.

Me sostuvo la mirada. Tenía una expresión solemne. Ahora no había ni un ápice de regocijo en él. Yo desvié la mirada y clavé la vista en el suelo alfombrado.

Después de un interminable silencio, dijo pausadamente y en voz baja unas palabras a Tenzin Geyche en tibetano.

Su secretario privado me las tradujo:

—Su Santidad no alberga malos sentimientos hacia los chinos. Los tibetanos hemos sufrido enormemente con la invasión china. Y mientras estamos manteniendo esta

conversación, los chinos están destruyendo sistemáticamente, piedra a piedra, los grandes monasterios del Tíbet. Casi todas las familias tibetanas de Dharamsala tienen alguna triste historia que contar; la mayoría de ellas han perdido a un miembro de su familia a causa de las atrocidades de los chinos. Pero Su Santidad discrepa con el partido comunista chino y no con los ciudadanos chinos, a los que sigue considerando como sus hermanos y hermanas. Su Santidad no odia a los chinos. En realidad, los perdona sin reservas.

Lo más sorprendente del caso es que, aunque hayan pasado tres décadas, sigo recordando claramente aquel fragmento de la conversación que mantuvimos. Quizá sea porque la respuesta que me dio fue tan inesperada, tan distinta a la imagen de los tibetanos que Jin Yong había creado con sus historias. En cada una de ellas la venganza era un tema recurrente. El honor de un hombre se definía por medio de un heroico y sencillo credo: ojo por ojo, que se parecía mucho al código de los samuráis del Japón feudal. Me maravillaba la idea de que el Dalai Lama perdonara a los chinos, a pesar de lo que le habían hecho a su pueblo.

Cherly había estado llorando suavemente, emocionada por la entrevista. Cuando nos disponíamos a irnos, el Dalai Lama se acercó a ella y la consoló, y después me estrechó la mano con mucha seriedad.

Abandoné la sala de audiencias sin sentirme apenas

conmovido. Había esperado ver a un rey, pero el Dalai Lama era el rey más modesto que yo jamás había conocido. Aunque era lo suficientemente amable, era demasiado normal, demasiado humilde para mi gusto. Y, además, parecía de lo más terrenal y se reía demasiado.

Más tarde, a medida que seguí viajando hacia el este, a Birmania, Hong Kong y después a Estados Unidos, llegué a considerar aquel breve tiempo pasado en Dharamsala como la mejor experiencia de todos mis viajes alrededor del mundo. Los tibetanos me habían causado una impresión imborrable.

Después de aquella entrevista que mantuve con el Dalai Lama en 1972, durante más de una década seguí recordando vivamente la cultura tibetana. Y además alimentaba mis dormidos instintos nómadas. A partir de 1984, utilizando Katmandú como base, me dediqué a vagar extensamente por los espacios abiertos del Tíbet durante cuatro años para elaborar una guía turística sobre sus prístinos lugares sagrados.

El paisaje de la altiplanicie era conmovedor y asombroso, el más hermoso que había visto en mis años de viajero. Los tibetanos eran tal como yo los recordaba cuando había estado en Dharamsala: amables, generosos y proclives a reírse de repente a carcajadas. Aunque yo fuera chino, este hecho no les impedía ser serviciales conmigo.

Y el sonriente rostro del Dalai Lama no se separaba

de mí. Su fotografía se encontraba en el altar de todas las casas de las aldeas y de los monasterios que yo había visitado. Cada tibetano con el que me encontraba, me preguntaba por él, a menudo con los ojos empañados. De súbito el Dalai Lama y todo lo que él significaba se volvieron más importantes para mí. Caí en la cuenta de que él y sus compatriotas practicaban una religión muy sencilla: la de ser bondadosos los unos con los otros.

MIENTRAS LAS PUERTAS metálicas de la residencia del Dalai Lama se cerraban a nuestras espaldas, Tenzin Taklha y yo recorrimos el ancho camino de hormigón que llevaba a la sala de audiencias del complejo, el lugar donde se realizaban siempre las entrevistas con el líder tibetano. Sin embargo, en aquella ocasión cruzamos el complejo y una pequeña sala de meditación, y luego pasamos por una zona cubierta de árboles. Frente a nosotros, a lo lejos, vi los jardines y el bonito edificio de dos plantas donde el Dalai Lama duerme y medita. Era la primera vez que yo visitaba esta parte del complejo residencial.

Un soldado indio que sostenía contra el pecho un arma automática patrullaba por la zona exterior de la entrada. Otro indio, un hombre vestido de paisano con el faldón de la camisa colgándole de la cintura, nos miró

impasiblemente. Tres o cuatro guardaespaldas tibetanos vigilaban la zona caminando por ella de un lado a otro en silencio. Mientras yo esperaba plantado ante la casa, me sentí incómodo, como un intruso en el santuario más íntimo del Dalai Lama.

Justo en aquel instante el líder tibetano salió del edificio, me miró detenidamente y sonriéndome me dijo: «*Ni hao?*» con su voz de barítono. Le encanta saludarme en chino. Tras darme un buen apretón de manos, empezó a avanzar por el camino que conducía a los jardines. Ascendió con paso ligero la suave pendiente recorriendo unos cincuenta metros y luego dio vuelta atrás. Se acercó a mí riendo con satisfacción: me estaba demostrando que se encontraba en buena forma. Varios meses antes habíamos estado hablando sobre la importancia de hacer ejercicio físico y de que a él le daba mucha pereza hacerlo. Logré que me prometiera que, en lugar de las treinta postraciones completas que realizaba al día, haría cien. Ahora estaba ansioso por mostrarme que se había tomado muy en serio ese ejercicio matinal.

Nos hizo un gesto con la mano a Tenzin y a mí para que lo siguiéramos. Subimos el tramo exterior de escaleras de hormigón que llevaba a la segunda planta, iluminada con mucha luz: entramos a una espaciosa sala amueblada con varios cómodos sofás y sillones. El parque estaba cubierto en parte con alfombras orientales, y unos grandes ventanales que iban del suelo al techo ocupaban

la pared derecha. Desde allí pude ver el agudo contorno del valle de Kangra, aunque la luz del alba hacía que las cimas de las montañas parecieran más suaves.

Entonces el Dalai Lama nos condujo a la habitación donde meditaba.

Dos monjes en el parapeto

La sala de meditación del Dalai Lama estaba bañada por la suave luz del alba. Las paredes estaban cubiertas con unos armarios de madera cuidadosamente tallados; en su interior se veían numerosas estatuas de bronce y una miríada de utensilios religiosos. En las estanterías, hechas a medida, se apilaban prolijamente numerosas escrituras tibetanas envueltas en telas amarillas y exquisitos brocados. En el centro de la habitación destacaba un recargado altar. Una estatua que no superaba en mucho el medio metro de altura, encerrada en un templo en miniatura de cristal y madera, ocupaba el lugar de honor. El espacio era bello en su serenidad, de una discreta elegancia.

Tenzin Taklha me hizo una señal para que me sentara cerca de la entrada, sobre una pequeña alfombra tibetana cuadrada. Coloqué mi cámara de vídeo en el trípode. Sin pronunciar una palabra, el Dalai Lama se dirigió hacia su sencillo escritorio de caoba, se quitó las chancletas y se sentó en la postura del loto, con la espalda apoyada contra una pared revestida con paneles de madera. Se arregló la túnica, cerró los ojos y se puso a meditar. Yo encendí mi cámara para grabar al monje tibetano sobre un vídeo

digital y empecé a oír el suave ruido del motor.

El Dalai Lama me había hablado un poco de su programa matinal: «En cuanto me despierto —estos días lo hago a las tres y media de la madrugada—, recito algunos mantras o algunas oraciones. Mis primeros pensamientos son: el Buda y sus enseñanzas sobre la compasión y la interdependencia. Siempre lo hago: estos dos principios, el del altruismo y la interdependencia, me guían durante el resto del día. Luego hago algunas postraciones. Las realizo durante treinta minutos, así al mismo tiempo hago un poco de ejercicio. A continuación me doy una ducha. Después, a las cinco, o a veces a las cuatro cuarenta, desayuno. Mi hermano pequeño siempre bromea conmigo diciéndome que si me levanto tan temprano es para poder desayunar, ya que normalmente los monjes budistas no comemos nada por la noche».

Mientras el Dalai Lama entraba en meditación, mis ojos se fueron adaptando a la tenue luminosidad. Frente a mí, al otro extremo de la habitación, en el interior de una vitrina de cristal y madera había un mural. Mostraba la figura de un Buda vestido con una sencilla túnica ocre; en el fondo del mural aparecían montañas de un exuberante color verde y serpenteantes afluentes. La cabeza del Buda se había dibujado siguiendo las proporciones tradicionales, con sus largos lóbulos y el cabello recogido sobre la cabeza en un un moño que simbolizaba la iluminación. La expresión de sus ojos era difícil de

definir, entre sonriente y serena. Todo su rostro —las mejillas ligeramente regordetas, el pequeño mentón, el pliegue de sus ojos— estaba impregnado de un incipiente gozo.

El Dalai Lama había entrado sin duda rápidamente en un profundo estado de meditación. Nada existía fuera de él: ni la habitación, ni Tenzin ni yo sentado a menos de un metro de distancia. Su estilo de meditación es distinto, por ejemplo, al de un maestro zen. El Dalai Lama, como tantos otros lamas tibetanos, no se sienta inmóvil como una estatua y con el cuerpo rígido, sino que siempre se está moviendo un poco. Se balancea de un lado a otro, después permanece totalmente quieto por un rato, recita un breve mantra en voz baja, se lleva la mano a la nuca para rascarse unos molestos granitos... Si no lo hubiera visto antes sumido en una profunda meditación, habría jurado que estaba inquieto.

De pronto, sus ojos entornados se pusieron a parpadear involuntariamente, como si volviera en sí. Me desconcertó la familiaridad con la que asumía estos movimientos.

El escritorio del Dalai Lama estaba cubierto de objetos. Sobre él estaban las escrituras tibetanas que solía leer; además, varios volúmenes apilados de cánones budistas de hojas sueltas, un jarrón transparente de cristal con unas flores talladas, una lámpara ajustable y una estatuilla de bronce de un Buda. Junto a un reloj de mesa

con una diminuta figurilla en la cima, se apreciaba también una navaja suiza multiusos equipada con toda clase de artilugios que uno pudiera imaginar. A la izquierda del Dalai Lama había un armario de madera que llegaba hasta la altura de las rodillas, con un archivador rojo encima. En el hueco que formaba la pared derecha se encontraba otro armario de la misma altura. Sobre él había una pila de libros, más escrituras tibetanas, tres lapiceros llenos de bolígrafos y marcadores y un frasco de complementos proteínicos. Descollando sobre todos estos variados objetos, se alzaba un jarrón gris pizarra del que rebosaba un exuberante ramo de sedosas flores amarillas y rojas, en su mayor parte lirios y rosas. Parecían asombrosamente reales, incluso las gotitas que colgaban de los pétalos. Cerca, se encontraba el mando de control remoto del televisor.

La sala de meditación era el santuario privado del Dalai Lama, un lugar para la contemplación y el trabajo al mismo tiempo. Además el único sitio donde podía estar solo, ya que el recinto de la sala de audiencias, próximo a la entrada del complejo residencial, lo utilizaba para consultar temas con los funcionarios y recibir a las visitas. Se encontraba aquí, en esta habitación, donde él hacía acopio de recursos interiores —a través de la meditación y de la relectura de los antiguos maestros tibetanos— para obtener la sabiduría necesaria a fin de que los guiara, a él y a su gente, en los difíciles tiempos

que les ha tocado vivir.

El Dalai Lama se sacó las gafas para disponerse a meditar y fue en ese momento cuando me di cuenta de su edad. Pude ver las profundas bolsas bajo sus ojos, los surcos verticales que se extendían de la parte inferior de los pómulos hasta la barbilla. En aquella época el líder tibetano se encontraba ya en la mitad de la sesentena.

Me gusta poder contemplar el rostro del Dalai Lama. Es lo opuesto al mío. Su tez está cubierta de arrugas; cada una de ellas narra una lucha, un sufrimiento o una alegría. Aunque yo sólo tenga diez años menos que él, mi rostro es relativamente liso comparado con el suyo, y aún no tengo arrugas. Sin embargo, mi cara me ha exasperado a menudo. No es fea u ofensiva, sino corriente, del montón. Pero siempre parece estar en reposo. No es un rostro que pueda considerarse expresivo.

Crecí en una familia tradicional china en la que no estaba bien visto mostrar abiertamente las emociones. Sin embargo, en algunas raras ocasiones mostraba una gran alegría: cuando mi noveno tío me regalaba en Año Nuevo un paquete de *laisi*, un sobre rojo con un considerable fajo de billetes de un dólar. En aquellas ocasiones mi rostro exhibía una amplia sonrisa. Y también era capaz de mostrar una intensa ira, como el día en que mi hermana pequeña arrojó mi novela favorita de kung fu por la ventana. Pero la mayor parte del tiempo cultivaba un rostro imperturbable. No bajaba la guardia ni un segundo,

para que nadie adivinara mis emociones. Quizá por eso era tan bueno jugando al póker en la universidad.

La mayor parte de mi vida me he sentido a gusto con mi inexpresivo rostro. Pero en los últimos años he descubierto que he pagado un precio muy alto por ello, ya que con el paso del tiempo he ido perdiendo la capacidad para sentir mis emociones. Me di cuenta de ello sobre todo al morir mi madre. En su funeral descubrí que no era capaz de conectar con la tristeza que había en mi interior. Me había convertido en un asiático impenetrable por excelencia.

El rostro del Dalai Lama, en cambio, es un libro abierto. Mucha gente se ha dado cuenta de ello, incluyendo a Paul Ekman, profesor de psicología y experto en psicomorfología a nivel mundial.

Ekman es un gran conocedor del rostro humano. Durante las últimas cuatro décadas se ha dedicado a estudiarlo hasta el mínimo detalle. Basándose en las investigaciones que ha realizado, ha clasificado los músculos faciales y ha estudiado cómo se mueven y tensan para generar unas siete mil expresiones distintas. Ha establecido una correlación entre las expresiones más significativas y lo que suponen emocionalmente; y se ha acabado convirtiendo en un detector de mentiras humano por antonomasia. Después de que los terroristas bombardearan las Torres Gemelas el 11 de septiembre del 2001, el equipo operativo de la CIAFBI

antiterrorismo contrató a Ekman para que les enseñara a detectar cuándo un sospechoso mentía en un interrogatorio. Una de las cosas que él dijo a los agentes es que se fijaran en unas expresiones muy sutiles: por ejemplo, el ligero movimiento del músculo de la parte interior de la ceja, llamado *frontalis pars medialis*, indica tristeza.

Ekman conoció al Dalai Lama en marzo del 2000 en Dharamsala, en la Octava Conferencia sobre la Mente y la Vida que tuvo lugar entre los budistas y los científicos occidentales. El tema de la conferencia eran las emociones destructivas. A lo largo de cinco días intensos, el psicólogo tuvo muchas oportunidades para observar al líder tibetano. Ekman se quedó maravillado, porque en todos los años que llevaba estudiando rostros nunca había visto uno como el del Dalai Lama. Sus músculos faciales eran vitales y flexibles, parecían pertenecer a un joven de veinte años.

¿A qué se debía esta extraordinaria discrepancia? Ekman creyó conocer la respuesta: el Dalai Lama utiliza sus músculos faciales con más vigor que cualquier otra persona que él haya conocido. Y además se expresa con precisión; raras veces transmite alguna señal contradictoria. Cuando está contento, lo está al ciento por ciento. No se inmiscuye ningún otro sentimiento que adultere la sensación.

A Ekman también le impresionó el rostro del Dalai

Lama por otra razón. La cara del líder tibetano, salvo la de algunos niños pequeños, era la más cándida que había contemplado en todas las décadas que había estado investigando. Y el Dalai Lama, al igual que los niños de esa edad, se sentía totalmente a gusto manifestando sus emociones. No se avergonzaba de sus sentimientos, pues no veía ninguna razón por la que tuviera que ocultarlos. Durante la conferencia, un ayudante de California dijo al Dalai Lama que un niño pequeño había muerto en Dharamsala después de que un perro rabioso lo atacara. Todos los presentes vieron dibujarse claramente en el rostro del líder tibetano una profunda expresión de tristeza. Lo cual fue toda una revelación para Ekman, ya que estaba seguro de que el Dalai Lama había sentido la pérdida de aquel niño como si se hubiera tratado de su propio hijo. Pero Ekman también advirtió asombrado que la expresión de dolor duró muy poco. Al cabo de unos instantes, había desaparecido cualquier rastro de dolor. De igual modo, el Dalai Lama podía reírse a carcajadas a causa de algo gracioso y luego, en cuestión de segundos, manifestar la más seria concentración. Él no se apega a las cosas, incluyendo sus propias emociones.

MIENTRAS CONTEMPLABA al Dalai Lama meditando, conseguí sentarme en una tosca postura del loto durante

cinco minutos antes de que hubiera de abandonarla por el dolor. Decidí cambiar de postura y sentarme de rodillas. Me puse a jugar con la cámara de vídeo, enfocándola a lo largo de la pared, grabando primero las antiguas tankas tibetanas y las exquisitas estatuas, y después al Dalai Lama de nuevo. Me resultaba imposible permanecer tan quieto como él. La profunda serenidad que reinaba en la habitación no lograba hacer que me calmara. Pese a las poderosas ondas de gozo meditativo que el Dalai Lama irradiaba, lo único en lo que yo podía pensar era en el tendón inflamado que conectaba mi muslo con mi cadera del lado derecho.

Entonces algo me llamó la atención. Al otro lado de la habitación, semioculto entre algunas estatuillas de bronce y un jarrón con flores recién cortadas, había una fotografía en un pequeño marco de color verde oscuro. Por lo visto era la única fotografía que había entre las tankas, los objetos de arte y las antiguas escrituras de la habitación.

Y, además, era una foto hecha por mí. O, más bien, había sido mía hasta que se la había dado al Dalai Lama durante la entrevista que había mantenido con él varios meses atrás. Yo había tomado la foto en el Tíbet en 1985. En ella aparecían dos monjes ataviados con túnicas rojas que sacaban medio cuerpo fuera sobre un parapeto del tejado de un monasterio y contemplaban fascinados algo que ocurría abajo. Como había sacado la foto por detrás,

sólo se veían de espaldas. Se asomaban tanto por el parapeto que parecía que pudieran caerse del tejado en cualquier momento. Frente a ellos aparecía una cadena de colinas.

Es una fotografía preciosa: el color vivo y suntuoso de las túnicas es tan vívido que casi parece que estuvieras tocando y oliendo la tela de lana. En el fondo aparece el paisaje lunar de la altiplanicie tibetana de color marrón claro moteado por la luz de la luna y las redondeadas colinas espolvoreadas con una fina capa de nieve de un ligero tono azul que realza la agudeza de los recovecos y las grietas. Y en el lado derecho de la foto, hay un grupo de altos arbustos de color verde oscuro: los célebres y muy sagrados enebros del monasterio de Reting.

De las miles de diapositivas que tomé a mediados de la década de 1980, mientras buscaba los lugares sagrados del Tíbet y me documentaba sobre ellos, esta fotografía es mi favorita. Aunque no sé exactamente por qué. Hay muchas otras imágenes que pueden hacer vibrar al observador con mayor fuerza. Y algunas otras que serían mejores candidatas para un artículo sobre el Tíbet del *National Geographic*. Pero durante cerca de dos décadas esta fotografía ha sido la única que he conservado junto a mi cama. Quizá sea por la tranquila forma en que los dos monjes están recostados sobre el parapeto. La infantil y despreocupada espontaneidad de los tibetanos es muy distinta de la forma en que yo me relaciono con la gente y

las cosas.

Cuando le di la fotografía enmarcada al Dalai Lama, no le impresionó demasiado. Le echó un vistazo y luego se la entregó a Tenzin Taklha. Su Santidad recibe muchos regalos y casi siempre se los entrega a sus empleados para que los guarden en un lugar seguro. Aprecia el gesto, pero simplemente no se fija demasiado en los objetos, sean bellos o no.

Pero en aquella ocasión el Dalai Lama, tras pensárselo mejor, me preguntó:

—¿Dónde sacaste esta foto?

—En el monasterio de Reting, Su Santidad —le respondí.

—¡Reting! —exclamó—. Yo fui allí en 1956.

Y tomándosela a Tenzin de las manos, la contempló con más detenimiento.

—Reting. Me acuerdo perfectamente del monasterio. Sentí una conexión muy especial con él.

—De las muchas fotos que he sacado del Tíbet, ésta es la única que conservo siempre cerca de mí —le dije.

—Pues los dos sentimos algo especial por Reting —admitió el Dalai Lama—. Yo me emocioné mucho al estar allí. Por alguna misteriosa razón me siento muy conectado a ese lugar. Desde mi estancia allí, he acariciado a menudo la idea de construir una cabaña para meditar en Reting y pasar en ese lugar el resto de mis días.

En aquella época yo había supuesto que guardarían la

foto en alguna estancia de la residencia donde almacenaban los abundantes regalos y que tendría que hacerse con un hueco para caber entre el resto de maravillosos presentes y recuerdos que el Dalai Lama había recibido a lo largo de los años. Así que me quedé boquiabierto al ver mi foto en su habitación.

Tenzin, al advertir que yo estaba mirando fijamente la foto, me dirigió una gran sonrisa. Tenía las manos sobre el regazo, pero levantó uno de sus pulgares para corroborar mi triunfo.

Sí, me quedé impresionado y me sentí muy orgulloso de que mi foto estuviera en la habitación donde el Dalai Lama meditaba, tan cerca de él. Quería creer que la conservaba en ella porque sentía algo especial hacia mí. Pero sabía que más bien se debía a que el monasterio de Reting ocupaba un lugar especial en su corazón.

Fuera ya se estaba haciendo de día, los pájaros empezaban a gorjear. Podía ver la niebla disipándose un poco en el valle de Kangra.

—¿Te basta por hoy? —me preguntó el Dalai Lama; era obvio que había terminado de realizar su meditación matinal.

—Sí, muchas gracias, Su Santidad —respondí. ¿Qué más podía decir? ¿Que me gustaría pasar el resto del día con él?

El Dalai Lama se levantó de detrás de su escritorio. Tenzin y yo nos pusimos rápidamente en pie.

Él se acercó al mural y se puso a rebuscar algo entre las pequeñas estatuillas de bronce y las lámparas de manteca que había sobre la repisa.

—Ven —me dijo, girando la cabeza por encima del hombro.

Me entregó una reproducción en miniatura de un monasterio de estilo indio. Estaba hecho de piedra gris y medía unos siete centímetros de altura. El monasterio, meticulosamente esculpido, se componía de una torre central de cinco plantas que descansaba sobre el tejado de una estructura de dos plantas, y en las cuatro esquinas se alzaban cuatro torres más pequeñas. El artesano había cincelado con esmero las ventanitas, las puertas y los otros detalles de cada planta. Me asombré al comprobar que, pese a su pequeño tamaño, pesaba más de lo habitual.

—El templo de Bodhgaya. Es para ti —dijo él. Bodhgaya, el lugar donde el Buda alcanzó la iluminación, es el lugar de peregrinación más importante para los budistas.

Después el Dalai Lama me entregó otro objeto: una piedra semipreciosa, del tamaño de una canica grande, engarzada en una base de bronce. La piedra tenía varias tonalidades de marrón y una franja blanca en el centro. No sabía de qué clase de piedra podía tratarse. Y el Dalai Lama no me lo especificó.

Los regalos me habían sorprendido. Yo nunca había recibido ningún regalo de él, salvo la khata de rigor: la

ofrenda del pañuelo alargado blanco tradicional. Como los dos objetos se encontraban en la habitación del Dalai Lama, supuse que debían de tener un significado especial para él.

Cogiendo mi mano entre las suyas con suavidad, el Dalai Lama me condujo hacia la puerta. Después se giró de repente hacia una vitrina que contenía más piezas de bronce y otros bellos objetos y se puso a rebuscar algo entre ellos.

—¡Ajá! —exclamó, con una expresión de gozo, sosteniendo en alto una estatuilla, una imagen de color caoba de un anciano cuya barba le llegaba hasta la cintura. Su gran rostro, de claros rasgos asiáticos, tenía una nariz gruesa y unas pobladas cejas. En la mano derecha sostenía un bastón. Era la talla de un sabio chino.

—Es para ti. Hasta pronto —dijo el Dalai Lama.

AL REGRESAR A MI HOTEL me puse a tararear las primeras líneas de «A Whiter Shade of Pale» [Una pálida sombra], mientras sacaba los objetos de la mochila. Había dejado abierta la puerta de la habitación y podía ver a una mujer tibetana tendiendo la ropa en el tejado que había bajo el hotel. Ella también tarareaba una canción, aunque yo me encontraba demasiado lejos como para oír cuál era. Saqué la cámara de vídeo de la mochila para ver las escenas que

había grabado por la mañana. La encendí y rebobiné la cinta. Las primeras imágenes que aparecieron en la pantallita de la cámara fueron las del Dalai Lama sentado ante el escritorio de su habitación, preparándose para empezar su meditación matinal. La iluminación era la adecuada y el sonido era claro. De pronto, la pantallita se cubrió de unas rayas horizontales. En lugar del mural, sólo se veían unas barras semitransparentes de diferentes tonalidades grises. El Dalai Lama había desaparecido de la pantalla por completo.

Pulsé el botón del rebobinado rápido. Las rayas se movieron y danzaron. Después pulsé el botón para volver a activar las imágenes grabadas. Aparecieron rayas. Sólo rayas. Volví a rebobinar la cinta y contemplé las primeras escenas. Los colores eran oscuros a causa de la tenue iluminación, pero la imagen del Dalai Lama preparándose para adoptar la postura del loto era muy clara. La siguiente escena de la meditación había sido eliminada como por arte de magia. Rebobiné la cinta e intenté verla una y otra vez, hasta que la batería empezó a agotarse.

El norirlandés de Derry

Había llegado antes de la hora a la sala de audiencias de Dharamsala para la entrevista que iba a mantener con el Dalai Lama. La espaciosa habitación, amueblada con buen gusto con unos grandes sofás y sillones de estilo indio, obtenía iluminación a través de un bonito equilibrio entre luz natural y artificial. La habitación se encontraba bañada por la brillante luz del sol que penetraba por las grandes ventanas, filtrada en parte por las buganvillas púrpuras y la exuberante vegetación del porche. De la pared, próximas al techo, colgaban ocho tankas tibetanas de vivos colores, cada una de las cuales representaba un aspecto de la diosa Tara.

De pronto, me fijé en un objeto de la habitación que no encajaba con el resto. En el alféizar de una ventana cercana a la entrada, como si la hubieran colocado allí después de pensárselo mejor, había una escultura de cristal macizo del Capitolio de Washington, D. C. Era un objeto pesado de alrededor de medio metro de altura. Me acerqué a él para verlo mejor. Tenía una inscripción en la base. Se trataba del primer Premio anual del Congreso por los Derechos Humanos Raoul Wallenberg que Tom Lantos, el congresista norteamericano, entregó al Dalai

Lama.

El premio, que debía su nombre al diplomático sueco que había salvado a miles de judíos de los campos de concentración nazis, se lo habían concedido el 21 de julio de 1989. Poco menos de tres meses más tarde, el 5 de octubre, el comité noruego de los Nobel anunció en Oslo que el líder tibetano había sido galardonado también con el premio Nobel de la Paz. Adujo que se lo otorgaban por su sistemática oposición a la violencia y su defensa de «las soluciones pacíficas basadas en la tolerancia y el respeto mutuo para conservar la herencia histórica y cultural de su pueblo».

El Dalai Lama, que en aquella época tenía cincuenta y cuatro años, era el primer asiático que recibía el Nobel de la Paz sin tener que compartirlo. Durante el anuncio, Egil Aarvik, el presidente del comité de los Nobel, admitió ante los periodistas que la no violencia no había conseguido la independencia del Tíbet durante las tres últimas décadas. Pero que él creía que no había otra solución honrosa. «Por supuesto ustedes pueden decir que es poco realista», comentó respecto a la no violencia, «pero, ¿cual es la solución para los conflictos en el mundo actual? ¿Acaso la solución está en la imposición de la fuerza y en el poder militar? No... el camino de la paz es realista. Por eso hemos elegido al Dalai Lama, porque es un claro y excelente portavoz de esta filosofía pacifista».

En el corazón de la filosofía pacifista del Dalai

Lama se encuentra su capacidad para cultivar el perdón. Cuando lo conocí hace unas tres décadas, me dijo que había perdonado a los chinos por lo que habían hecho a los tibetanos. En aquella época me sorprendió. Pero ahora deseaba aprender más cosas en esta entrevista. Cuando el Dalai Lama entró en la sala de audiencias y se sentó frente a mí, le pregunté sin ningún preámbulo:

—Su Santidad, yo creía que era natural que estuviera resentido con los chinos y, sin embargo, usted me dijo que no lo estaba. Pero, ¿experimenta al menos alguna vez una intensa animadversión hacia ellos?

—Casi nunca —respondió el Dalai Lama—. Cuando eso me ocurre me digo: si desarrollo malos sentimientos hacia los que me hacen sufrir, esto sólo destruye mi paz mental. En cambio, si les perdono, mi mente se serena. En cuanto a la lucha por la libertad, si la llevamos a cabo sin ira ni odio, perdonando de veras a los chinos, será más eficaz. Hay que luchar con la mente serena, con compasión. A través de la meditación analítica he llegado al convencimiento de que las emociones destructivas como el odio son inútiles. En la actualidad ya no siento ira ni odio. Aunque de vez en cuando todavía experimento un poco de irritación.

Siempre que el Dalai Lama habla sobre el perdón, le gusta poner como ejemplo la historia de Lupon-la, un monje de Lhasa que conoció antes de la ocupación china.

—Después de que yo huyera del Tíbet, los chinos

encarcelaron a Lupon-la —me contó el Dalai Lama—. Estuvo en prisión durante dieciocho años. Cuando al fin lo liberaron, vino a la India. Hacía veinte años que no nos veíamos. Pero él no había cambiado. Se veía mayor, como es natural, pero físicamente estaba bien. A pesar de haber pasado tantos años en la cárcel, seguía teniendo una gran claridad mental. Era el mismo dulce monje de siempre.

Me contó que los chinos lo obligaron a retractarse de su religión. Que lo torturaron durante muchos años en la cárcel. Al preguntarle si alguna vez había sentido miedo, me respondió: «Sí, me daba miedo una sola cosa. Dejar de sentir compasión por los chinos».

Su relato me conmovió y me inspiró mucho.

Tras contármelo, el Dalai Lama hizo una pausa. Se arregló su manto granate y se lo ajustó un poco más alrededor del cuerpo.

—El perdón le sirvió de ayuda a Lupon-la mientras estuvo en prisión. Al perdonar a los chinos, su experiencia con ellos no empeoró. No sufrió demasiado mental ni emocionalmente. Sabía que no podía huir, así que pensó que era mejor aceptar la realidad que dejarse traumatizar por ella.

El Dalai Lama está convencido de que la capacidad de perdonar de Lupon-la le permitió sobrevivir todos esos años en prisión sin que su psique sufriera un daño irreversible. En uno de los viajes europeos que realicé con el Dalai Lama conocí a un hombre cuya vida, al igual

que la de Lopon-la, estaba realzada por el perdón.

EL EUROPA, DE BELFAST, es el hotel más bombardeado de Europa según la guía de viajes del Lonely Planet publicada en el Reino Unido que habitualmente consulto. Fue bombardeado treinta y dos veces durante la época más intensa de los conflictos, la lucha fratricida entre católicos y protestantes en Irlanda del Norte que duró tres décadas. Desde que el hotel instaló ventanas blindadas en 1993, dejaron de bombardearlo.

Después de desayunar en el elegante restaurante y cruzar el vestíbulo de marmol del Europa, recorrí varias manzanas para acudir al deslumbrante Waterfront Hall. Este edificio circular de cristal y granito recién construido guarda un asombroso parecido con *Enterprise*, la nave espacial. Esta sala de conciertos de 52 millones de dólares es un símbolo de la esperanza y la regeneración para el conflictivo Belfast. Y, al igual que el museo Guggenheim de Bilbao, ha hecho que la ciudad figure sin duda en el mapa cultural de Europa.

Había ido al Waterfront Hall para encontrarme con el Dalai Lama. Era la primera vez que el líder tibetano visitaba Belfast. Se hallaba en esta ciudad para participar en una conferencia interconfesional para la paz organizada por el padre Laurence Freeman, un monje benedictino, y

visitar algunos de los puntos conflictivos de Irlanda del Norte.

Me reuní con el Dalai Lama en el salón contiguo a la sala de conferencias. Su Santidad se encontraba de pie junto al padre Laurence y Seamus Mallon, el líder de la facción católica de Irlanda del Norte. Mallon tenía un largo pañuelo blanco alrededor del cuello, un gesto de amistad de los tibetanos. El irlandés, que se encontraba en la mitad de la sesentena pero aparentaba más años, llevaba gafas y tenía el pelo blanco. Era una figura fundamental para el proceso de paz de Irlanda y hacía años que no se había tomado un solo día de fiesta. Quería saber si al visitante tibetano le gustaba Irlanda.

—Es un país muy bello. Y los irlandeses son... —dijo el Dalai Lama tratando de encontrar la palabra inglesa para describirlos.

—Cálidos —apuntó Tenzin Geyche, un hombre bajito aunque de aspecto distinguido, que había sido el asesor del supremo líder tibetano durante casi toda su vida. En el pasado había sido monje, pero hacía un tiempo que había dejado los hábitos.

—Sí, los irlandeses son muy cálidos —observó el Dalai Lama—, pero el muro que existe entre los católicos y los protestantes —añadió él inclinándose hacia Mallon y mirándolo fijamente— es perjudicial. Es como un pequeño muro de Berlín.

El «pequeño muro de Berlín» es una pared de

hormigón y metal de cinco metros de altura, coronada con una doble hilera de alambradas, construida para evitar que los católicos y los protestantes se maten unos a otros. En los puntos estratégicos se han instalado unas cámaras de vigilancia. La desolación que reina en el lugar es fácilmente palpable: a ambos lados hay unos terrenos vacíos cubiertos de escombros, alambradas y decadencia. Los irlandeses llaman a este muro, que no está lejos del centro de Belfast, la línea de la paz.

El Pony Club se encuentra a una manzana de distancia. Sus paredes siguen en pie, pero el tejado se ha derrumbado y se ven las vigas carbonizadas por el fuego de las bombas. Parece como si el edificio llevase varios años en ese estado. La zona es el sueño de los fotoperiodistas. Hay fachadas enteras de casas cubiertas con sorprendentes imágenes de vivos colores de los «Troubles», los grupos paramilitares. La mayoría de ellas glorifican su grito de combate. Hombres enmascarados vestidos de negro que sostienen metralletas contra el pecho. Un retrato de cuatro pisos de altura de Bobby Sands —un famoso miembro del IRA que hizo en 1981 huelga de hambre hasta la muerte en protesta por el despiadado trato que los británicos infligían a los prisioneros de este comando terrorista— reza: «Nuestra venganza será la risa de nuestros hijos».

En el primer día de su visita el Dalai Lama fue al muro para plantar un árbol en Lanark Way. Salió del

coche en el lado protestante; los postes y los bordillos de la calle estaban pintados de azul, rojo y blanco, los colores de la bandera de la Unión Británica (un mes antes habían lanzado bombas pintadas con estos tres colores a las casas católicas). Fue recibido por una gran multitud, formada en su mayoría por niños con uniformes escolares, que agitaban multicolores banderas tibetanas de oraciones. El Dalai Lama los saludó, charló con ellos y les estrechó la mano.

Después Su Santidad se acercó a las pesadas puertas de acero. Mientras la policía, la Royal Ulster Constabulary, las abría de par en par, se escucharon a ambos lados del muro los gritos de alegría de la multitud. Él cruzó lentamente la línea de la paz para ir a la calle Springfield católica, donde lo esperaban más niños sosteniendo en alto una gran bandera de bienvenida. Las puertas normalmente sólo se abren una vez al año: en julio, cuando la Orden de Orange protestante las cruza desfilando hasta llegar al área católica del muro y se encara con los católicos, y desencadena así la tensión que siempre está presente en Belfast.

En la línea de la paz el Dalai Lama dijo a los dos bandos enfrentados que la mejor forma de evitar los conflictos era suavizando las emociones.

«Cuando nos dejamos llevar por las emociones», les dijo, «la mejor parte del cerebro, la del razonamiento, no puede funcionar adecuadamente. Por supuesto, siempre

habrá algunos conflictos, algunas diferencias. Pero hemos de usar las diferencias de manera positiva para intentar obtener energía de los distintos puntos de vista. Intentad reducir la violencia no por medio de la fuerza, sino de la concienciación y el respeto. A través del diálogo, al tener en cuenta los intereses de los demás y compartir los nuestros, podemos resolver los problemas».

El Tíbet ha sufrido terriblemente bajo la ocupación china, de modo que cuando el Dalai Lama habló a la multitud sobre la inutilidad de la violencia, sus palabras se basaban en la profunda experiencia y sufrimiento del pueblo tibetano.

«¿No os parece increíble que unas personas que profesan la misma fe cristiana luchen unas contra otras?», dijo escrutando los rostros de los católicos y los protestantes que tenía ante él. «Parece una estupidez. Al pensar en vuestros problemas la cabeza me da vueltas. Si alguien comparase el budismo con el cristianismo, entonces sí que podría decirse que hay unas grandes diferencias. ¡Pero entre los protestantes y los católicos! ¡Si apenas las hay! Entre vosotros y yo hay más diferencias que las que tenéis entre vosotros. Pero espero que nunca perdáis la esperanza. Yo no puedo hacer nada. El resultado está en manos de las personas de Irlanda del Norte.»

Al final de su charla el Dalai Lama preguntó a la multitud: «¿Os han ayudado mis palabras?». Se oyó una

fuerte aclamación. Y entonces prosiguió: «Si os han ayudado, os ruego que las recordéis. Y si no es así, entonces... —dijo, echándose a reír— olvidadlas».

El Dalai Lama tenía a un lado un ministro protestante y al otro, un sacerdote católico. Hizo que los dos se acercaran y entonces los abrazó. Luego, con un travieso brillo en los ojos, les tiró de la barba a ambos. La multitud se echó a reír encantada. El Dalai Lama siempre ha tenido esta debilidad por las barbas, no puede resistirse a ellas.

The Belfast Telegraph publicó una tira cómica en la página del editorial sobre la visita: tres matones contemplaban al sonriente Dalai Lama fulminándolo con la mirada, mientras él plantaba el arbolito junto a la línea de la paz; el líder de los matones le preguntaba gruñendo: «Sí, ¿pero eres un budista católico o un budista protestante?».

AL DÍA SIGUIENTE, el jefe de la policía de Belfast escoltó por la tarde al Dalai Lama hasta uno de los cómodos despachos del City Hall [el ayuntamiento], un bastión protestante conocido infamemente como el Ulster Hall. El Dalai Lama se dejó caer en una silla y estiró las piernas. El viaje a Derry lo había dejado agotado. Había ido a la ciudad en un avión privado, después de su sesión matinal

en el Waterfront Hall, para dar una charla sobre el perdón a treinta y cuatro católicos y protestantes, todos ellos víctimas de los ataques terroristas que habían causado 3.600 muertes durante los últimos treinta años.

Durante este breve descanso de quince minutos antes del siguiente evento, el Dalai Lama tuvo la oportunidad de reflexionar con el padre Laurence sobre la visita a Derry; en los dos últimos días se habían convertido en inseparables amigos a causa de los ideales que compartían y del mutuo respeto que se profesaban.

El padre Laurence, que llevaba su característico hábito blanco, estaba muy animado. No sé si también estaba cansado, pero no lo daba a entender.

—¿Se acuerda de Richard Moore, del joven de Derry que se quedó ciego a los diez años? —preguntó de pronto el padre Laurence al Dalai Lama.

—¡Y tanto! Es el que perdió un ojo a causa de una bala de goma —observó el Dalai Lama, animándose de repente y enderezando el cuerpo en la silla—. Pero está lleno de ideales, de entusiasmo.

—Como ya sabe, su Santidad es una persona muy alegre —me dijo el padre Laurence girándose hacia mí— y ese hombre también, o sea que los dos contribuyeron mucho a ese encuentro con las víctimas.

—¿Y se acuerda de aquel episodio tan divertido? Usted le preguntó... —dijo el Dalai Lama echándose a reír sin poder terminar la frase y luego se frotó la cara con las

palmas de las manos.

El padre Laurence, que sabía perfectamente a qué se estaba refiriendo el Dalai Lama, siguió la conversación:

—Richard no es completamente ciego, así que le pregunté: «¿qué es lo que puede ver?». Y él me respondió: «Pues veo a la gente, o más bien me la imagino». Y entonces insistí: «¿Y qué aspecto tiene el Dalai Lama?».

—Y yo le dejé que me tocara la cara —añadió el Dalai Lama, frotándosela de nuevo con las palmas con un movimiento circular—. Y entonces él me agarró la nariz —añadió agarrándosela a su vez— y dijo: «¡Oh, qué nariz más grande!» —exclamó el Dalai Lama dando una palmada y echándose a reír con tanta fuerza que su cuerpo se agitó convulsivamente.

—Sí —prosiguió el padre Laurence—. Y entonces usted le preguntó cuánto tiempo tardó en superar el trauma de la pérdida de visión.

—Y él me respondió: «Una noche».

A mí me costó aceptar este hecho. Si yo hubiera estado en la piel de Richard Moore, tal vez habría reaccionado de una manera muy distinta. No me imagino superando esta clase de pérdida con tanta rapidez.

Varios meses después de la visita del Dalai Lama a Irlanda del Norte, hablé por teléfono con Richard Moore, de Derry. Sentía curiosidad por saber cómo era posible que hubiera aceptado tan rápidamente su pérdida de

visión.

—Acepté rápidamente que me había quedado ciego por dos razones —me respondió—. La primera, porque enseguida recibí un gran apoyo de mi familia y mis amigos. Los medios de comunicación locales y nacionales también hablaron mucho de mí. Y los líderes políticos fueron a verme a casa y se preocuparon por mi estado. De la noche a la mañana me había convertido en una persona famosa, e hicieron que me sintiera importante. Y la segunda, porque tuve suerte: he mostrado un carácter alegre desde que nací, siempre he tendido a ser feliz, a sentirme satisfecho con mi situación.

—¿Se deprimió alguna vez? —le pregunté.

—Dos semanas después de salir del hospital —confesó Moore—, mi hermano me llevó a pasear por el patio trasero de casa. Me preguntó si sabía lo que me había pasado. Yo le respondí que sí, que me habían disparado. Él me dijo si yo sabía la lesión que había sufrido. Le respondí que no. Y entonces me dijo que había perdido un ojo y que con el otro tampoco podría ver. Aquella noche lloré amargamente. Lloré porque sabía que no volvería a ver más la cara de papá ni de mamá. Pero eso fue todo. Al día siguiente acepté mi destino.

»Como es natural, también he pasado por momentos difíciles y dolorosos. Cuando nacieron mis hijos, yo estaba allí pero no pude verlos. Y cuando hicieron la primera comunión habría dado cualquier cosa para poder

contemplantolos. Y también hay todas esas mañanas de Navidad... Lo he pagado muy caro y ya no puedo hacer nada por remediarlo. Pero no dejo que me mi ceguera me amargue la vida.

»Mi padre siempre me decía: “No dejes que una nube te arruine un día soleado”.

A mí me resultaba difícil comparar la pérdida de un ojo con una nube pasajera.

—¿Qué sucedió para que le dispararan? —le pregunté.

—Ocurrió el 4 de mayo de 1972; en aquella época tenía diez años, y aquel día hubo algunos disturbios en la calle. Yo me uní a ellos y arrojé una piedra a un grupo de soldados británicos.

Moore se quedó en silencio durante un largo momento.

—Y entonces —prosiguió—, bueno, no recuerdo exactamente qué fue lo que ocurrió. Un soldado disparó una bala de goma cerca de mí y me dio en el ojo derecho. Uno de mis profesores estaba allí, pero no me reconoció debido a lo desfigurada que tenía la cara. Papá subió a la ambulancia conmigo. Pero no dejó subir a mi madre, para evitar que me viera, porque uno de sus hermanos había muerto de un disparo el mes de enero del mismo año, en el Domingo Sangriento.

—¿Qué sintió hacia el soldado que le disparó? —le pregunté.

—Ya sé que es extraño —me respondió él—, pero no sentí resentimiento hacia él, en realidad sentía curiosidad por conocerlo. A decir verdad, creo que lo que más me ha ayudado en la vida es no guardarle rencor, haberlo perdonado totalmente y sin reservas.

La gran capacidad de Richard Moore para perdonar lo llevó hacia unos caminos insospechados en la vida. Hace algunos años inició una organización llamada Children in Crossfire [Niños Atrapados en el Fuego Cruzado], que apoya a los niños afectados de Asia, África y América Latina. Y más recientemente estuvo en Bangladesh ayudando a aplicar el programa de la organización en este país.

Le conté a Moore que al Dalai Lama le había impresionado su capacidad de recuperación, lo que había hecho con su vida. Le pregunté qué es lo que pensaba del Dalai Lama.

—Después de su conferencia matinal en Derry, me invitaron a sentarme a su lado durante el almuerzo —dijo Moore—. Él me sirvió la comida. Me puso un montón de buey al curry y arroz en mi plato y me preguntó si tenía bastante. Después me dio el tenedor y el cuchillo y me mostró dónde tenía el zumo de naranja. Sentí que él irradiaba una gran calidez, una fuerte sensación de amor. No puedo decir nada concreto de Su Santidad, sólo que a su lado me sentí relajado y a gusto.

Después de almorzar, mientras el Dalai Lama

conversaba con los periodistas de la radio, Moore se adelantó hacia el coche del Dalai Lama para esperarlo allí y despedirse de él.

—Al salir del recinto para dirigirme al coche —me contó Moore—, escuché el sonido de alguien que corría tras de mí. Era el Dalai Lama. Corría para darme alcance y estaba jadeando. Y me gritó: «¡Espere a su amigo! ¡Espere a su amigo!». Después nos dirigimos juntos al coche. Me dio un fuerte abrazo y se fue.

EL DALAI LAMA, tras mantener este encuentro con las víctimas irlandesas en Derry, voló de nuevo a Belfast, donde dio una breve charla sobre la importancia de fomentar la armonía en la comunidad católico-protestante desgarrada por los conflictos. Colin McCrory, un niño de doce años con el pelo muy corto, le ofreció un ramo de flores. El Dalai Lama le cogió las manos y se las estrechó vigorosamente. Al final de las ceremonias, Colin, todavía muy emocionado por el contacto que había mantenido con Su Santidad, decidió ir andando a Hazelton Integrated, el colegio protestante en el que estudiaba. Pero cometió un gran error. Debía de haber cogido el autobús con sus amigos. Por el camino se topó con un grupo de unos diez adolescentes que querían saber a qué colegio iba. Después de sonsacarle la verdad, lo arrojaron al suelo y

le patearon la cabeza repetidas veces. Colin sólo se libró de sufrir unas graves lesiones porque una mujer acudió corriendo al lugar e impidió el linchamiento.

Cuando Tenzin Geyche Tethong tuvo noticia de la paliza que el niño había recibido, se lo contó enseguida al Dalai Lama. Su Santidad conocía bien el problema irlandés. El padre Laurence se lo había contado y además uno de los rituales matutinos de Su Santidad en Dharamsala es escuchar las noticias de la BBC.

Pese a todo, aún no estaba preparado para experimentar el odio sectario de una manera tan directa. El niño de doce años hacía muy poco que le había ofrecido un ramo de flores. Se habían estrechado las manos sólo unas horas antes. Al Dalai Lama le afectó mucho el ensañamiento de los agresores y se preocupó por las heridas sufridas por el pequeño en la cabeza. Antes de ir a Belfast, había visitado Budapest, Bratislava y Praga. Pero la agresión del joven Colin fue el peor incidente de todo el viaje. Sacó a relucir la complejidad del problema de Irlanda con más intensidad que ninguna otra cosa.

Fuego en el ombligo

Su Santidad se hallaba junto al arzobispo manteniendo un estrecho contacto con él. El monje tibetano con su túnica granate y el sacerdote anglicano, con su hábito sacerdotal negro, estaban sentados casi con las cabezas tocándose, cogidos firmemente de las manos. Se miraban profundamente a los ojos; ante el mundo parecían dos adolescentes enamorados. Los medios de comunicación se encontraban a unos metros de distancia, detrás de los cordones de terciopelo que les impedían el paso. Habían acudido cadenas de televisión y periodistas de todos los continentes, ya que era un acontecimiento muy poco habitual que treinta y tres laureados con el premio Nobel de la Paz se encontraran reunidos en un lugar, en la deslumbrante sala de banquetes del hotel Holmenkollen de Oslo. Para celebrar el centenario de los premios Nobel de la Paz, Noruega había organizado en diciembre del 2001 la mayor reunión de laureados con este Nobel.

El Dalai Lama y el arzobispo Desmond Tutu estaban manteniendo una íntima conversación antes de la primera sesión matinal del simposio sobre el centenario de los premios Nobel. Yo permanecía de pie detrás de ambos, inclinado hacia delante para intentar captar lo esencial de

su conversación, pese al ruido de las cámaras.

—Acabo de llegar del norte de Noruega, porque la Universidad de Tromsø me ha concedido un título honorario —le decía el Dalai Lama al arzobispo Tutu—. Ha sido una experiencia peculiar. En otra ocasión la Universidad de Boloña, en Italia, la más antigua de Europa, me concedió otro título honorario. Allí es toda una institución. Cuando me conceden un título de esta clase, aparte de ponerme una bella toga, también tengo que ponerme un anillo. En aquella ocasión dije ante el público: «Los monjes budistas tenemos prohibido llevar anillos, pero hoy me lo pondré porque forma parte de la ceremonia». Y me lo dejé puesto un ratito.

—Sí, fue un bonito detalle —respondió el arzobispo Tutu—. Y estoy seguro de que puede vendérselo y ganar un buen dinero con él.

Los dos se echaron a reír, al principio con unas risitas suaves, pero que enseguida se convirtieron en espléndidas risotadas. Su Santidad, con unas graves carcajadas de barítono, y el arzobispo con una voz aguda y chillona. Su risa desinhibida y contagiosa culminó en un clímax ciclónico que hizo temblar la puerta cristalera de la gran sala. Todo el mundo dejó lo que estaba haciendo para mirarlos.

De pronto se me ocurrió que, pese a las diferencias del color de la piel y la edad (Tutu es cuatro años mayor), los dos eran idénticos en cuanto a su temperamento.

Ambos tienen la extraña habilidad de entregarse por completo a una situación y divertirse de una manera libre y espontánea, de reírse de las cosas más mundanas al apreciar siempre su lado divertido.

Una de las periodistas cruzó el cordón de terciopelo y se acercó a ambos, con el cámara a la zaga.

—¿Puedo hacerle una pregunta? —le dijo al Dalai Lama.

—¿De dónde es usted? —preguntó él levantando la vista.

—De la televisión noruega. Su Santidad, ¿qué es para usted lo más especial que ha ocurrido en el 2001?

—Creo que las asombrosas noticias, la impactante experiencia del 11-S —respondió el Dalai Lama—. Sobre todo las imágenes que vi en la televisión, el avión civil lleno de inocentes pasajeros, cargado de gasolina, que se utilizó como una bomba. Es increíble. Y el hecho de haber planeado algo así, si no durante años, al menos durante muchos meses. Sentí que la inteligencia humana que había detrás de esos actos estaba guiada o controlada por el odio, ¡fue un desastre!

El arzobispo Tutu asintió vigorosamente con la cabeza.

—Así que tenemos la especial responsabilidad de fomentar las emociones humanas positivas, ¿verdad? —dijo el Dalai Lama al arzobispo.

—Tiene razón. Tiene razón. Estoy de acuerdo con

usted —respondió Tutu, dando varias palmadas.

EL ALMUERZO PARA los laureados y los asistentes al simposio tuvo lugar en el restaurante principal del hotel Holmenkollen. Después de la sesión matinal, el arzobispo Tutu y yo entramos juntos a la elegante sala del restaurante. Él sabía que yo viajaba con el Dalai Lama y tuvo la delicadeza de sugerirme que comiera con él. Nos sentamos en una mesa próxima a la entrada. Casi al instante se unió a nosotros Colm O'Cuanachain, el presidente de Amnistía Internacional, la organización galardonada con el premio Nobel de la Paz en 1977, seguido de Cora Weiss, la actual directora de la Oficina Internacional para la Paz, galardonada con el premio Nobel de la Paz en 1910. Un camarero se acercó a nosotros y nos preguntó qué queríamos beber.

—Gracias, muchas gracias —le dijo el arzobispo Tutu—. Ahora lo que tengo es mucha hambre. ¿Eso ayuda a que te sirvan antes la comida?

—Intentaré traérsela lo antes posible —respondió el camarero noruego.

—Gracias, gracias —dijo el arzobispo Tutu estallando en otra de sus características carcajadas.

Yo me sentía nervioso en compañía de personas tan ilustres. Pero estaba decidido a preguntarle al arzobispo

qué opinaba del líder tibetano.

—¿Qué impresión tiene del Dalai Lama? —le pregunté levantando demasiado la voz y O’Cuanachain y Weiss se giraron para mirarme.

—Es una persona maravillosa. Me encanta —respondió Tutu en el acto—. Los dos tenemos un tremendo sentido del humor; en nuestro interior hay un niño pequeño que intenta salir. Jesús dijo: «En verdad os digo, si no os hiciereis como niños, no entraréis en el reino de los cielos». Los niños tienen esta capacidad de maravillarse, al igual que el Dalai Lama. Él también irradia esta transparente santidad. Se le da el título de Santidad, pero lo cierto es que es un hombre santo. Los jóvenes sobre todo lo encuentran irresistible. Y son los que tienen la habilidad de captar rápidamente si eres auténtico o no. Y ven que el Dalai Lama es sincero.

—Usted tiene esa química tan especial con él —proseguí—. Cuando los dos se reúnen, son como dos niños jugando. ¿Cómo es que se establece esa clase de relación tan especial entre ustedes dos?

—No lo sé, no lo sé —respondió Tutu—. ¿Por qué dos personas se enamoran? Simplemente pasa. Dos personas sintonizan, la alquimia es un enigma. Por qué yo he congeniado con él y él conmigo es uno de los gloriosos misterios de... digamos que de la gracia divina —al traer el camarero una cestita con pan, murmuró una rápida oración.

—Con su experiencia del *apartheid*, ¿qué puede decir sobre los tibetanos y los chinos? —pregunté al arzobispo, mientras éste comía con fruición un panecillo noruego.

—Una de las cosas más importantes es que los sudafricanos negros creemos fervientemente que ganaremos —repuso Tutu. Yo sentía que los otros laureados de la mesa escuchaban atentamente nuestra conversación—. Cuando crees en algo... a veces te aferras a ello con uñas y dientes. Sobre todo en los aciagos días en los que celebrábamos un funeral tras otro. Tenemos suerte: nuestra gente posee una increíble capacidad para reír. Somos capaces de reírnos incluso en las situaciones más extremas. Incluso de reírnos de nosotros mismos. En cuanto a los chinos, acabarán perdiendo. Y, además, perderán cualquier respeto que el mundo haya tenido hacia ellos. Si no dejan que los tibetanos tengan una verdadera autonomía, van a terminar pagando cara su decisión.

El camarero llegó con un gran plato de pescado y verduras para Tutu. Pero a nosotros no nos había traído nada.

El rostro del arzobispo se iluminó.

—Muy bien hecho, muy bien hecho. Dios te bendiga. Muy amable —dijo al camarero—. Este hombre es muy inteligente, muy inteligente —comentó a los que estábamos en la mesa y luego estalló en carcajadas; sus

enormes fosas nasales se ensancharon y sus ojitos desaparecieron.

—Enseguida les servirán, amigos míos. Ya lo verán —el inesperado paroxismo de alegría puso nervioso al camarero.

—He utilizado un poquito de la influencia que tenemos en nuestra línea directa. Le he dicho que mis amigos también necesitaban beneficiarse de la amabilidad con la que nos están tratando —nos explicó Tutu aún riendo.

—Pues aún no nos hemos beneficiado de ella —observó O’Cuanachain. Yo podía oír su estómago gruñendo.

—Pronto ocurrirá, pronto ocurrirá —le aseguró Tutu, justo antes de que el camarero llegara con otra bandeja de comida.

ENTRE 1995 Y 1997 el arzobispo Tutu fue el presidente de la Comisión de Verdad y Reconciliación de Sudáfrica. ¿En qué consistía su trabajo? En escuchar los relatos de 21.000 testigos acerca de los abusos y las atrocidades cometidos durante la época del *apartheid*. En algunas ocasiones él lloraba abiertamente tras escuchar las historias de las torturas, como algunas personas a las que les habían quemado los genitales con sopletes. ¿Cuál fue

su misión? Tuvo que perdonar a los perpetradores para promover la curación.

La gente decía: «Tutu ha dicho “quizá debemos abrir las heridas y lavarlas para que no se enconen. Verter bálsamo sobre ellas. Y entonces quizá, quizá se curen. El perdón tiene un precio. Y la reconciliación no es fácil. Pero con el perdón le estamos abriendo la puerta a alguien. Alguien que estaba encadenado al pasado, para que pueda romper las cadenas y cruzar la puerta que lo lleva hacia un nuevo futuro”».

En el 2004 Tutu, mientras participaba en un foro con el Dalai Lama en la Universidad de Columbia Británica, habló sobre sus experiencias en la Comisión.

Muchas veces a la gente le conmovían los ejemplos, sobre todo los ejemplos de personas que habían sufrido muchísimo y que en lugar de exigir la «cabeza» del agresor, se habían comportado de una forma extraordinaria.

Una joven mujer negra vino a vernos y nos contó la siguiente historia: «La policía llegó y me llevó a la comisaría. Me obligaron a entrar en una habitación y me desnudaron. Me acercaron a un cajón y me hicieron meter los pechos en él. Y luego lo cerraron varias veces golpeándome los pezones hasta que rezumó de ellos un líquido blancuzco». Uno se imagina que alguien que ha vivido esta clase de atrocidades estará amargado, que ansiará vengarse. Pero a menudo muchas personas como ella dicen estar dispuestas a perdonar. Mientras permanecemos sentados escuchándolas, recibimos una profunda, una profundísima lección de humildad, porque tenemos el privilegio de escuchar a unas personas que tienen todo el derecho a sentirse airadas, resentidas y vengativas y, en lugar de ello, anhelan con todo su corazón perdonar a los demás.

En una ocasión ocurrió un episodio llamado la masacre de Bisho, en

la que murieron entre treinta y cuarenta personas, y doscientas fueron heridas. Mantuvimos una sesión pública en una enorme sala, que estaba llena a rebosar de personas furiosas; muchas de ellas habían sido heridas en el incidente o habían perdido a algún ser querido. Entraron cuatro oficiales que habían disparado y matado a la gente. En la habitación se podía sentir la tensión, la ira. Llegaron y se sentaron en la sala, nosotros nos encontrábamos en medio de ella. Uno de los oficiales, un hombre blanco, los otros tres eran negros, se levantó y dijo: «Sí, nosotros ordenamos a los soldados que disparasen».

El ambiente se caldeó de pronto en la sala. La tensión era tan palpable que podía cortarse con un cuchillo. Y entonces el oficial dijo: «Por favor, perdonadnos. Os ruego que perdonéis a mis tres compañeros y que volváis a aceptarlos en la comunidad». Cualquiera creería que los asistentes habrían estallado en cólera. ¿Pero sabéis lo que hicieron? Se pusieron a aplaudir. Fue increíble. Aplaudieron. Y cuando los aplausos cesaron, yo dije: «Mantengámonos en silencio unos momentos, porque estamos en presencia de algo sagrado. Nos encontramos en un lugar sagrado. Al estar en él deberíamos descalzarnos, como hizo Moisés».

El arzobispo Tutu acabó convencido de que es primordial perdonar a los demás al presenciar esta antiquísima muestra de sabiduría. Tal como Tutu lo expresó durante el diálogo que mantuvo con el Dalai Lama en Vancouver: «En nuestro país hablamos de algo llamado *ubuuntu*. Cuando yo deseo elogiarlo a usted, el mayor elogio es decirle que tiene *ubuuntu*: aquello que se requiere para ser un ser humano. Una persona con *ubuuntu* reconoce que existe porque los demás existen: que es una persona a través de las otras. Tener *ubuuntu* significa ser una persona amable, compasiva, hospitalaria y solidaria que se preocupa por el bienestar de los demás. Y es así

porque sabe que su humanidad depende de lo humana que sea con los demás. De modo que al deshumanizar a alguien, nos guste o no, inexorablemente nos estamos deshumanizando a nosotros mismos. Ya que sólo podemos ser humanos, ser libres, cuando lo somos todos. Perdonar es en el fondo lo mejor que podemos hacer por nosotros mismos».

UN MES DESPUÉS de la reunión de los premios Nobel en Oslo, mantuve una entrevista más extensa con el Dalai Lama en Dharamsala. Mientras él me hablaba del concepto de perdonar a los demás, me contó la historia de Lobsang Tenzin, un budista tibetano cuyo desarrollo espiritual había avanzado enormemente al perdonar a los chinos de todo corazón.

«Tenzin era uno de los líderes de su pueblo y luchaba por la paz del Tíbet en el área de Pempo», me dijo el Dalai Lama. «Los chinos lo capturaron en 1959 y lo encarcelaron. Más tarde huyó a la India. Al principio no sabía nada sobre budismo. Pero de algún modo desarrolló por sí solo la práctica del *tumo*, el calor interno. Sólo empezó la práctica budista en una avanzada época de su vida».

Mientras Tenzin meditaba en una cueva de una montaña que se elevaba por encima de Dharamsala vio

una intensa luz. Era el primer signo de que su práctica tántrica estaba teniendo éxito. Cerró los ojos para ver si la luz desaparecía. Pero no fue así, sino que se volvió más intensa aún. Tenzin también tuvo visiones de un bello conjunto de flores. Y luego sintió en la zona del ombligo una oleada de calor, como un fuego chispeante. Al concentrarse en él, descubrió que podía expandir o contraer la bola de fuego e influir sobre su movimiento. La llevó hasta la zona del corazón, la mantuvo allí y meditó un poco más. Al mantenerla en su corazón experimentó una nueva sensación: descubrió que ahora era inmune al cortante frío. Se quedó maravillado con esta experiencia, con su nueva habilidad para generar calor interno: el tumo.

Después de seguir con su práctica meditativa durante cerca de un año, advirtió que su meditación había alcanzado otro nivel: el calor psíquico se había vuelto más poderoso y podía generarlo con más facilidad. Descubrió que ahora podía llevar la energía del calor al canal central [de energía] de su cuerpo. En cuanto lo hizo, alcanzó un profundo y duradero estado de gozo.

A principios de la década de 1980 el Dalai Lama dijo a Tenzin, que en aquella época ya había cumplido los cuarenta, que debía concentrarse en el tumo como un componente fundamental de su práctica espiritual. Como Su Santidad le había sugerido hacer esta práctica, Tenzin fue a ver a un famoso maestro de tumo, el lama Khyentse

de Manali, una pequeña ciudad situada en lo alto de las montañas del Himachal Pradesh, en la India.

«Los discípulos del lama Khyentse practicaban tumo durante un año entero, empleando la técnica de secar sábanas mojadas. Lo practicaban incluso en los días más fríos —me contó el Dalai Lama—, casi completamente desnudos. Primero sumergen las sábanas en agua de nieve y luego se cubren el cuerpo con ellas y se ponen a meditar. Al cabo de minutos, sale vapor de las sábanas. Y en menos de una hora están completamente secas. Entonces las vuelven a sumergir y se cubren el cuerpo de nuevo con ellas. En una noche secan de diez a trece sábanas con esta práctica. Un día el doctor Herbert Benson de Harvard se interesó por el tumo y fue con su equipo a Dharamsala para hacer algunas pruebas a los expertos en esta técnica que vivían en las montañas. Quedaron muy impresionados por la habilidad de Tenzin de generar calor corporal y lo invitaron, con mi permiso, a hacerse unas pruebas en Harvard.»

Karma Gelek, un joven monje que hablaba inglés con fluidez, acompañó a Tenzin a Estados Unidos. Me contó que el viaje que realizaron en 1985 fue muy difícil. Tenzin llegó a Boston sufriendo una profunda descompensación horaria. Estaba agotado y quería posponer los experimentos de tumo hasta haberse aclimatado. Pero el laboratorio del doctor Benson tenía un programa muy ajustado y las pruebas no podían retrasarse, de modo que

se realizaron al día siguiente.

Tenzin fue sometido a una exhaustiva serie de pruebas en el laboratorio, con una temperatura similar a la de una cámara frigorífica. Los investigadores llevaban plumones debajo de la bata blanca, pero a Tenzin le hicieron sacarse toda la ropa de la parte de arriba y quedarse sólo con una fina camiseta de algodón. Las pruebas duraron una eternidad. Según Gelek, durante la sesión Tenzin pasó muchísimo frío.

Cuando por fin entró en un profundo estado de meditación, su consumo de oxígeno descendió de manera espectacular en paralelo a la actividad de su metabolismo; sólo necesitaba respirar cinco o seis veces por minuto, comparado con las trece o catorce que respiraba normalmente. Al generar el tumo, la temperatura de su cuerpo se elevó unos diez grados. El doctor Benson escribió más tarde en su estudio sobre los practicantes de tumo (*Mind-Science: An East-West Dialogue*, el Dalai Lama *et al.*, Wisdom Publications, 1991): «Lo que estamos descubriendo con estos experimentos es que los procesos meditativos producen unos asombrosos cambios fisiológicos en el cuerpo. Estos cambios tienen unas consecuencias directas sobre la salud... y cualquier trastorno está causado o fomentado por el estrés».

La historia de Lobsang Tenzin me intrigaba. Me preguntaba cómo un líder que había luchado por la libertad, un hombre acostumbrado a quitar la vida a otros,

podía desarrollar una habilidad espiritual tan poderosa en una época de su vida relativamente avanzada. Ya que la mayoría de monjes tibetanos, por ejemplo, habían empezado su formación en un monasterio cuando tenían seis o siete años.

Karma Gelek me contó que Tenzin creía que su práctica espiritual había empezado y mejorado de forma espectacular durante la época en que había estado en la prisión china. Fue en esa difícil etapa de su vida cuando tuvo dos percepciones interiores: en primer lugar, comprendió que su sufrimiento en la prisión se debía al karma, a las atrocidades que había cometido contra los chinos. Y, en segundo lugar, intuyó que si dejaba que lo consumiera el odio hacia los chinos, si seguía concentrándose en la venganza, terminaría perdiendo la razón.

Aunque Tenzin no podía evitar que los chinos lo torturaran físicamente, acabó comprendiendo que al menos era dueño de su salud mental. Su propia actitud, su forma de reaccionar a su estremecedora situación, era lo único que podía hacerle sufrir psicológicamente. Sabía que si lograba desarrollar un sentimiento neutro —o mejor aún, un sentimiento positivo— hacia sus capturadores, podría dormir por la noche. Y que entonces, por más que los chinos lo torturaran, su mente sería siempre un seguro refugio donde guarecerse.

Según Gelek, Tenzin sublimó su odio hacia los

chinos. Simplemente los perdonó. Y, con el paso del tiempo, incluso desarrolló una verdadera compasión por ellos. Y ése fue su secreto, lo que le permitió sobrevivir al duro encarcelamiento sin que apenas se resintiera su salud mental. Mientras estaba en la cárcel acabó creyendo en el curativo poder del perdón. Gelek piensa que aquello fue lo que le permitió hacer este enorme progreso en su práctica espiritual. Y su habilidad en el tumo también aumentó muchísimo con ello.

—¿A SÍ QUE EL SER CAPAZ de perdonar a los enemigos afecta a tu propio progreso espiritual? —le pregunté al Dalai Lama.

—Sí, sí, sin duda —me respondió—. Es primordial, una de las cosas más importantes. Te puede cambiar la vida. Para reducir el odio y otras emociones destructivas, has de desarrollar las emociones contrarias: la compasión y la bondad. Si tienes una gran compasión, un gran respeto por los demás, te resulta mucho más fácil perdonarlos. Por eso yo no quiero hacer daño a nadie. El perdón te permite sentir estas emociones positivas, y éstas a su vez te ayudan a desarrollarte espiritualmente.

—¿Utiliza alguna técnica especial de meditación para ello? —le pregunté.

—Uso una técnica de meditación llamada «dar y

tomar» —me explicó el Dalai Lama—. Visualizo que envío a los demás emociones positivas, como felicidad y afecto. Y que absorbo su sufrimiento, sus emociones negativas. Lo hago cada día. Y presto una especial atención a los chinos, sobre todo a los que hacen cosas terribles a los tibetanos. Así que, mientras medito, inhalo toda su ponzoña: el odio, el miedo y la crueldad. Y exhalo emociones positivas, como compasión y perdón. Inhalo todas las cosas negativas y reemplazo esos venenos exhalando aire fresco. Es la práctica de dar y tomar. E intento sobre todo no culpar a nadie, no culpo a los chinos ni tampoco me culpo a mí mismo. Esta meditación es muy eficaz, muy útil para disminuir el odio y cultivar el perdón.

La persona más altruista

La celebración del centenario de los Nobel en Oslo estaba en pleno funcionamiento. Yo estaba sentado en el salón-bar de la primera planta del venerable hotel Holmenkollen, que estaba lleno de gente, esperando a Lodi Gyari Rimpoché, el enviado especial de Su Santidad el Dalai Lama, para tomar algo con él. Podía ver a Elie Wiesel, el autor que escribió un libro sobre el Holocausto, laureado con el Nobel de la Paz, conversando animadamente con un compañero, totalmente ajeno al bullicio a su alrededor. José Ramos Horta de Timor Oriental, otro laureado, se encontraba en la mesa de al lado, donde un par de periodistas lo estaban entrevistando.

Desde mi mesa tenía una buena vista del vestíbulo del hotel. En la entrada se habían instalado unos detectores de metales. Media docena de policías noruegos, vestidos impecablemente con sus ajustados uniformes, registraban a todos los que entraban. Durante esta clase de celebraciones se despliegan unas grandes medidas de seguridad. Antes, mientras me dirigía al Holmenkollen, había divisado varios policías con rifles de alta precisión, protegidos con chalecos antibalas,

apostados en los puntos estratégicos del tejado. Un par de cazas F-16 se encontraban listos para despegar por si fuera necesario. Durante los dos días siguientes se cerró el tráfico aéreo sobre una zona de Oslo.

Lody Gyari llegó quince minutos tarde y un poco agobiado. Acababa de mantener una reunión con el Dalai Lama y Richard Holbrooke en la suite del hotel donde se alojaba el monje tibetano. Holbrooke, el diplomático americano que había negociado el tratado de paz de los Balcanes en 1995, se encontraba en la ciudad con motivo de las celebraciones. Como de costumbre, Lodi vestía un elegante traje entallado, quizá de Savile Row. De facciones redondeadas y constitución corpulenta, tenía el cuidado y correcto aspecto de un hombre de negocios asiático sumamente próspero.

Lody Gyari, junto con Tenzin Geyche Tethong, es uno de los consejeros más allegados al Dalai Lama. Después de su jefe, Lody Gyari es probablemente el defensor más eficaz de los tibetanos en Occidente. Yo quería recoger algunas impresiones sobre el líder tibetano de un hombre que ha sido su confidente durante cuatro décadas.

—¿Cómo es trabajar para el Dalai Lama? —le pregunté.

—Todo el mundo sabe que Su Santidad es muy compasivo —repuso Gyari—. Pero al mismo tiempo es un hombre muy tenaz; todos los que trabajamos en su entorno lo sabemos. Es lo que hace que personas como yo nos

sintamos atraídas por él.

—Por su fuerza —observé.

—Sí, sin duda tiene una compasión inmensa. Pero, para serle sincero, él no es un jefe fácil con el que trabajar. Y el listón con el que te mide es altísimo. Sé muy bien que trabajo para alguien con unos elevados ideales. Y me alegro, porque así me refrena. Sé que con él no cruzaré ciertos límites en mi conducta personal.

»Le voy a contar algo que sucedió durante el incidente de la plaza de Tiananmen —agregó Lodi Gyari—. Cuando ocurrió la tragedia, yo era su ministro de asuntos exteriores. En aquella época, a pesar de las diversas vicisitudes, estábamos a punto de entablar un diálogo con los chinos. Yang Minfu era el jefe del Departamento del Frente Unido Laboral y de algún modo habíamos logrado volver a establecer contacto con él. En principio se había acordado una reunión preliminar en Hong Kong, en la cual se establecería el lugar y la fecha de las negociaciones.

»Yo sabía que no había nada más crucial para el Dalai Lama y los otros tibetanos exiliados que convencer a los chinos de que aceptaran que nos sentásemos a la mesa de negociaciones. Todo el trabajo de las últimas cuatro décadas había estado orientado a este objetivo. Muchos tibetanos, al reflexionar a fondo sobre ello, coinciden en que un verdadero acercamiento con los chinos es la única forma de salvar el estilo de vida

tibetano y de impedir que el Tíbet reciba una gigantesca avalancha de trabajadores de aquel país. Pero pese a la imponente autoridad moral del Dalai Lama, los chinos raras veces dan señales de desear mantener un diálogo con nosotros.

»Yo estaba muy ocupado preparando aquellas negociaciones —prosiguió Gyary— y entonces sucedió el incidente de la plaza de Tiananmen. Lo recuerdo muy bien. En aquel momento me encontraba en mi hogar, en Dharamsala. Uno de los chóferes de Su Santidad vino a buscarme con el coche, había de presentarme de inmediato en el palacio. Me puse rápidamente la túnica tibetana; el chófer tenía instrucciones de llevarme a la residencia de Su Santidad en lugar de conducirme al despacho. Cuando llegué, Tenzin Geyche ya me estaba esperando. Los dos fuimos directos a la habitación del Dalai Lama.

»Por primera vez en mi vida vi a Su Santidad agitado, muy agitado. Cuando entramos ni siquiera se giró para saludarnos. Parecía Napoleón. Tenía las manos unidas detrás de la espalda y estaba absorto en sus pensamientos. Nos recibió con los habituales saludos y luego nos preguntó enseguida: “¿Lo habéis visto? ¿Lo habéis visto?”.

»Claro que lo habíamos visto. Por la televisión no se hablaba de otra cosa, sabíamos a lo que se refería. Así que le dijimos que sí. Entonces él respondió: “Vosotros

dos vais a redactar el comunicado que deseo emitir: mi más fuerte condena al gobierno chino y a su política de tratar brutalmente a su propia gente, mi apoyo incondicional a los jóvenes de la plaza de Tiananmen”.

»Mi egoísta mente tibetana enseguida dijo: “¡Oh, no!, esto va a arruinar cualquier oportunidad de llegar a unas negociaciones, algo por lo que hemos estado trabajando duramente a lo largo de cuatro décadas”. Su Santidad se volvió, leyó mi lenguaje corporal en el acto y me dijo de manera cortante: “¿Qué ocurre?”. Yo le respondí: “Su Santidad, como comprenderá este comunicado invalidará nuestro trabajo para llegar a unas negociaciones quizá durante mucho tiempo”. Sentí que él ponderaba mi punto de vista y por un breve instante creí que iba a cambiar de postura. Pero entonces dio media vuelta. Sentí una intensa energía, como la de un tigre. Y respondió: “Sí, es cierto, tienes razón. Pero si no digo lo que pienso ahora, no tendré el derecho moral de hablar nunca más sobre la libertad y la democracia. Estos jóvenes sólo están pidiendo exactamente lo que yo he estado pidiendo. Y si yo no puedo hablar por ellos —Lodi vaciló, buscando en su memoria las palabras correctas—, me sentiré avergonzado de hablar nunca más sobre la libertad y la democracia”.

Lodi se quedó en silencio. Como de costumbre intenté mantener una expresión impasible. Pero me resultó difícil. La respuesta del Dalai Lama me había llegado al

alma. Su Santidad había antepuesto el bienestar de los estudiantes chinos a las esperanzas de sus compatriotas. Desvié la mirada. Mientras tanto, en el abarrotado salón-bar el murmullo de las conversaciones seguía ajeno a nuestro diálogo.

—Sentí un tremendo respeto por Su Santidad —prosiguió Gayri—. También me sentí muy pequeño, muy egoísta. Al verlo en retrospectiva me doy cuenta de que yo estaba en lo cierto al decirle a Su Santidad que su postura destruiría las negociaciones. Deng Xiaopeng nunca se lo perdonó. Más tarde nos enteramos de que se lo había tomado como algo personal. Pero son esta clase de cosas las que hacen que me sienta orgulloso de servir a Su Santidad, porque él es sincero. Cree en lo que predica y actúa en consecuencia.

L ODY GYARI Y YO habíamos estado charlando en el salón-bar del hotel Holmenkollen durante más de una hora. Gyari era un maravilloso narrador y yo escuchaba atentamente cada una de sus palabras. De pronto, en el vestíbulo se oyó un cierto alboroto. Al mirar hacia abajo por encima de la barandilla, vimos que el arzobispo Desmond Tutu acababa de entrar en el hotel. El sudafricano, que lucía su hábito escarlata, esbozaba una amplia sonrisa e irradiaba una inmensa buena voluntad.

Al volver a tomar asiento, Gyari prosiguió su historia:

—La primera visita de Su Santidad a Europa fue en 1973. En aquella época yo era muy joven, muy radical. En la mitad de nuestra visita de seis semanas, nos encontrábamos en Suiza y Su Santidad se alojaba en una casa privada cerca de Zúrich. Yo empecé a sentirme frustrado porque él había hablado muy poco del Tíbet en público.

—¿Su Santidad sólo se dedicaba a hablar de religión? —le pregunté.

—Se dedicaba a hablar de los temas que siempre trata: la responsabilidad universal, la compasión y el buen corazón. Pero mucha gente deseaba conocer el problema del Tíbet. Sentí que no estaba haciendo lo suficiente por los tibetanos. Recuerdo bien la casa en la que se alojaba, un chalet enorme lleno de bellas ventanas con vidrieras. A primeras horas de la mañana me dirigí a su habitación. Él supo en el acto que yo estaba agitado, que algo me preocupaba.

—Podía leerle la mente muy bien —observé.

—Sí. Me preguntó: «¿Qué ocurre?», y yo le respondí: «Su Santidad, creo que debería hablar más sobre el Tíbet. Ahora tiene una maravillosa oportunidad para hacerlo, hemos de contarle al mundo más cosas sobre el sufrimiento de nuestra gente». Y él me respondió: «Es cierto, sí, te comprendo. En realidad, yo también pensaba

lo mismo. Pero como debes saber, estas personas ya tienen muchas preocupaciones en la cabeza. Vienen a verme con la falsa esperanza de que los liberaré de su carga, algo que no puedo hacer. Siento que no tengo ningún derecho a agobiarlos con una carga más: la mía». Al oírlo se me empañaron los ojos.

Lodi Gyari hizo una pausa y desvió la mirada. Pude ver que se había emocionado al recordarlo. Había llegado la hora de irse. Al levantarnos, me dijo, mirándome a los ojos:

—Victor, estoy seguro de que Su Santidad es la persona más altruista que conozco.

Gyari me dio un fuerte abrazo y después salió del hotel para dirigirse hacia el coche que lo estaba esperando. Se iba a perder la mayor parte de las celebraciones del histórico centenario de los premios Nobel en Oslo. Como siempre, tenía que tomar un avión.

Ningún patito de goma

En el templo privado del Dalai Lama, en Dharamsala, había una atmósfera de excitación. Se había transformado durante cinco días en un auditorio para la Décima Conferencia sobre la Mente y la Vida. Steven Chu, el americano galardonado con el premio Nobel de Física, era el centro de todas las miradas. Se sentó en el asiento del presentador, a la derecha del Dalai Lama; a su espalda había un alto jarrón de bronce lleno de flores recién cortadas. Chu empezó a hablar para explicar al Dalai Lama y a los invitados allí congregados la sutil relación existente entre las matemáticas y la mecánica cuántica.

«¿Qué son las matemáticas?», empezó preguntándole al líder tibetano. El Dalai Lama no se esperaba esta pregunta, me di cuenta de que estaba un poco desconcertado. Al no responder, Chu prosiguió diciendo: «Bueno, a la mayoría de la gente le dan miedo las matemáticas».

Los presentes rompieron a reír. Con dos breves frases había conseguido hacer que todo el mundo se sintiera cómodo. Eric Lander, el genetista de Boston, sentado a la derecha de Chu, cruzó sus fornidos brazos sobre el pecho. El Dalai Lama, sentado en un cómodo

sillón en su habitual postura del loto, sonreía mientras se balanceaba ligeramente de un lado a otro.

Chu pulsó una tecla de su portátil, colocado frente a él sobre una mesita. En la pantalla instalada para la ocasión en uno de los extremos de la sala, apareció una diapositiva con tres filas de patitos amarillos de goma: en la primera había uno; en la segunda, dos, y en la tercera, tres. «Se trata de un objeto funcional. Se llama patito de goma. Sirve para meterlo en la bañera», dijo Chu, señalando con una luz láser roja el patito de la primera fila. «Así que hay un patito, dos patitos, tres patitos. Podemos ir sumando patitos...»

La pequeña sala de conferencias se convirtió en un verdadero jolgorio. Lander estalló en carcajadas dándose unas palmadas en los muslos. Chu no pudo terminar la frase; su prominente nuez de Adán se movía de arriba abajo por el ataque de risa. Durante un minuto o dos perdió el control, su delgado cuerpo se agitaba convulsivamente.

El balanceante Dalai Lama aún seguía esbozando una sonrisa, pero que parecía la de una esfinge. Se veía confundido, no parecía el mismo de siempre. Yo había creído que sería el que más se reiría, pero no fue así.

Thupten Jinpa, el traductor del Dalai Lama, se inclinó hacia él y le habló en tibetano.

Se me ocurrió que quizás el Dalai Lama no entendía esa broma de nuestra cultura. Probablemente de pequeño

nunca había jugado con un patito de goma en la bañera. Los patitos de goma no suelen conocerse en el Tíbet. Él simplemente no podía entender por qué se reía la gente.

«Podemos comprobarlo experimentalmente», gritó el genetista retorciéndose aún de risa.

«De hecho ya se ha comprobado así en muchas, muchísimas ocasiones», dijo Steve Chu esforzándose por no reírse. «En cierto modo, ésta es la realidad. Sabemos sumar patitos. Ahora bien, si tenemos dos patitos y sacamos uno, nos queda un patito. Pero si tenemos un patito: ¿podemos sacar dos?» Miró al Dalai Lama, se encogió de hombros y, extendiendo los brazos, preguntó: «¿Qué ocurre entonces? Pues que de pronto surge algo nuevo. El proceso de la resta nos llevó a los matemáticos a inventar los números negativos. Entonces creamos unas normas: como las de la suma y la resta, por ejemplo. Lo cual nos llevó a unas complejas cifras... unas cifras que incluyen la raíz cuadrada de menos uno. Y estas complejas cifras son las que nos permiten describir la mecánica cuántica».

La Oficina Privada del Dalai Lama me había dado permiso para asistir a la conferencia de Dharamsala. En total unas quince personas —integradas por los científicos, los asistentes invitados y un pequeño grupo de monjes tibetanos— llenábamos aquella pequeña sala situada en el complejo residencial del Dalai Lama. El tema de la conferencia era «La naturaleza de la materia, la

naturaleza de la vida» y entre los presentadores había científicos de fama mundial especializados en complejidad, investigación genómica, biología evolutiva, filosofía budista y, por supuesto, física. Desde el año 1987 se habían estado realizando con regularidad unos encuentros entre el Dalai Lama y un variado grupo de neurólogos, físicos y filósofos occidentales. Los diálogos del pasado han generado diversos proyectos científicos de investigación y producido asimismo numerosas publicaciones.

Me encantó la natural camaradería que se estableció entre los científicos y disfruté mucho con el sentido de humor de Steve Chu. El físico de aspecto jovial había sido galardonado, junto con otros dos científicos, con el premio Nobel en 1997. Había encontrado una forma de usar la luz láser para enfriar los gases, reduciendo la velocidad habitual de los átomos de 4.000 kilómetros por hora, a temperatura ambiente, a dos centímetros en el mismo espacio de tiempo. Después los mantuvo flotando en una especie de trampa para átomos, con la luz láser funcionando de un modo que él había llamado «melazas ópticas».

Era evidente que Chu estaba entusiasmado por encontrarse en Dharamsala. Le encantaba la idea de explicar la materia y la vida al Dalai Lama desde el punto de vista de un físico. Poco antes de ponerse a contar su teoría de los patitos de goma, había recordado al líder

tibetano su primer encuentro.

«Su Santidad», dijo Chu, «quizá lo recuerde... nos conocimos hace seis años en Stanford. Mantuvimos unos debates con varias personas, desde la mañana hasta el mediodía. Fue un acontecimiento muy importante en mi vida». Pronunció la última frase en voz baja y parpadeó varias veces. Después, recobrando la calma, siguió hablando con su habitual estilo relajado: «Desde que he llegado a este lugar, he aprendido muchas cosas. Quizás un poco de mis colegas occidentales, pero sobre todo de usted y de los monjes tibetanos. Espero que en los días que pase aquí pueda seguir aprendiendo más cosas.

Esta clase de intercambio era el objetivo de las conferencias sobre la Mente y la Vida, tal como el Dalai Lama los había concebido. Él deseaba que los científicos pudieran dirigir sus exploraciones hacia nuevas direcciones al aprender a contemplar la realidad desde la perspectiva budista. Y también creía que los budistas podían adquirir algunas visiones útiles sobre la ciencia moderna.

—Hace más de quince años que me intereso por los científicos y que mantengo un estrecho contacto con ellos —me había dicho el Dalai Lama—. Al parecer cada vez son más los científicos que empiezan a interesarse de veras por mantener un diálogo con los budistas. Yo creo que esta clase de diálogos, aparte de satisfacer mi interés, son útiles, porque pueden ayudarnos a expandir el

conocimiento humano. Durante los dos o tres últimos años ya hemos estado presentado el estudio científico a algunos selectos monjes tibetanos. Pienso que iniciamos algo positivo, algo que beneficiará a una comunidad más amplia de gente.

Pero el Dalai Lama tenía otro motivo, que él consideraba de primordial importancia, para convocar esta clase de encuentros entre budistas y científicos.

—Todo el mundo desea tener una vida feliz, más serena, más tranquila y satisfactoria —prosiguió, explicándome su implicación con los científicos—. Y para lograrlo es importante desarrollar el mundo interior: el de las emociones. No me estoy refiriendo a la fe religiosa ni tampoco estoy hablando del cielo, la liberación o de la otra vida. Deseamos que las personas, que las comunidades sean más felices. Fomentar los valores humanos: una sensación de preocuparse por los demás, de compartir. El resultado: nos abrimos más a los demás y nuestra perspectiva se vuelve más amplia. Y cuando nos encontramos con los problemas, nuestra paz interior no se resiente tanto.

»El antiguo pensamiento indio contribuye al conocimiento y a la técnica para desarrollar la vida interior. La ciencia también tiene sin duda una tremenda responsabilidad al respecto. Pero yo creo que desarrollar los valores interiores es más importante. Sólo hemos de observar los acontecimientos del 11-S en Nueva York.

Nos muestran claramente cómo la tecnología moderna, combinada con la inteligencia humana y guiada por emociones negativas como el odio, pueden crear un desastre: algo desmesurado que hace sufrir a muchísima gente. Para utilizar la tecnología de una manera más constructiva, el factor más importante es la paz interior. Ésta es la principal razón para mantener una relación más estrecha entre la ciencia moderna y el antiguo pensamiento humano. Al trabajar unidos, pueden contribuir a un mundo mejor.

El primer encuentro que Steven Chu dijo haber tenido con el Dalai Lama me había dejado intrigado. Era obvio que había sido muy importante para él. Cuando el físico terminó su presentación, le pregunté si le gustaría encontrarse con el Dalai Lama y conmigo en privado. Me dijo que la idea de pedir una entrevista no se le había pasado por la cabeza. Había ido a Dharamsala sólo por una razón: deseaba conocer qué opinaba el budismo sobre la física de vanguardia. Pero ahora que yo se lo había sugerido, le entusiasmaba la idea. Sí, se sentía honrado de poder mantener una entrevista con el líder tibetano.

EL ÚLTIMO DÍA de la conferencia, Steve Chu, su mujer Jean y yo nos apiñamos en el sofá de la sala de audiencias, frente al Dalai Lama. El chino americano

llevaba una vestimenta sencilla: con una camiseta de color azul claro y unos pantalones deportivos beis. Calzaba unas zapatillas de tenis; en Stanford se le conocía por ser un apasionado tenista. Tenzing Geyche, vestido con una túnica tibetana gris que le daba un aire culto y distinguido, se sentó en un sofá.

—Ayer, cuando habló en la conferencia, hizo gala de la tradición asiática —dijo el Dalai Lama a Chu sin preámbulos—. Usted se mostró humilde, dijo que su conocimiento era limitado. Pero, al ofrecer la explicación al público, lo hizo con un gran dominio del tema.

—Cuando los científicos explicamos algo, siempre somos conscientes de lo que conocemos y de lo que ignoramos —respondió Chu.

—Es cierto. He advertido que los verdaderos científicos... son unos observadores imparciales. No suelen tener demasiadas proyecciones mentales, siempre están intentando conocer la realidad —dijo el Dalai Lama.

—Al menos lo intentamos —afirmó Chu.

—Así que le galardonaron con el Nobel y usted es de origen chino. Pues mi viejo amigo —dijo el Dalai Lama señalándome con el dedo— también se supone que es de origen chino, aunque ahora casi es medio chino —añadió llenando la sala de audiencias con su famosa risa de barítono. Su Santidad bromeaba sobre mis modales occidentales a la menor oportunidad.

—Normalmente, cuando voy a ver a Su Santidad yo soy el único chino, porque todos los demás son tibetanos. Pero en esta ocasión no estoy solo —dije, dando unas palmaditas en la rodilla del chino americano—. La única diferencia es que uno de nosotros es un chino inteligente y el otro, uno más bien lelo. Entendí perfectamente la parte sobre los patitos de goma, pero el resto fueron unas explicaciones de física demasiado complejas para mí.

Chu sonrió, moviendo la cabeza en señal de incredulidad.

El Dalai Lama se sentó más al borde de su silla, para concentrarse por completo en el científico.

—Anteayer un genetista nos llamó por teléfono desde un centro de investigación de Boston —dijo el Dalai Lama—. Nos contó que tenían filiales en Europa, incluso una en Pekín. Así que pensé que los científicos realmente representan a la humanidad. No tienen nada que ver con las razas, las naciones o las ideologías, sino que se limitan a investigar, independientemente de estos otros factores.

—Es cierto, la mayoría de científicos son así —reconoció Chu.

—Necesitamos que los políticos, los líderes del mundo tengan este espíritu —prosiguió el Dalai Lama—. A veces se centran demasiado en sus propias ideologías, en sus propias naciones. Y precisamente entonces surgen unos problemas innecesarios. Es una gran lástima. Como

en el caso de los chinos y los tibetanos. Durante dos mil años estuvimos manteniendo una estrecha relación. Luchando a veces, y otras, matándonos unos a otros. O siendo grandes amigos. Y en la actualidad la situación entre los chinos y los tibetanos es difícil.

El Dalai Lama lanzó un suspiro claramente audible.

—Lo que más me preocupa no es preservar la raza tibetana o nuestra nación, sino la tradición tibetana: una combinación de budismo, lógica y filosofía. No es sólo una cultura antigua, sino que también es una cultura muy compleja y relevante para el mundo actual, que nos ayuda a conocer más cosas sobre nuestras emociones, a transformarlas. Pienso que conservar la espiritualidad tibetana no es sólo positivo para los seis millones de tibetanos, sino también para una comunidad más amplia. Sobre todo para nuestros hermanos y hermanas chinos, ya que han perdido gran parte de su rica herencia. La tradición budista tibetana puede ayudarlos, y conservarla nos beneficia tanto a nosotros como a ellos.

—Profesor Chu —tercié—, usted que tiene unos sólidos contactos con la comunidad académica china, ¿qué cree que piensan los chinos del Tíbet?

—La mayoría de la gente obtiene información sobre él a través de fuentes controladas por el gobierno —repuso Chu—. Y éstas les advierten que han de tener cuidado, que el Dalai Lama es muy astuto. No me estoy refiriendo a los profesores sino a los jóvenes. Pero las

cosas están cambiando. Al gobierno cada vez le resulta más difícil controlar la prensa, sobre todo en Internet. Incluso llegaron a intentar eliminar el buscador Google. Durante varias semanas las autoridades lograron dirigir todas las búsquedas a un sistema central de búsqueda controlado por el gobierno. Pero al final fracasaron. Demasiados ciudadanos chinos sabían cómo sortear este dispositivo.

—Además cada vez son más los chinos que viajan al Tíbet —añadió el Dalai Lama—. Antes eran simplemente turistas, pero en la actualidad muchos de ellos visitan el Tíbet como peregrinos. Hace poco oí que los monjes tibetanos de Lhasa ganan unos seis mil yuans al año, lo cual son unos...

—Unos ochocientos dólares americanos —observé.

—No, no, no... Quiero decir... —exclamó el Dalai Lama empezando a sentirse frustrado, porque no lograba hacerse entender. Se giró hacia Tenzin Geyche y habló con él en tibetano.

—Su Santidad dice que las ofrendas que los monjes reciben ascienden a casi unos... —empezó a decir Geyche.

—No, no, no —le interrumpió el Dalai Lama. Por fin había encontrado las palabras para expresar con claridad lo que quería decirnos—. El dinero que los monjes reciben al año de los turistas chinos es casi equivalente al sueldo de los mandos que trabajan para el gobierno. Y sus ingresos no proceden de los tibetanos, sino sobre todo de

los peregrinos chinos. Así que, aunque la situación de los tibetanos sea difícil y haya mucha represión en el Tíbet, ya están beneficiándose del dinero de los chinos —observó riendo sonoramente.

Jean Chu estaba fascinado por la franca demostración de alegría del Dalai Lama. Tenzin Gyeche, normalmente una persona muy reservada, también sonreía ampliamente.

—Son unos signos positivos —prosiguió el Dalai Lama—. Hoy día algunos lamas tibetanos dan enseñanzas a muchos chinos. Un lama del Tíbet oriental ha ordenado a seiscientos chinos budistas. Éstos son claros indicios de que hay muchos chinos sinceramente interesados por la cultura tibetana. Pero aún necesitamos hacer amistad con más chinos. Y los que mejor pueden hacerlo son los chinos americanos, los chinos canadienses.

—Yo voy a China quizás una vez al año —observó reflexivamente Chu— y cada vez me encuentro con más personas que desean hablar de temas actuales. Cuando están en un grupo privado, como el nuestro de ahora, hablan sobre lo que el gobierno está haciendo. Y probablemente yo podría sacar a colación el tema del Tíbet... —Chu vaciló un momento—. Y podría preguntarles —continuó diciendo— por qué no hemos hablado de este tema antes. Pero no se trata sólo de la cultura tibetana, sino que los partidarios de Falun Gong no quieren saber nada que tenga que ver con la

espiritualidad.

—Es cierto, es cierto —respondió el Dalai Lama.

Todos nos quedamos callados durante unos momentos. En la habitación reinaba un agradable silencio. Entonces me acordé de que había algo que deseaba preguntarle a Steven Chu.

—Ayer en su presentación dijo que cuando conoció a Su Santidad en Stanford, fue un momento muy importante en su vida. ¿Por qué?

—Fue la primera vez que lo veía —respondió él dirigiéndose a Su Santidad—. Antes del encuentro había leído su biografía. No sabía qué esperar de usted. Como científico era un poco escéptico. Ya veremos, pensé. Y entonces... vi cómo se comportaba ante el público, sonrió en cuanto apareció ante él. Entonces comprendí que eran ciertas algunas de las cosas que había oído sobre usted. Vi que era una persona muy cálida y bondadosa, alguien que se interesa de veras por los demás, incluso por la gente que no conoce. En aquel encuentro sentí todo esto enseguida. El hecho de que pudiera provocarme una impresión como ésta en tan poco tiempo me impactó profundamente —Chu hizo una pausa.

»En mi laboratorio trabaja un estudiante —agregó entonces—, un joven muy inteligente que creció en Hong Kong. Cuando le conté que iba a visitar a Su Santidad, se exaltó un poco y dijo que posiblemente el Dalai Lama fuera un astuto político.

Todos los que estábamos en la habitación nos echamos a reír.

—Yo le respondí: «He conocido a políticos y te aseguro que se comportan de una forma muy distinta» — prosiguió Chu—. Y el estudiante respondió: «Pero es un jefe de estado». «Sí», respondí yo, «es un jefe de estado, pero no creo que sea un político».

El Dalai Lama cambió de postura hasta quedarse sentado en el borde del sillón. Con la espalda doblada hacia delante y los antebrazos cómodamente apoyados en las rodillas, se quedó mirando al vacío mientras nos contaba una anécdota.

—Hace muchos años —dijo—, conocí a un chino que estudiaba el budismo chino, a Confucio. Trabajaba en Estados Unidos. Sus amigos, unos empresarios chinos de Nueva York, le dijeron: «El Dalai Lama no es una persona religiosa sino sobre todo un político. Hay otros lamas tibetanos que son unos verdaderos maestros espirituales, pero el Dalai Lama no es uno de ellos. Así que no le apetecía demasiado acudir a mis enseñanzas. Pero al final lo hizo por pura curiosidad. Entonces advirtió que el Dalai Lama era una persona sincera, compasiva. Se informó mejor sobre mí y examinó con más detenimiento mi conducta. Al final acabó convirtiéndose en un gran amigo espiritual mío. Me llamaba su maestro y fui yo quien lo ordené. De modo que no sólo los comunistas, sino también el público en general tiene esta

falsa idea. Como yo soy responsable del Tíbet, los medios en comunicación han creado la impresión de que el Dalai Lama no es un simple monje budista, sino sobre todo un político.

Su Santidad hizo una pausa para enfatizar este punto.

—Aunque, por suerte, soy un político muy tenaz —observó echándose a reír—. ¿Desearía decir algo? —le preguntó después a Jen, la esposa de Chu, que había permanecido sentada en silencio.

—La noche anterior visitamos la aldea de niños tibetanos y me quedé maravillada al ver cómo ha logrado usted mantener su cultura en Dharamsala. Aunque no viva en su país, ha logrado conservar la identidad tibetana. Creo que es un formidable ejemplo para los demás.

El Dalai Lama empezó a responderle, pero entonces cambió de idea y le dijo algo a Tenzin Geyche en tibetano.

—Su comentario es muy alentador —tradujo Geyche.

—Sí —dijo el Dalai Lama—. Desde el principio, hace cuarenta y tres años, mi principal preocupación ha sido conservar la cultura tibetana: creando escuelas, aldeas infantiles y esta clase de cosas. Y hemos creado unas colonias tibetanas separadas en el sur de la India con el mismo principio: conservar nuestra cultura. Ahora estoy orgulloso de poder decir que fuera del Tíbet se puede encontrar una auténtica tradición tibetana, un puro conocimiento budista.

—Aquí hemos aprendido algo maravilloso sobre el

budismo: hemos visto que tiene una mentalidad muy abierta —añadió Jean—. Tiene la habilidad de aceptar distintas clases de pensamiento y de incorporarlo a su sociedad para enriquecerla.

—Muchas gracias —dijo el Dalai Lama—. Por eso ahora todos los jóvenes tibetanos de la India sólo desean una cosa: ir a Estados Unidos.

Su Santidad volvió a reírse a carcajadas. Había llegado el momento de subir la colina para volver a la conferencia.

Diamantes en la red

El Dalai Lama bajó del Ambassador blanco blindado y se dirigió lentamente hacia un estrado provisional erigido junto a la imponente estupa de Sarnath. Varios cientos de peregrinos y monjes se habían reunido en el lugar, esperándolo para recibir sus enseñanzas. Era el mes de enero y el líder tibetano estaba a punto de iniciar una poco habitual peregrinación a los lugares budistas más sagrados. Sarnath era su primera parada. Dos docenas de ламas elevados vestidos con sus características túnicas granate, sosteniendo gruesas barritas de incienso en las manos, se encontraban alineados en el camino para recibirlo.

Me sorprendió la tremebunda postura que adoptaba el Dalai Lama: mientras se dirigía hacia ellos, caminaba tan encorvado que la cabeza casi le llegaba a la mitad del cuerpo, con los hombros tan caídos hacia delante que en la espalda se le formaba una especie de joroba: un lenguaje corporal subconsciente que simboliza humildad y que, con el tiempo, se había osificado en un estado permanente. Su Santidad saludó a los ламas, los más ilustres del panteón budista tibetano, con calidez y una natural camaradería. Aquellos veteranos maestros

espirituales estaban compitiendo entre sí para ver quién podía inclinarse más.

El líder tibetano, mientras se acercaba al trono incrustado de caléndulas que había sobre el estrado, se detuvo y contempló el monumento de diez pisos de altura, una insólita estructura que se parecía un poco a un descomunal cohete soviético de dos pisos, si no fuera porque la cima es plana en lugar de aerodinámica. El monumento, construido hace dos siglos y castigado por la lluvia del monzón de cada verano, se mantenía en pie milagrosamente. Estaba cubierto de andamios de bambú porque iba a ser restaurado. A lo largo de los peldaños inferiores los peregrinos habían atado a modo de ofrenda numerosos pañuelos blancos.

La estupa señala el lugar donde el Buda dio su primer sermón, justo después de haber alcanzado la iluminación bajo el árbol de la bodhi en Bodhgaya. Para muchos, Sarnath es sinónimo de la cuna del budismo. Mil quinientos años después de la muerte del Buda, la religión floreció en la India hasta la invasión musulmana. Sin embargo, en los treinta últimos años, Sarnath se ha vuelto a convertir en el centro del pensamiento budista. Se han construido en él una docena de nuevos templos y monasterios, representando cada una de las escuelas del budismo, y los peregrinos van a visitar este lugar en masa durante la época de peregrinación.

El Dalai Lama me había contado que Sarnath era uno

de los lugares de la India que suscitaban en él una gran respuesta emocional. En 1959, poco después de huir del Tíbet, fue allí en peregrinación. Una multitud de dos mil tibetanos exiliados, que habían cruzado el Himalaya sólo varias semanas antes, lo esperaban frente a la importante estupa. Se encontraban en un momento de desaliento: la mayoría había perdido a algún ser querido en el largo y difícil viaje y algunos tenían algunas partes del cuerpo gravemente congeladas. Con un hatillo de ropa a sus espaldas como única pertenencia y algunas de las reliquias de la familia que habían conseguido salvar precipitadamente, habían llegado a las brumosas llanuras de Sarnath y habían levantado provisionalmente unas casetas para ganarse la vida a duras penas.

Cuando el Dalai Lama, que en aquella época tenía veinticuatro años, vio la multitud, prorrumpió en sollozos abiertamente. Fue como si de pronto le golpeará todo lo que había vivido durante los últimos tumultuosos meses: la incesante y creciente represión china en Lhasa, la espantosa travesía por el Himalaya, la constatación de que se había convertido en un refugiado. No pudo contener las conflictivas emociones que se había estado guardando dentro. Y lloró desconsoladamente como nunca antes lo había hecho.

MI PRIMER ENCUENTRO con el Dalai Lama tuvo lugar en Múnich en marzo de 1972. Aún recuerdo lo angustiado que me sentía. En aquella época no conocía demasiado a fondo el tema de las relaciones sinotibetanas, pero lo que sí sabía es que los chinos habían matado a muchísimos tibetanos al ocupar su país. Estaba ansioso por saber cómo reaccionaría al verme el líder tibetano. Al fin y al cabo, era el primer chino que se sentaba ante él desde que se había exiliado hacía una década.

—Como debe recordar —le dije al Dalai Lama en una reciente entrevista que mantuve con él en Dharamsala—, cuando me entrevisté con usted por primera vez en 1972 la pregunta que más deseaba hacerle era si todavía odiaba a los chinos. Me dijo que no los odiaba, que los había perdonado de todo corazón. Su Santidad, usted me lo dijo sólo trece años después de haber perdido a su país y yo me quedé muy sorprendido por su magnanimidad.

—La formación budista consiste en esto —respondió el Dalai Lama—. Yo no soy el único que piensa así. Hay muchos practicantes tibetanos que tienen la misma actitud que yo. El perdón y la compasión son componentes importantes de la práctica.

—¿Qué sentía hacia los chinos en aquella época?

—Yo creo que ya has podido ver lo que siento por los chinos en las enseñanzas que he dado aquí y también en Taiwán —repuso el Dalai Lama—. Soy muy amistoso con los oficiales e incluso con los guardaespaldas

taiwaneses, sean o no unas personas religiosas. Esta actitud quizá me viene de hablar chino con fluidez, porque me crié en el noreste del Tíbet. Ésta es la realidad. Si los chinos me tratan amistosamente, yo también respondo enseguida de la misma forma por este factor. Pero dondequiera que vaya, creo que siempre trato a la gente de la misma manera, sea un africano negro, un indio, un chino o un europeo.

No llegué a manifestárselo, pero no creo que fuera exactamente así. Yo creo que el Dalai Lama siempre ha intentado hacer todo lo posible por conectar con los chinos, sobre todo con los de la China continental. Invierte mucha energía en estos encuentros y a menudo le afectan emocionalmente. Recuerdo cuando se reunió con Wang Lixiong, el famoso escritor chino, en Washington, D. C. Wang fue el primer chino que escribió de manera fidedigna e imparcial sobre la situación actual del Tíbet.

Su encuentro fue muy peculiar. El Dalai Lama, en lugar de recibir a Wang en su suite del hotel como acostumbra a hacer, lo esperó junto al ascensor, con sus guardaespaldas y sus antiguos ayudantes. Fue un gesto que no prodiga hacia demasiadas personas, al menos yo pocas veces se lo he visto hacer. El Dalai Lama lo recibió calurosamente diciéndole en chino: *Ni hao* y luego, tomándolo de la mano, lo condujo hasta su suite. Al entrar se sentaron en silencio, uno frente al otro, en los sofás que había junto a un prestigioso Steinway de media cola

negro: el monje vistiendo la túnica granate y el escritor, con una chaqueta azul marino. De repente el Dalai Lama se inclinó y atrajo a Wang hacia él tocando con su frente la frente de éste. Permanecieron en esta postura unos veinte segundos. Al separarse, Wang vio que Su Santidad tenía los ojos humedecidos por la emoción. Wang escribió más tarde un libro en el que contaba la conversación que habían mantenido: «Quizá yo representara para él a los chinos que durante generaciones habían vivido en las tierras que había junto a las de los tibetanos. Aunque el Dalai Lama se hubiera reunido en el pasado con algunos chinos, la mayoría de ellos eran exiliados que ya no tenían sus raíces en China».

—Yo creo que mi actitud hacia los chinos —dijo el Dalai Lama siguiendo el hilo de sus ideas— es cálida a causa de mis sentimientos, mi forma de pensar y mi punto de vista sobre la interdependencia. Por ejemplo, mientras estaba en Taiwán mantuve un encuentro con los líderes del PDP [Partido Democrático Progresista, el partido que gobierna allí]. Les dije que, en lo que se refiere al Tíbet, no estaba intentando alcanzar la independencia. Y también les dije que Taiwán debía reflexionar detenidamente sobre sus vínculos con China. Taiwán necesita mantener una relación especial, única y próxima con China tanto por razones económicas como de defensa y asimismo por otros motivos similares. De modo que todo el planeta es interdependiente de manera ineludible. El Tíbet depende

en gran medida de China en el aspecto económico y medioambiental. Y a los tibetanos nos beneficia seguir perteneciendo a China, ya que es un país más próspero. Pero si nos separamos de él, tal vez a la larga los tibetanos tengamos más dificultades.

»Mi acercamiento basado en la vía media consiste en no separarnos de China, en seguir ligados económicamente a la RPCh [República Popular China] y, al mismo tiempo, en gozar de una plena autonomía, de un gobierno autónomo. Los tibetanos sabemos ocuparnos mejor de nuestra propia cultura, educación, entorno y espiritualidad. Y estoy seguro de que nuestras tradiciones tibetanas y nuestra espiritualidad pueden ayudar a millones de chinos. Algunos artistas chinos y pensadores ya están mostrando interés por el Tíbet, por el budismo tibetano. Así que China y el Tíbet, al no separarse, se ayudan mutuamente, son interdependientes.

Al igual que ocurre con otros numerosos temas por los que Su Santidad tanto se preocupa, su política sinotibetana se rige por la visión budista según la cual todo es interdependiente, una visión que él interiorizó hasta el punto de convertirla en una parte suya cuando estaba a punto de cumplir treinta años. Para él la realidad de la vida es como la famosa red de Indra de la mitología antigua. En ésta el universo se considera como una enorme red tejida con un complejo entramado. En cada punto de la red se ha fijado un diamante. Y cada diamante, de

innumerables caras, refleja perfectamente todos los otros diamantes de la red —como una infinita colección de salas de espejos— y cada uno de ellos a su vez mantiene una inefable relación con todos los demás. Las alteraciones en un área de la red crean una reacción en cadena que afecta, aunque a veces sea de forma sutil, a las otras partes. Es como el efecto mariposa. El batir de las alas de una mariposa en Pekín puede causar unos diminutos cambios atmosféricos que, con el tiempo, podrían afectar al clima de Vancouver.

A un nivel humano, mis hijas no pueden dormir seguras en sus camas si los niños de Kabul o de Bagdad no están seguros en las suyas. Para el Dalai Lama la realidad de la vida es un todo: todas las cosas están interrelacionadas y nada existe de manera independiente. Hay una famosa máxima tibetana que dice que todos los seres han sido en alguna ocasión nuestra madre y que nosotros también hemos sido alguna vez la suya. Nos anima a procurar dominarnos y a tener en cuenta el bienestar de los demás. Yo capté la idea intuitivamente, pero aún sigo intentando comprenderla más a fondo.

—En mi caso —prosiguió el Dalai Lama—, ha ocurrido toda esa destrucción y muerte en el Tíbet. Han sido unas dolorosas experiencias. Pero la venganza... sólo crea más infelicidad. Así que al ver la situación desde una perspectiva más amplia he llegado a la conclusión de que la venganza no es buena, y que es mejor perdonar.

Perdonar no significa que nos olvidemos del pasado. No, lo seguimos recordando. Hemos de ser conscientes de que todo ese sufrimiento ocurrió a causa de la estrechez de miras de ambas partes. Y ahora, con el paso de los años, sentimos que nos hemos vuelto más sabios, más maduros. Yo creo que ésta es la única forma de comportarnos.

—¿Cómo fomenta el perdón? —le pregunté.

—Según mi propia experiencia, en primer lugar pienso en los demás, incluyendo a los llamados «mis enemigos». Estas personas también son seres humanos. Tienen el mismo derecho que yo a ser felices y a liberarse del sufrimiento. A todo el mundo le gusta la espontaneidad, las sonrisas. Y nadie desea los crímenes, los derramamientos de sangre. Y en segundo lugar, mi futuro está relacionado con el de los chinos, mis intereses están relacionados con los suyos. Por ejemplo, mi gente, mi país, están estrechamente relacionados con los chinos. Nuestro futuro depende en gran parte del suyo. Al ocuparnos de ellos, nos estamos ocupando en el fondo de nosotros mismos.

—¿Pero cómo le afectaron los chinos personalmente? —pregunté al Dalai Lama—. ¿Quizá la invasión china le hizo vivir unas tragedias particulares que le afectaron directamente?

—A nivel personal no me afectaron demasiado. Pero en una ocasión oí, por ejemplo, que habían metido a un tibetano en una prisión china. Esta persona aún vive,

ahora se encuentra en Nepal. Me contó que en la prisión donde estaba había un adolescente tibetano —el Dalai Lama cambió la postura que adoptaba en su cómodo y hondo sillón para sentarse en el borde, sujetando con fuerza los brazos de éste.

»El chico tenía en aquella época dieciséis años —prosiguió él—; según la constitución china, aún no tenía edad para ser castigado, pero lo habían encarcelado y estaban a punto de ejecutarlo porque su padre había luchado contra los chinos. Un día unos soldados chinos llegaron armados con rifles. Uno de los oficiales miró alrededor y al ver una barra de hierro, la cogió y golpeó con ella al joven cuyo padre había matado a algunos soldados de ese oficial. Para satisfacer su deseo de venganza, por pura satisfacción, golpeó brutalmente con la barra de hierro al muchacho, que de todos modos había sido condenado a muerte. Al oír la historia... —dijo el Dalai Lama llevándose las manos a los ojos— no pude contener las lágrimas.

Me afectó mucho la trágica historia que me contó Su Santidad, las terribles acciones que unos hombres maduros infligieron a unas personas tan jóvenes e inocentes. Sentí indignación y al mismo tiempo un sentimiento de culpa, ya que, como otros compatriotas que conozco, tengo la costumbre de identificarme con la conducta de los chinos, vivan donde vivan. Cuando leí en Vancouver que un restaurante de Shanghai servía carne de

perro a sus clientes, me encogí de vergüenza sin querer.

—¿De qué modo esta historia del adolescente tibetano ha afectado a su opinión de los chinos? ¿Qué papel representa el concepto de la interdependencia en este caso? —le pregunté después de hacer una pausa.

—Primero me enojé y luego sentí pena por el oficial —respondió el Dalai Lama—. La acción del oficial depende de su motivación, y su motivación depende de la propaganda política. Y, a causa de la propaganda, ve al padre contrarrevolucionario como malo. Y eliminar lo malo es algo positivo. Tiene esta clase de fe, aunque sea una fe errónea. No se le puede culpar por ello. En unas circunstancias parecidas, incluso tal vez yo actuaría del mismo modo. Así que, al seguir esta línea de pensamiento, sientes compasión y deseos de perdonar en lugar de ira. La interdependencia te da una visión de conjunto: esto sucede a causa de aquello, y aquello sucede a causa de esto. ¿Lo comprendes?

El Dalai Lama tiene la asombrosa habilidad de ponerse en la piel del otro. Sobre todo cuando se trata de sus enemigos. Tal como me dijo antes, los considera como sus más valiosos maestros. A él le encantan sus amigos y los aprecia, pero cree que nuestros enemigos son los que nos ofrecen los retos que necesitamos para cultivar unas cualidades como el perdón y la compasión. Y el perdón y la compasión son a su vez ingredientes esenciales para la paz interior.

—La esencia del budismo se compone de la compasión por un lado y de la visión de la interdependencia por otro —prosiguió el Dalai Lama—. Y yo siempre estoy repitiendo que es muy importante diferenciar el que lleva a cabo la acción del acto propiamente dicho. Hemos de oponernos a las malas acciones, pero esto no significa que estemos en contra de la persona que las ha llevado a cabo, del ejecutor. Al dejar de hacer esa mala acción, puede surgir otra acción distinta y esa persona convertirse en amiga nuestra. En la actualidad los chinos son enemigos, pero siempre está presente la posibilidad de que el día de mañana se conviertan en amigos. Por eso yo no tengo ningún problema en perdonarlos por lo que han hecho a mi país y a mi gente.

El Dalai Lama se relajó y se reclinó cómodamente en el sillón.

—Pero si yo me hubiera encontrado allí cuando el oficial chino golpeó a aquel adolescente... —observó de pronto— y si hubiera tenido un fusil, no sé lo que habría hecho —añadió levantando la mano hacia el abdomen y haciendo el gesto de sostener con los dedos un fusil. En su rostro apareció una traviesa sonrisa.

»Tal vez en ese momento hubiera disparado al chino —dijo el Dalai Lama encogiéndose de hombros. Y luego levantando los brazos, los extendió y se echó a reír.

Yo no me reí con él. Tuve que hacer un gran esfuerzo

para imaginarme la escena.

—¿Le dispararía a pesar de su formación budista? —
le pregunté sorprendido al Dalai Lama.

—Es posible. En unas circunstancias tan tensas como
éasas, es posible. A veces uno actúa y después piensa.

Una escopeta en el dormitorio

El sol de la tarde brillaba con una luz cálida y agradable entre las antiguas ruinas de la Universidad de Nalanda. El Dalai Lama y su séquito de unos cien monjes tomaron asiento y empezaron a recitar oraciones en la zona cubierta de hierba que había frente a los restos de la estupa de casi treinta metros de altura. Después de haber pasado un tiempo en Sarnath, habían llegado a este lugar en una insólita peregrinación para rendir homenaje a los preeminentes budistas indios que habían estudiado y enseñado en Nalanda. El líder tibetano hacía más de dos décadas que no lo visitaba.

Un perro blanco apareció de no sé dónde y se acercó tranquilamente a los monjes. Eligió un lugar junto a ellos y se sentó ladeando la cabeza con una expresión intrigada hacia el Dalai Lama. Y tras haber estado sentado allí un rato, sintonizando con los graves y abaritonados cantos de los monjes, se echó en el suelo y se durmió.

Yo me dirigí hacia la estupa de ladrillos rojos, una increíble ruina de mil años de antigüedad que parecía unas gigantescas escaleras. Trepando por los bajos muros, llegué enseguida a un pequeño templo sin techo. En la hornacina de una pared había el bajorrelieve de una

deidad. La dulce y elegante imagen, delicadamente tallada, estaba en perfectas condiciones. Las caderas y los hombros de la deidad apuntaban hacia la dirección opuesta, dándole una sensación de movimiento. Su rostro tenía forma de corazón y esbozaba una dulce sonrisa. La imagen emanaba una palpable sensación de paz. Permanecí allí, paralizado por la emoción, mientras escuchaba el relajante sonido de las oraciones tibetanas.

El Dalai Lama es muy consciente de la enorme deuda que el budismo tibetano mantiene con los maestros budistas indios que vivieron y enseñaron en Nalanda desde el siglo II al IX, la edad de oro del pensamiento índico. Nalanda era la universidad más importante y famosa de la antigua India. Los reyes budistas de Gupta y Pala fueron unos devotos patrocinadores. Durante mil años Nalanda, que en aquellos días era como la actual Universidad de Harvard, atraía a las personas más sabias y brillantes de toda Asia. En la época de su florecimiento vivían en ella 10.000 estudiantes y era la facultad de unos 1.500. A finales del siglo XII el ejército musulmán destruyó Nalanda. Los monjes fueron asesinados y sus ricas bibliotecas, que atesoraban un asombroso caudal de manuscritos originales, fueron quemadas.

Según el Dalai Lama, sin estos eruditos y practicantes de Nalanda, no existiría el budismo tibetano tal como se conoce en la actualidad. En una ocasión me dijo: «Todos los textos importantes que aprendemos de

memoria los escribieron los maestros de Nalanda. Por eso tenemos tan presentes sus nombres, sobre todo el de Nagarjuna, un maestro budista del siglo II. Son algo muy real. Nosotros practicamos según sus textos».

Nagarjuna, elaborando las percepciones del Buda, expuso una teoría de la realidad basada en la idea de que todo es interdependiente. El Dalai Lama, a lo largo de varias décadas, ha ido asimilando por completo la esencia de esta idea. La interdependencia condiciona tanto su forma de actuar como de ver la vida.

LA INTERDEPENDENCIA no es una de las ideas más fáciles de captar. El Dalai Lama utilizó su visión de una pacífica convivencia con los chinos para explicármela. Ahora que lo había acompañado a Nalanda para rendir homenaje a Nagarjuna, quería que me explicara con más detalle la idea. Como de costumbre, Lhakdor, el monje que le hacía de traductor, estaba con nosotros.

Antes de empezar, el Dalai Lama se desató los cordones de sus zapatos marrones, se los sacó, los dejó uno al lado de otro, y luego se sentó en su sillón con las piernas cruzadas en la posición del loto. Permaneció en esta postura durante las dos horas que duró la sesión. La interdependencia es uno de sus temas favoritos y estaba encantado con la idea de comentarlo extensamente.

—La teoría de la interdependencia nos permite desarrollar una visión más amplia —dijo el Dalai Lama—. Al tener una mente más abierta, nos apegamos menos a las emociones destructivas como la ira y, por tanto, tendemos más a perdonar a los demás. En el mundo actual cada nación está muy interconectada con las demás y todas dependen unas de otras en gran medida. En estas circunstancias destruir a nuestro enemigo —a nuestro vecino— significa destruirnos a la larga. Necesitamos a nuestro vecino. Cuanto más próspero sea, más nos beneficiaremos.

»Sin embargo, no estoy hablando de eliminar por completo los sentimientos de ira, apego y orgullo. Sólo de reducirlos. La interdependencia es importante porque no es un simple concepto, sino que en realidad nos ayuda a disminuir el sufrimiento causado por estas emociones destructivas.

»Podría decirse que la teoría de la interdependencia es una interpretación de la realidad —prosiguió el Dalai Lama—. Comprendemos que nuestro futuro depende del bienestar global. Al tener esta visión, nuestra mente se ensancha. Una mente estrecha es más proclive a generar apego e ira. Creo que esto es lo mejor de la teoría de la interdependencia: una explicación de la ley de la naturaleza. Afecta profundamente, por ejemplo, al entorno.

»La interdependencia es un principio fundamental tanto en el budismo como en la ecología. Su esencia

consiste en que todas las cosas están conectadas de una manera insondable, aunque tangible. En el fondo todas las cosas dependen a su vez de las demás. Estamos inmersos en la red de Indra.

En ese momento me vino a la cabeza algo que había leído sobre Charles Darwin. En un juguetón paréntesis, había teorizado que las solteronas, amantes de los gatos, habían hecho que Londres fuera uno de los lugares más agradables del mundo para vivir. Expuso su teoría de la siguiente manera: la gran cantidad de gatos que tenían las solteronas había afectado negativamente a la proliferación de ratones. Lo cual fue una buena noticia para los abejorros, ya que sus nidos subterráneos serían menos propensos a ser destruidos por los ratones que merodeasen por el lugar. Y la mayor cantidad de abejorros causó la polinización de una mayor cantidad de flores. Darwin llegó, por tanto, a la conclusión de que una mayor cantidad de solteronas inglesas amantes de los gatos equivalía a una mayor cantidad de flores en Londres.

Thich Nhat Hanh, el maestro budista vietnamita, expresando una percepción similar, escribió en una ocasión: «Si eres un poeta, verás que en esta hoja de papel hay una nube. Sin la nube, no habría lluvia; sin lluvia, los árboles no podrían crecer; y sin árboles, no se podría fabricar papel».

Con el paso de los años, he advertido que la Oficina

Privada del Dalai Lama es muy tacaña con su alijo de papel. Siempre que me manda algún documento, lo hace en hojas usadas por una de sus caras. Los secretarios privados de Su Santidad son unos fanáticos del papel reciclado y se cuidan mucho de no ofender la sensibilidad ecológica de su jefe.

No me cuesta imaginar al Dalai Lama ayudando con este modesto esfuerzo a salvar los árboles en el contexto de la interdependencia. En las últimas décadas, su Oficina Privada ha conseguido salvar varios árboles gracias a sus esfuerzos por utilizar papel reciclado. Y una mayor cantidad de árboles fomenta las plantas y las flores. Y una mayor cantidad de árboles, plantas y flores crean unas condiciones ideales para los poetas, y los poetas que viven en un entorno ideal suelen componer una poesía más abundante y de mayor calidad. Y este aumento de la poesía asegura que las librerías especializadas en ella estén bien surtidas. Los amantes de la poesía de todo el mundo se han beneficiado del ahorro de papel del Dalai Lama.

Interrumpí mi ensueño sobre Darwin, los poetas y las flores para preguntarle a Su Santidad:

—¿Cómo desarrolló su comprensión de la interdependencia?

—A base de tiempo, de mucho tiempo —repuso—. El progreso espiritual requiere tiempo. No surge de la noche a la mañana, sino que es más bien como encender

un fuego: empiezas creando una chispita, y ésta va creciendo y generando más y más luz, es así. Todas las transformaciones mentales siguen el mismo proceso. La luz no surge de pronto, no aparece en una determinada etapa o fecha... sino que se va creando poco a poco. Es algo gradual. Muy gradual. Al principio ni siquiera se nota. A menudo suelo decir a la gente que el resultado del desarrollo espiritual no se ve al cabo de semanas o meses, y ni siquiera de años. Pero al comparar la experiencia de hoy con la de hace diez o veinte años, vemos que hemos cambiado en algo. Siempre se lo estoy diciendo a la gente. Y en mi caso también es así.

—¿Cuál es su presente situación? —le pregunté.

—Al meditar en la interdependencia o dedicarme a analizarla durante muchos años, ahora me resulta muy familiar —respondió el Dalai Lama—. Así que al observar las cosas, en cuanto recuerdo la verdad de la interdependencia, veo la situación claramente de una forma distinta. Y esta sensación surge sin esfuerzo, casi de manera automática. Como, por ejemplo, la experiencia que tuve en Mongolia ante una gran multitud... —el Dalai Lama se puso a hablar en tibetano.

—Su Santidad estaba en Ulan Bator —tradujo Lhakdor—. Durante las enseñanzas, al reflexionar sobre la interdependencia, vio que todas aquellas personas que había ante él, y que él mismo, eran intangibles, que nada era sólido, que todo estaba entretejido. Sintió

intensamente que estaba conectado directamente con la audiencia en cierto modo. Es como si sus fronteras personales se hubieran disuelto.

La experiencia del Dalai Lama me recordó la investigación de Andrew Newberg y de Eugene d'Aquili, dos científicos americanos que han estudiado la relación entre la experiencia religiosa y la función cerebral durante muchos años. En sus experimentos más famosos, recurrieron a la ayuda de un avanzado meditador, de un joven americano budista llamado Robert. Éste empezó una sesión de meditación con un cordel atado al dedo meñique. Los científicos, que estaban esperando en otra habitación, sostenían el otro extremo del cordel.

Al cabo de una hora Robert tiró del cordel para indicar a Newberg y a d'Aquili que había entrado en un profundo estado de meditación. Entonces le inyectaron en la vena un trazador radiactivo. La sustancia colorante entró en su torrente sanguíneo, impregnó las neuronas y a continuación una cámara de alta tecnología ofreció a los científicos las imágenes de la actividad cerebral de Robert. Los científicos observaron algo poco habitual: el lóbulo parietal superior posterior de Robert, identificado como el «área de orientación y asociación» (AOA), mostró marcadamente una reducida actividad en el punto álgido de su meditación.

En nuestro cerebro el AOA actúa como un giroscopio, un radar y un navegador GPS al mismo

tiempo. Mientras realizamos las rutinas de la vida cotidiana, el AOA funciona como un superordenador, calculando continuamente las coordenadas que están cambiando sin cesar en nuestro cuerpo en relación con todo cuanto nos rodea. Nos permite movernos con seguridad por un abarrotado restaurante e ir en bicicleta en medio del tráfico.

Newberg y d'Aquili sabían de resultados de su anterior investigación que la AOA nunca está inactiva. ¿Por qué entonces había disminuido la actividad de la de Robert? Sólo una explicación era factible: la recepción de los estímulos de la AOA de Robert se había bloqueado al alcanzar un estado trascendente durante su meditación. Al no alimentar al superordenador con ningún estímulo, a éste le resultaba difícil delinear las fronteras físicas de Robert. La única opción que le quedaba era concluir que Robert no *tenía* fronteras, que constituía una unidad con todo cuanto lo rodeaba: las personas, los objetos y todo cuanto existía.

Cuando a Robert le preguntaron más tarde qué había sentido durante el punto culminante de su meditación, respondió: «Me sentí como si formara parte de todos y de todo cuanto existe. Que estaba conectado con todo». Era precisamente lo que los maestros espirituales y los yoguis habían estado diciendo durante siglos. Y también se parecía mucho a lo que el Dalai Lama acababa de contarme: cuando él se centra en la interdependencia, ve

el mundo de manera distinta... y durante esos momentos de lucidez espiritual percibe que los objetos y las personas carecen de solidez, que los bordes se desdibujan y las fronteras físicas entre él y los demás se desvanecen.

—Usted me ha dicho que experimenta la interdependencia sólo con pensar en ella —dije al Dalai Lama—. En el caso de usted y yo, por ejemplo, cuando piensa en la interdependencia, ¿me ve de otra forma?

—Sigo viéndote como un ser humano, pero... no te veo como un ser de carne y hueso, como algo sólido, sino como algo intangible. La conexión entre nosotros se vuelve entonces más fuerte y mi compasión se fortalece —repuso el Dalai Lama. Se quedó pensativo durante unos momentos y luego volvió a hablarle a Lhakdor en tibetano.

—A través de esta comprensión de la realidad interconectada —tradujo Lhakdor— llegas a ver que si a los demás les ocurren cosas buenas, esto también te beneficia a ti, que aunque no sea en el acto, lo hace a la larga. Y que si ellos sufren, tú también acabas sufriendo. Por eso te resulta más fácil sentir empatía, incluso hacia gente de distintos orígenes. La compasión surge con más facilidad.

—Por ejemplo, a mí me da la impresión —prosiguió el Dalai Lama— que el presidente [George W.] Bush considera a Saddam Hussein una persona negativa por completo, totalmente negativa. Que la única opción es eliminarlo. Pero ésta no es la realidad.

—¿Cuál es la realidad entonces? —inquirí.

—Yo veo la situación desde dos niveles. Según el nivel relativo, Saddam Hussein no es una persona absolutamente negativa desde que nació, una persona mala sin remedio —dijo el Dalai Lama girando una mano sobre la otra para trazar una esfera invisible con ellas—. Esa maldad procede de muchos otros factores y no sólo de él. Por tanto, no es independiente. Depende de muchos otros factores, incluyendo a los propios americanos. Durante la guerra del Golfo todo el mundo culpó a Saddam Hussein. Pero yo sentí que era injusto y me dio mucha lástima.

¿El Dalai Lama sintió lástima por Saddam Hussein? ¿Por alguien que ha perjudicado a millones de personas? Esto hizo que me diera cuenta de un singular hecho sobre el Dalai Lama. Su visión del mundo, la forma de funcionar de su mente —por racional e inspiradora que sea— es muy distinta de la mía.

—La dictadura de Saddam Hussein no surgió de la nada —explicó el Dalai Lama—. Saddam Hussein el dictador, el invasor, el malo —dijo, subrayando estos distintos adjetivos con el dedo en el aire con una expresión seria—. Pero los problemas sucedieron por culpa de su ejército. Sin ejército, sin armas, no podría ser esa clase de agresor. Esas armas no las fabricaron los iraquíes, sino que vienen de Occidente. Las compañías occidentales han sido las que han ayudado a crear este agresor. Fueron ellas las que lo hicieron, pero después le

echan la culpa a Saddam Hussein. Es injusto —observó el Dalai Lama levantando un poco más la voz y sentándose en el borde del sillón con el cuerpo inclinado hacia delante. Se estaba empezando a animar.

»O sea que, desde el nivel relativo, Saddam Hussein no es por tanto una persona mala hasta la médula —prosiguió el Dalai Lama—. Y desde un nivel más sutil, cuando alguien como Bush tiene unos sentimientos negativos hacia Saddam Hussein, a sus ojos Hussein es algo sólido, independiente y absoluto, algo totalmente negativo —añadió, extendiendo la mano cerrada en un puño ante él y mirándola con severidad.

»De igual modo, a los ojos de Saddam Hussein... —el Dalai Lama soltó unas risitas que lo obligaron a interrumpir la frase— ...Bush es algo muy negativo. Algo absoluto e independiente... la encarnación del mal —dijo, salpicando sus palabras con sonoras carcajadas que hicieron que sus hombros se agitaran de manera incontrolable. Su Santidad estaba disfrutando al imaginar la opinión que Saddam Hussein tenía del hombre más poderoso del mundo.

Cuando terminó de reír, concluyó:

—Así que en ambos casos hay una visión muy errónea de la realidad. Y esta realidad no es más que una simple proyección mental.

—¿Está diciendo que Saddam Hussein no es una persona totalmente mala porque, por ejemplo, puede

seguir siendo bueno con su esposa? —le pregunté al Dalai Lama.

—¡Oh, sí, sí! —asintió él con entusiasmo. Se alegraba de que hubiera captado su idea—. Si las circunstancias cambiaran, esa persona podría convertirse en una buena persona. Es muy posible. Voy a ponerte otro ejemplo. Según [Osama] Bin Laden, Estados Unidos es totalmente maléfico. Su propia ignorancia es la que produce los desastres. Para Bin Laden todo Occidente es antimusulmán. Y sobre todo Estados Unidos es el agresor del mundo. De modo que decide que existe este enemigo sólido e independiente. Una visión errónea de la realidad consiste en esto.

—¿Qué visión habría de tener entonces? —pregunté.

—Que Estados Unidos forma parte de Arabia y que al mismo tiempo él forma parte de Estados Unidos —repuso el Dalai Lama sin vacilar.

—Que son interdependientes —dije.

—Sí, interdependientes. Y no sólo Estados Unidos. En Europa occidental también se critica a los musulmanes. Pero Estados Unidos y Europa no son totalmente antimusulmanes. Claro que no. De nuevo no se trata más que de una proyección mental. De una estrechez de miras. De un error. Pero al adoptar la visión de la interdependencia, la mente se ensancha, se vuelve más flexible. Uno ya no se agarra a las cosas como si fueran sólidas. Al tener este punto de vista, nuestros apegos y

deseos disminuyen, porque comprendemos que no podemos aferrarnos a nada. Nuestros deseos, nuestros apegos hacia las cosas y las personas, se reducen.

A través de décadas de continua práctica, la intemporal verdad de la interdependencia ha acabado grabándose en la mente del Dalai Lama. Ha moldeado sus pensamientos, creencias y conducta. Su Santidad inicia sus proyectos y reacciona a los acontecimientos mundiales a partir del análisis de la interdependencia. No le da miedo ir en contra de la opinión popular. Sus decisiones no se basan en el consenso de sus consejeros ni en las encuestas realizadas. Su simpatía o al menos sus buenos sentimientos hacia Saddam Hussein proceden de esta forma especial de ver las cosas, refractada a través del prisma de la interdependencia.

También hay otro factor digno de considerar. El Dalai Lama tenía la impresión de que Estados Unidos y sus aliados se habían confabulado en contra del dictador iraquí y de los ciudadanos que habían dejado atrás subsistiendo en el desierto. El líder tibetano es por naturaleza comprensivo con los desvalidos, quizá a causa de la compasiva influencia de la interdependencia. Yo ya lo había sospechado antes, el día que me permitió compartir una sesión de meditación con él a primeras horas de la mañana en su residencia de Dharamsala.

El Dalai Lama, haciendo un descanso en medio de la sesión, se levantó del cojín y me ofreció enseñarme su

dormitorio. Abandonamos aquel tranquilo santuario interior y cruzamos un vestíbulo que conducía a una espaciosa y aireada sala de estar. Cogiéndome de la mano, me condujo hasta una pequeña habitación con muy pocos muebles situada junto al vestíbulo. Una pequeña cama ocupaba la mayor parte de la habitación revestida con paneles de madera, y sobre la mesita de noche había una lámpara en forma de loto y una radio portátil.

—Éste era mi antiguo dormitorio —dijo el Dalai Lama—. Pero tuve que cambiarme a otra habitación del sótano porque el último año nos avisaron de que podía haber un terremoto.

Me señaló con el dedo media docena de descoloridas fotografías que colgaban en una de las paredes. Casi todas eran retratos de monjes tibetanos: los maestros que había tenido en esta vida. En una inusual foto de Ling Rimpoché, su antiguo y querido tutor ya fallecido, el estricto y exigente maestro, famoso por su severidad, aparecía de hecho esbozando una ligera sonrisa. En una esquina de la habitación había un grupo de fotografías de la familia del Dalai Lama: sus hermanos, hermanas y él junto con sus padres.

Y en el extremo de una pared vi algo que desentonaba totalmente con el resto. Justo encima de la cama del Dalai Lama se veía una escopeta. Colgaba verticalmente de la correa de piel. Yo llevaba mi cámara y en ese momento me preparé para sacar una foto de aquel

objeto tan inaudito.

—¡No, no, no, no la fotografíes! —se apresuró a decir el Dalai Lama—. La gente podría creer que el Dalai Lama es una persona violenta a la que le gustan las escopetas —obedientemente, dejé de enfocarla con la cámara. Pero tuve un incómodo y molesto pensamiento: ¿desde cuándo el Dalai Lama se preocupaba por lo que los demás pensarán de él? Esta conducta me sorprendió, no encajaba con la que yo había visto en él hasta ahora. ¿Era Su Santidad una persona contradictoria?

El Dalai Lama me explicó que hacía décadas que tenía esa escopeta de aire comprimido.

—A menudo doy de comer a los pajaritos, pero cuando vienen, los halcones también se presentan. Y a mí esto no me gusta. Los grandes halcones se comen a los pajaritos. Por eso tengo la escopeta de aire comprimido, para proteger a esos pequeños seres vivos. No es para hacer daño a los halcones, sino sólo para asustarlos.

Un mar de tortugas doradas

Era el día quince del mes tibetano, tradicionalmente una jornada para la renovación. El Dalai Lama se encontraba en la pequeña ciudad de Bodhgaya para presentar sus respetos al templo más sagrado del budismo. Después de reponer fuerzas descansando varios días en aquel lugar, seguiría su peregrinación e iría al monte del Buitre antes de regresar para dar la Iniciación de Kalachakra. El Dalai Lama se sentó en su trono tras entrar en el templo de la Mahabodhi, situado a la sombra del antiguo árbol de la bodhi, un descendiente directo del árbol original bajo el cual el Buda había alcanzado la iluminación 2.500 años atrás. Una gran multitud de monjes tibetanos se sentaron frente a él en el patio al aire libre. Se encontraban allí para participar en el ritual quincenal del *sojong*: la confesión.

Cuando los monjes se pusieron a cantar, el Dalai Lama dobló su cuerpo con soltura plegándolo como una «Z». Desde la posición de rodillas, se sentó sobre los talones y después dobló el torso hacia delante hasta tocar con la frente el suelo que había ante él, asumiendo una postura de pura humildad. Gracias a la flexibilidad de su cuerpo por haber estado sentándose durante décadas en la

postura del loto, consiguió plegarse de la forma más compacta posible. Con su túnica de retazos amarilla extendida sobre la espalda, parecía una gran tortuga dorada en medio de un mar de seres.

Era la primera vez que yo tenía el privilegio de presenciar este ritual tan privado y me quedé sobrecogido. Además, era más especial si cabe porque el propio Dalai Lama lo estaba celebrando en el lugar donde el Buda había alcanzado la iluminación. Habían acudido monjes representantes de las cuatro escuelas del budismo tibetano. Era un acontecimiento sumamente auspicioso. Al cabo de un rato, un monje levantó de pronto la cabeza: una cabeza rasurada alzándose en un campo dorado. Echó un vistazo a su alrededor y al ver que todo el mundo seguía con la frente pegada al suelo, volvió a bajarla rápidamente.

Más tarde, cuando tuve la oportunidad de hacerlo, le pregunté al Dalai Lama en qué había estado pensando durante el ritual del *sojong*. Su Santidad me dijo:

—Recordé al Buda y a los grandes maestros, como Nagarjuna, que visitaron Bodhgaya.

—¿Confesó alguna falta? —le pregunté.

—¡Claro que sí! El *sojong* es para confesarse.

—¿Qué confesó?

—Haber comido galletas por la noche —respondió él—. Como monje budista se supone que no debo comer nada después del almuerzo.

AL FINALIZAR el ritual del *sojong*, el Dalai Lama se levantó y se dirigió al recinto donde se encuentra el árbol de la bodhi, un área sagrada rodeada por unos gruesos muros de piedra. Del magnífico árbol sobresalían horizontalmente cinco o seis ramas increíblemente pesadas. Para que no descendieran más aún y dañaran el valiosísimo muro de piedra de minucioso tallado, habían sostenido las ramas con unas barras industriales de hierro, pintadas de color verde oscuro y clavadas con cemento en el suelo. De las ramas colgaban los pañuelos blancos alargados de seda que los visitantes le habían lanzado a modo de ofrenda, junto con sartas de multicolores banderas de oración tibetanas. Dos parasoles femeninos decorados con topos amarillos y negros se habían encajado de algún modo en el hueco que quedaba entre una rama y el tronco, otra ofrenda simbólica.

El Dalai Lama, apartando la densa cortina de banderas de oraciones, se agachó para adentrarse por el estrecho pasadizo que había entre el muro de piedra y el enorme tronco del árbol de la bodhi. La parte inferior del tronco estaba totalmente adornada con pañuelos de seda de color granate y azafrán. Por encima de ellos brillaban los panes de oro que los devotos habían adherido al tronco. En lo alto un dosel de bronce, rodeado de guirnaldas de luces navideñas, protegía una gran losa de piedra llamada el Asiento del Diamante. El Dalai Lama se arrodilló y tocó con la frente la antigua losa para rendirle

homenaje.

El Asiento del Diamante era el lugar donde el Buda se había sentado y meditado sobre la vacuidad 2.500 años antes. Alcanzó la iluminación al interiorizar la profunda verdad según la cual todos los fenómenos son en el fondo vacíos; no existen independientemente de sus causas y condiciones.

En muchas de sus conferencias y entrevistas el Dalai Lama trata siempre el tema de la vacuidad. Repite una y otra vez que todo cuanto el Buda enseñó puede reducirse a la idea esencial de fusionar la vacuidad con la compasión. La fórmula de la felicidad es la siguiente: vacuidad + compasión = felicidad.

Según el Dalai Lama, primero debemos alcanzar la sabiduría viendo el mundo tal como es. La sabiduría implica tener una clara visión. A través de la sabiduría podemos percibir todo cuanto nos rodea con claridad, sin ideas preconcebidas. Nuestra mirada penetra entonces la niebla como si fuera un rayo láser. Para lograrlo, hemos de desarrollar una verdadera visión de la vacuidad. ¿En qué consiste? La vacuidad no es más que otra forma de decir que todo cuanto existe carece de una existencia individual intrínseca. Significa que, a fin de cuentas, nada —ni las personas, ni los pensamientos, ni los coches— existen por sí mismos de manera independiente. Es una forma iluminada de contemplar el mundo que nos rodea. Destaca una sutil aunque suprema verdad: la

interdependencia, y no la independencia, es la que define nuestra vida y todo cuanto nos rodea. Ninguno de nosotros es una isla. El mundo es una inmensa red de sucesos, seres y cosas entretejidas. Estas conexiones tal vez no se vean fácilmente, pero son reales, siempre están ahí, esperando el momento idóneo para salir a la superficie. Además de desarrollar la sabiduría, hemos de seguir un método, el cual se reduce simplemente a cultivar la compasión.

Al menos comprendo la idea de la compasión. Aunque no sea demasiado bueno aplicándola en la vida real, puedo entenderla bastante bien. Pero la vacuidad es otra cosa muy distinta. Aunque sé que es fundamental y en mi calidad de lego tengo una cierta comprensión del concepto básico, me cuesta captar sus interpretaciones más sutiles. Después de todo, a lo largo de los siglos se han llenado bibliotecas enteras con libros escritos sobre esta antigua y difícil idea: una idea que tiene unas verdaderas implicaciones para nuestra vida moderna. Quizá yo estaba demasiado limitado por la semántica, por el simplista y cotidiano significado de la palabra. «Vacuidad» según el diccionario que hay en mi cabeza, equivale a nada. Pero para el Dalai Lama, todo cuanto existe en el mundo —sucesos, personas, animales, pensamientos, emociones, objetos o sea lo que sea— es vacío. Como todo está entretejido, no existe la independencia. Y al no existir la independencia, nada existe por sí mismo. A mí me cuesta mucho captar este

concepto.

EL DALAI LAMA me había explicado durante una de nuestras entrevistas: «Según la creencia budista, a no ser que medites en la vacuidad y la experimentes por completo, directamente, te costará mucho eliminar tus emociones negativas». Ngari Rimpoché, el hermano pequeño del Dalai Lama, que en aquella ocasión se encontraba presente y que nos había estado escuchando durante mucho tiempo sin decir nada, dijo de pronto: «A Victor no le gusta la vacuidad, no quiere que yo le hable de ella». Al Dalai Lama esta información le pareció de lo más divertida.

—Como de costumbre Rimpoché se está riendo de mí —le dije al Dalai Lama— La vacuidad me interesa mucho. Espero que pueda recibir de usted una explicación sobre ella para que incluso un lego como yo pueda comprenderla.

—Tú has asistido ya a muchas de mis enseñanzas —respondió enseguida el Dalai Lama—. Has venido a Dharamsala en muchas ocasiones. Y has grabado cada una de mis palabras. ¿Cómo puedes esperar que te la explique más aún? ¡Qué estudiante más inepto tengo!

Pero yo no era el único con este problema. Sabía con toda certeza que a Oprah Winfrey también le pasaba lo

mismo.

En mayo del 2001 había acompañado al Dalai Lama en una gira relámpago por Estados Unidos en la que visitamos nueve ciudades en veintiún días. Lo más destacado de ésta fue el encuentro que el Dalai Lama mantuvo con el presidente George W. Bush. Aquel encuentro me quedó grabado en la mente no por la conversación que ambos mantuvieron (había ido a visitarlo más como un gesto de cortesía que para hablar de algo importante), sino por el calzado con el que el Dalai Lama se había presentado en la Casa Blanca: con las chancletas de plástico indias que solía llevar.

Después de reunirse con el presidente, el Dalai Lama regresó a su hotel. Oprah Winfrey estaba allí esperando acompañada de un pequeño ejército de fotógrafos, maquilladores y jefes de redacción de la *O, The Oprah Magazine*, su revista tan sumamente exitosa. Los habían hecho pasar a la elegante suite del Dalai Lama para que pudieran someterlo a una extensa entrevista.

La entrevista de una hora de duración empezó con buen pie. Oprah Winfrey la inició preguntándole al Dalai Lama:

—¿Ha cometido alguna vez algún error del que se haya arrepentido?

—Sólo pequeños incidentes, como matar un insecto sin querer —repuso el Dalai Lama.

—¡Matar un insecto! —observó Oprah Winfrey—.

Un insecto... hmmm... ¡De acuerdo!

—No tengo una actitud demasiado buena, demasiado pacífica, hacia los mosquitos —prosiguió Su Santidad—. Y con las chinches me ocurre lo mismo.

—¿Y eso es todo? —exclamó ella, sin poder creer lo que estaba oyendo—. ¿En toda su vida esto es lo único de lo que se arrepiente?

—Sólo quizá de los pequeños errores que cometo cada día —respondió el Dalai Lama con calma—. Por lo visto no he cometido ningún gran error.

—Ningún gran error —repitió Oprah meditando en la idea. Permaneció en silencio unos momentos contemplando el paisaje por la ventana.

Cuando al fin prosiguió la entrevista, le dijo en tono admirativo:

—En toda su vida nunca ha cometido ningún error del que se haya arrepentido. Eso sí que es una buena vida... una gran vida.

—En cuanto a servir al Tíbet —agregó el Dalai Lama—, al budismo, a la humanidad... he hecho todo cuanto he podido. Y respecto a mi práctica espiritual, cuando comparto mis experiencias con unos meditadores más avanzados —incluso con los que se han pasado años en las montañas practicando una absoluta concentración— me doy cuenta de que no me he quedado demasiado rezagado en ese sentido.

—¿Usted animaría al resto del mundo a meditar? —

le preguntó entonces Oprah Winfrey.

—¡Qué pregunta más estúpida! —respondió enseguida el Dalai Lama asombrando a todos los presentes.

Oprah Winfrey se quedó helada. En la habitación se hizo un gran silencio. En ese momento a todo el mundo se le ocurrió que era probablemente la primera vez que alguien le espetaba algo así a la cara a la periodista.

—¿Que si la gente debería meditar? —añadió el Dalai Lama pensativamente—. Yo creo que sí —respondió después de hacer una pausa. Aunque hubiera sido una pregunta estúpida, deseaba responderla con cuidado—. Vale la pena que todo el mundo mire más en su interior. No lo estamos haciendo lo suficiente. No estoy diciendo que la gente deba ser religiosa; no, no me refiero a eso, sino que debemos concentrarnos más en nuestro potencial interior.

—¡Ah, yo también opino lo mismo! —dijo Oprah Winfrey, con una expresión de alivio—. Por eso le he hecho esta pregunta tan estúpida —todos los presentes se echaron a reír—. Yo creo sin duda en ello, pero quería oírse lo decir.

—Aunque no es algo que podamos imponer a los demás, sino que uno ha de hacerlo porque lo desea —prosiguió el Dalai Lama.

Pero ahora que la tensión había desaparecido, Oprah Winfrey quería cambiar de tema.

—En mi revista escribo una columna titulada «Qué tengo por seguro» —observó Oprah Winfrey—. ¿De qué está seguro usted? Dígame algo que sepa con certeza.

—Que la compasión es la mayor fuente de felicidad: es necesaria para tener una vida feliz, para que el mundo sea feliz. No me cabe la menor duda —respondió el Dalai Lama sin vacilar.

—Por eso cosechamos aquello que sembramos. Yo soy del mismo parecer.

—Me alegro... de que coincidamos en tantas cosas —observó riendo el Dalai Lama—. Aunque existan diferentes culturas, diferentes ideas, diferentes estilos de vida, todos somos el mismo ser humano.

—¿Al decir «ser humano» se está refiriendo a la misma mente?

—Es algo más complicado —repuso el Dalai Lama—. Sin investigar el tema, todo el mundo habla del ser humano, del ser humano. Pero al analizar al ser humano, no podemos encontrarlo por ningún lado.

—¿Ah sí?

—Se trata de un concepto budista: la vacuidad. La vacuidad no significa que nada exista. Las cosas existen, pero carecen de subsistencia propia. Por lo tanto, son vacías.

—¡Ahhh...! —exclamó Oprah Winfrey meditando en este retazo de sabiduría.

—La vacuidad significa que este florero —prosiguió

el Dalai Lama señalando un jarrón que había sobre una mesita—, existe, pero al analizar sus componentes, vemos que en el fondo carecen de sustancia. Por tanto es vacío. Es vacío por naturaleza.

Me dio la sensación de que el Dalai Lama deseaba explicar la vacuidad con más detalle a su entrevistadora. Pero Oprah Winfrey vaciló.

—No me va a resultar fácil explicárselo a mis lectores —le dijo ella cambiando de tema y preguntándole en su lugar por su infancia en el Tíbet.

En el número de agosto del 2001 de la *O, the Oprah Magazine*, los lectores de la revista de Oprah Winfrey pudieron disfrutar de un extenso artículo del Dalai Lama. Pero en él no aparecía ni una sola palabra sobre la vacuidad. Sin embargo, varios meses después de esta entrevista, yo pude aprender más cosas de este escurridizo concepto durante mi peregrinación a la pequeña ciudad de Bodhgaya, en India.

Un erudito coreano en Bodhgaya

El famoso erudito coreano, vestido impecablemente con una túnica confuciana negra de cuello alto y largas y anchas mangas, estaba sentado con las piernas cruzadas frente al Dalai Lama.

Esta entrevista tenía lugar a principios de junio del 2002. Estábamos sentados sobre unos almohadones forrados con la típica tela tibetana en los aposentos del Dalai Lama, en el último piso del monasterio tibetano, su hogar temporal durante su estancia en Bodhgaya. Yo estaba un poco disgustado porque se suponía que debía haber tenido al menos dos entrevistas en este lugar con el Dalai Lama, antes de acompañarlo de peregrinación al monte del Buitre. Pero Kim Yong-Oak, un erudito educado en Harvard que presentaba un popular programa televisivo coreano sobre Confucio, había conseguido tener una entrevista el día anterior. Y al parecer había impresionado tanto al Dalai Lama, que éste le había concedido hoy otra entrevista. Yo ya había tenido una sesión con él dos días atrás, pero parecía que eso era todo cuanto iba a obtener.

—Quizá sea una pregunta muy estúpida... —dijo el coreano dudando mientras empezaba la entrevista con el

Dalai Lama, sacándose el gorro negro que llevaba, que parecía una gorra de marinero americano, y revelando una cabeza rasurada. Supongo que se encontraba en la cincuentena—. A lo largo de su vida —prosiguió el erudito sin hacer ninguna pausa—, usted ha estudiado mucho y también ha disciplinado su cuerpo en gran medida. Y ha tenido toda clase de experiencias. Es un gran pensador. ¿Podría contarme algo personal en su vida, alguna experiencia de iluminación?

La pregunta me sorprendió. Era personal e impertinente, sobre todo al formularla sólo en la segunda entrevista. Pero yo estaba interesado por la respuesta. ¿Revelaría el Dalai Lama algo muy personal a este coreano al que apenas conocía? ¿Le hablaría de algún tema sobre el que un gran maestro religioso apenas habla? ¿Le contaría su propia experiencia de despertar espiritual?

El Dalai Lama se acomodó sobre su cojín, con una expresión grave.

—Tengo un cuerpo de sesenta y seis años, pero mi nivel espiritual es muy joven —dijo el monje tibetano, y luego se echó a reír de su propia broma con tanta intensidad, que su cuerpo se agitó convulsivamente—. Pero por supuesto el concepto de la impermanencia y también el de la vacuidad son muy poderosos. Muy útiles —agregó con una expresión cada vez más pensativa—. Sobre todo el concepto de la vacuidad —Kim sacó una

libretita y se puso a anotar lo que Su Santidad le había dicho.

»Según Nagajurna, la vacuidad significa la interdependencia o la interconexión —observó el Dalai Lama, mientras se inclinaba hacia el coreano—. De hecho, la base del budismo tibetano procede de las enseñanzas de este maestro indio del siglo II.

»La vacuidad no significa la nada —prosiguió el Dalai Lama—. La vacuidad no está vacía, sino llena. Yo creo que hasta cierto punto comprendo intelectualmente la realización de la vacuidad, el conocimiento de la vacuidad... La vacuidad también puede verse como la interdependencia, que nos ayuda a ensanchar nuestra visión: nuestra visión del mundo, de nuestra propia vida. Realmente la ensancha. Es muy útil desarrollar esta visión holística.

El Dalai Lama dejó de conversar con el coreano un momento para dirigirle unas palabras en tibetano a Lhakdor, su traductor.

—¿Desea tomar café o té? —le preguntó al coreano Lhakdor, que estaba sentado en el suelo junto a Su Santidad.

—Me da lo mismo. Hmmm... té.

—¿Quizá prefiere café? —sugirió el Dalai Lama intentando ayudarlo.

—¡Sí, café...!

—¡Un coreano americanizado por Harvard! —

observó Su Santidad bromeando.

—De acuerdo, té —respondió el coreano—. Sí, puede que esté demasiado americanizado. Pero aunque me eduqué en un país extranjero, en Corea me consideran una persona de lo más tradicional.

—¡Qué bien! ¡Qué bien! —dijo el Dalai Lama, asintiendo con la cabeza.

—Esta ropa que ahora llevo la he diseñado yo —observó Kim dando unas palmaditas a su túnica negra de depurada línea—. Pero normalmente llevo ropa muy tradicional, nunca visto a la manera occidental.

Kim se había traído consigo dos fotógrafos y una secretaria a la entrevista. Uno de los fotógrafos, un hombre joven, había estado sacando fotografías en silencio desde el extremo de la habitación. Kim dirigió unas breves palabras al fotógrafo y el joven se colocó detrás del monje tibetano para enfocar mejor a su jefe.

—Como es natural primero comprendemos a un nivel intelectual la idea de la vacuidad y la compasión —dijo el Dalai Lama, ansioso por continuar la entrevista sin prestar atención a los flashes de las cámaras—. Al igual que los aspectos positivos de la compasión y el carácter destructivo del egoísmo. Pero, al final, esta comprensión intelectual acaba afectando a nuestras emociones. Éstas se van transformando poco a poco. La vía budista consiste en esto. Utiliza la razón, se sirve del intelecto. En cuanto a la compasión y a la comprensión de la vacuidad, tengo muy

poca experiencia en ello. Pero esta experiencia me ha resultado beneficiosa. Muy beneficiosa. Estoy totalmente convencido de que ahora que tengo esta pequeña experiencia, si sigo practicando, será aún más beneficiosa para mí. Está garantizado. Si desarrollas estas cualidades, adquieres paz interior y felicidad.

—Su Santidad, ¿podría hablarme un poco de la vacuidad? —le pidió el coreano. Me alegré de que él también, al igual que Oprah Winfrey y yo, tuviera problemas con el concepto.

—Hay dos niveles de realidad —explicó el Dalai Lama al visitante coreano—. A un nivel de la realidad ves que esto es una mesa —dijo, acariciando ligeramente con la mano izquierda la mesita que había entre ellos dos—. Y que esto es agua —añadió señalando su taza de agua caliente, su bebida preferida a cualquier hora del día.

—La realidad relativa —dijo el coreano.

—Sí, ahora bien, ¿cómo se puede demostrar la existencia de la realidad relativa? —observó el Dalai Lama moviendo la taza y colocándola directamente frente a él—. Esta agua existe. Yo puedo verla, sentirla... El agua es esto —agregó acercándose más a la mesa para mirar el interior de la taza, apuntándola con el índice un par de veces para enfatizar sus palabras. Después se sacó las gafas y se inclinó hacia delante, hasta que su rostro quedó sólo a varios centímetros de distancia de la taza—, y al echarle una segunda ojeada, veo que sigue siendo

agua —dijo el Dalai Lama enderezándose y volviéndose a poner las gafas.

»Y si se lo pregunto a otra persona —añadió señalando a Lhakdor, que se encontraba sentado a su derecha sobre la alfombra—, y ella me lo corrobora, entonces lo aceptamos: esto es real.

—Está hablando de la verdad relativa —observó Kim Yong-Oak.

—Sí, la verdad relativa. Pero pongamos que de pronto en lugar de agua veo zumo de fruta, que la taza está llena de zumo de fruta de color amarillo —dijo el Dalai Lama volviéndose a sacar las gafas. Se secó los ojos con el dorso de la mano y volvió a inclinarse hacia la taza—. Pero entonces la observo con más detenimiento y veo que no es más que agua. O sea que esto demuestra que la primera percepción era errónea, que ver el zumo de color amarillo fue un error. Al mirar la taza con más atención, veo que no contiene zumo de fruta.

El Dalai Lama volvió a ponerse las gafas y estudió al coreano un momento para ver si había asimilado algo de lo que le había estado explicando. Su Santidad le estaba diciendo que nuestra percepción cotidiana no es fiable. Que las limitaciones físicas, como una ilusión óptica, pueden hacernos ver las cosas incorrectamente.

—Le pondré otro ejemplo. Supongamos que no distingo los colores y que siempre veo las cosas en negro —dijo al erudito señalando la taza—. Por la mañana veo

esta taza como negra y por la tarde, también. Pero como no estoy seguro de que lo sea, le pregunto a otra persona: «¿De qué color es esta taza?». Si ella me confirma que es negra, en ese caso se ha confirmado de manera relativa: esto es negro.

»Pero si una segunda, tercera y cuarta personas —añadió señalando a Lhakdor y a los dos fotógrafos que acompañaban al erudito en la entrevista— dicen que es amarilla, entonces, aunque yo siempre la haya visto negra, pensaré que tengo algún defecto en la vista, porque la realidad no es negra. Así es como siempre intento encontrar la verdad, la verdad relativa: a través de la investigación racional.

El Dalai Lama estaba explicando algo que para él era muy importante: una visión del mundo científica que tenía sentido. Las ideas endebles, sin fundamento, no servían para nada. Después de todo, Su Santidad era una persona que había estudiado lógica intensivamente en su juventud durante más de una década. Estaba intentando explicar que la mayoría nos apegamos al significado y a la trascendencia de todo como un modo de comprender e interpretar nuestro mundo. Pero nuestras experiencias influyen en nuestra forma de ver el mundo. Para captar las cosas sin distorsionarlas hemos de investigarlas con rigor científico.

—Veamos ahora la realidad absoluta —dijo el Dalai Lama, señalando la taza con el dedo meñique—. ¿Qué es

exactamente este objeto desde el punto de vista de la realidad absoluta? —añadió acercándose mucho al erudito coreano y mirándolo intensamente—. Vemos que la taza se compone de color y forma. Pero si eliminamos la forma, el color y los componentes de la misma, ¿qué es una taza entonces? ¿Dónde está la taza? Esta taza es una combinación de partículas: átomos, electrones, quarks. Pero cada una de las partículas de las que se compone no es la «taza». Lo mismo puede decirse de los cuatro elementos, del mundo y de todo cuanto existe. Incluso del Buda. Al analizarlo, no podemos encontrar al Buda. La realidad absoluta consiste en esto. Si la realidad relativa no nos satisface, si profundizamos e intentamos descubrir qué es en realidad la taza, al final no podremos encontrarla.

El Dalai Lama estaba diciendo con ello que la taza era vacía. La palabra «taza» no es más que una etiqueta, algo que utilizamos para describir la realidad cotidiana. Pero cada taza existe debido a una compleja red de causas y condiciones. No existe de manera independiente. No puede surgir por sí misma, por voluntad propia.

Por ejemplo: supongamos que quiero hacer una taza negra. Para lograrlo he de mezclar arcilla negra con agua, moldearla como a mí me guste y meter la mezcla en el horno. La arcilla más el agua se convierten en una taza a causa de mis acciones. Pero existe debido a las innumerables formas en que los átomos y las moléculas

interactúan. ¿Y qué hay de mí, del creador de la taza negra? Si mis padres no se hubieran conocido, la taza negra quizá no habría existido nunca.

Así que la taza negra no existe de manera independiente. Surge sólo a través de una compleja red de relaciones. Según las palabras del Dalai Lama y el concepto fundamental de su visión del mundo, la taza se ha «originado de manera dependiente». Existe a causa de un montón de distintos factores y no por sus propios medios. Está vacía. «Vacía» es una forma breve de decir «vacía de una existencia intrínseca, inherente». O también se podría decir que «vacía» significa en este caso «interdependiente».

El Dalai Lama no había dejado de mirar al coreano en toda la entrevista. Me sorprendió la intensidad de su mirada. Sin duda el torpe movimiento de los fotógrafos a su alrededor y los ruidosos chasquidos de las cámaras fotografiándolo no le afectaban de ningún modo.

¿Por qué hemos de preocuparnos por la vacuidad? ¿Qué tiene que ver con nuestra vida real? Para el Dalai Lama la perspectiva que uno tiene de las cosas es primordial. La mayor parte de nuestra infelicidad y sufrimiento procede de las discrepancias que hay entre nuestras percepciones y aquello que es real. Por ejemplo, yo me veo a mí mismo como una entidad separada: soy diferente de mi hija, de mi esposa, de mi enemigo. Tanto si quiero a estas personas como si las odio, creo existir de

manera independiente de ellas. Debido a los condicionamientos que he adquirido a lo largo de mi vida, mi mente sin duda piensa que hay una gran diferencia entre yo y los demás. Según esta perspectiva, la idea de actuar por interés personal, de «ir a lo mío», tiene sentido.

Sin embargo, si acepto la perspectiva del Dalai Lama, veo que mi existencia depende de una infinita e intrincada cantidad de situaciones, personas, causas y condiciones que están relacionadas. Si cualquiera de estas cosas hubiera sido distinta, yo existiría de otra forma. Si mis padres hubieran nacido en Lhasa, yo sería tibetano en lugar de chino. Si no me hubieran secuestrado en Afganistán en 1972, quizá no habría conocido al Dalai Lama.

Desde esta perspectiva «yo» y los «demás» tienen sentido sólo en cuanto a las relaciones. Para el Dalai Lama, la esencia, el quid de la cuestión, es la fundamental interconexión que existe entre todas las personas, y entre la gente y las cosas. Así es como él percibe el mundo que lo rodea. Durante más de medio siglo ha creído con todo su ser que «su» interés y el «tuyo» están inextricablemente conectados. Que de una forma muy tangible, se cruzan. Por eso ha dedicado toda su vida al bienestar de los demás. Él lo llama su interés personal iluminado. Está convencido de que si puede ayudar a los demás, él será el primero en beneficiarse: será una persona más feliz como resultado. Ésta es su mayor vocación.

La entrevista había llegado a su fin. Durante cerca de una hora el Dalai Lama había estado explicando pacientemente a Kim Yong-Oak, paso a paso, cómo él se había ido transformando a lo largo de los años utilizando un sensato y lógico enfoque con relación a su práctica espiritual. Su Santidad subrayó la importancia de la razón. Hizo hincapié en que cualquiera podía alcanzar una verdadera felicidad al centrarse en dos preceptos fundamentales del budismo: la compasión y la vacuidad. Pero, al final, el Dalai Lama decidió no hablarle al erudito coreano de sus propias experiencias de iluminación.

Unas invisibles vibraciones positivas

El Dalai Lama abandonó las sencillas habitaciones del último piso del monasterio tibetano de Bodhgaya en las que se alojaba, y bajó los dos tramos de escaleras exteriores para dirigirse al abarrotado patio del monasterio. Allí estaba aparcado el Ambassador blanco. Parecía un destartelado taxi más de los que se encuentran en las ciudades indias. Pero éste en concreto estaba blindado a fondo, sus gruesas ventanas opacas eran lo suficientemente fuertes como para rechazar las balas. En los últimos meses un pequeño grupo de radicales maoístas habían estado produciendo algunos altercados cerca de Bodhgaya. Y esta parte de Bihar, el estado más pobre de la India, era conocida por los ocasionales robos a mano armada que tenían lugar en ella. En Delhi el Ministerio de Asuntos Exteriores había hecho enviar por barco el coche desde la vecina ciudad de Lucknow para que el Dalai Lama lo utilizara durante su peregrinación a Bodhgaya y a otros lugares cercanos budistas.

El Dalai Lama pasó por delante del coche y salió del monasterio, acompañado por un séquito de unas cincuenta personas: sus ayudantes y sirvientes, varios lamas elevados y una variada dotación de guardias de seguridad

indios y tibetanos. El área exterior del monasterio, el epicentro de Bodhgaya, había sido despejada. Una gran multitud de peregrinos y de simpatizantes, confinada a las aceras por el cordón policial, esperaba pacientemente para vislumbrar al reverenciado líder tibetano. La policía no dejaba circular coches, bicicletas ni rickshaws por las calles.

Al Dalai Lama le gustaba este corto paseo hasta el sagrado templo de la Mahabodhi, el lugar donde el Buda alcanzó la iluminación. Le daría la oportunidad de relacionarse con la gente de la calle. De vez en cuando se alejaba de repente de sus guardaespaldas para saludar a alguna persona de la multitud.

Un pequeño ejército de mendigos, en su mayoría mujeres de una edad indeterminada, vestidas con saris de vivos colores, permanecían sentadas en cuclillas en las entradas del templo. Eran los intocables de la India y habían recorrido a pie largas distancias para llegar a tiempo a la Iniciación de Kalachakra del 2002 en Bodhgaya, un ritual budista tibetano de once días de duración que el Dalai Lama celebraba ante 200.000 personas. «Aquí en Bodhgaya», me había contado el Dalai Lama, «se reúne una gran cantidad de gente durante varios días para concentrarse en el altruismo. Por eso creo que pueden darse, quizás a un nivel invisible, unas vibraciones positivas. Pero puedo asegurarte que tanto si son positivas como si no lo son, al menos no son

perjudiciales. Y yo creo que los participantes experimentan, aunque sea durante unos breves momentos, una cierta tranquilidad, paz y satisfacción. En las iniciaciones de Kalachakra esto suele ocurrir».

Había algo que sí era seguro. Los mendigos sabían que no se irían con el estómago vacío. Y también que al final del gran acontecimiento de dos semanas de duración, todos regresarían a casa con una considerable bolsa de rupias.

Los mendigos apenas se fijaron en la llegada del Dalai Lama. En su lugar se concentraron con todos sus sentidos en la media docena de tibetanos que se dirigían hacia ellos, acarreando con dificultad un gran cubo de aluminio lleno de arroz con azafrán. Con rápidos y expertos movimientos, los dos jóvenes vertían unas generosas raciones en las tazas de hojalata que los mendigos levantaban en alto. Este ritual se realizaba dos veces al día. Junto a los tibetanos que se movían con fluidez, había cinco o seis niños lisiados que correteaban sirviéndose de las manos y las rodillas, con sus esqueléticas piernas ondeando rítmicamente tras de sus delgados cuerpos a modo de colas. Los niños tampoco se irían con el estómago vacío, al menos mientras el Dalai Lama estuviera en la ciudad.

Antes de entrar en el santuario interior del templo, el Dalai Lama se quitó las chancletas de plástico y se prosternó tres veces sobre un manto de seda carmesí que

su sirviente había extendido en el suelo. Después se metió por un largo pasadizo que llevaba a un pequeño templo dominado, al final, por una gran estatua del Buda.

El Dalai Lama se acercó al trono; la estatua se elevaba por encima de él. Se prosternó tres veces más. Un grupo de monjes cingaleses, luciendo sus vivas túnicas azafranadas se mantenían cerca de él. Eran los guardianes oficiales del templo. Aparte de Su Santidad, las únicas personas que se encontraban en el pequeño recinto eran una docena de ламas elevados tibetanos con túnicas granates y un puñado de guardaespaldas tibetanos. El aire era espeso, estaba cargado con el penetrante y fuerte aroma del incienso y el olor a sudor que despedían los cuerpos de los innumerables devotos.

Yo permanecía de pie apiñado junto a Senge Rabten, el guardaespaldas principal del Dalai Lama. El experto en kárate, de corta estatura, que iba con la cabeza rapada, se puso de puntillas e intentó ajustar un ventilador fijado a la pared. Después de manipularlo durante un rato, logró dirigir una corriente de aire viciado hacia el Dalai Lama. Yo podía oír el sonido de la gran muchedumbre agolpada en el exterior, contenida por los soldados equipados con armas automáticas.

Uno de los monjes cingaleses le ofreció al Dalai Lama una yesca encendida. Dos velas púrpuras, en forma de espiral, acomodadas en unos receptáculos de bronce, se alzaban sobre la repisa que había frente a la estatua. El

Dalai Lama las encendió con cuidado, primero una y después otra. A continuación levantó la mirada para contemplar la estatua del Buda y elevó su mano derecha como rindiéndole homenaje.

Yo entorné los ojos para ver con más claridad la antigua estatua de piedra, de la cual se dice fue esculpida hace unos 1.700 años. Cuando los arqueólogos británicos la desenterraron en el siglo XIX, la cabeza estaba separada del cuerpo. Antes de instalarla en el santuario interior del templo, le volvieron a unir la cabeza con cemento. Sé que cuando el Dalai Lama vio por primera vez esta importantísima imagen, se quedó muy preocupado por la visible hendidura que la estatua mostraba en el cuello. Donó una considerable suma de dinero y pidió que pintaran la imagen con una capa dorada. El Departamento de Supervisión Arqueológica de India protestó, pero al final la sensibilidad religiosa ganó. La pared de detrás de la estatua se pintó de azul y bañó con una tenue luz para producir el efecto de una gran ventana enmarcando un perfecto cielo azul. Por más que yo intenté distinguir la hendidura alrededor del cuello de la estatua, no lo conseguí.

El Dalai Lama salió del pequeño templo. Giró hacia la derecha y rodeó la torre principal del templo.

Justo antes de llegar a las entradas del templo, de pronto cambió de dirección y se dirigió a la derecha, acercándose a una gran multitud de tibetanos contenidos

por el cordón policial. Su Santidad, con su guardaespaldas a la zaga, se dirigió hacia un joven que estaba sentado en el suelo junto a una anciana de marcados rasgos mongoles con el pelo recogido en dos largas trenzas. El muchacho, que debía de tener poco más de veinte años, sostenía un bastón con una de sus manos. Aunque tenía los ojos abiertos, el Dalai Lama había supuesto que era ciego. El monje tibetano se agachó, le cogió de la mano y le habló con su profunda voz de barítono. Deseaba saber de dónde había venido aquel joven ciego y si había recibido algún tratamiento médico. Yo me quedé maravillado de la habilidad del Dalai Lama para distinguir al marginado, al inválido, de entre una gigantesca multitud.

Más tarde me enteré de que el joven Lobsang Thinley, había venido con su madre desde la zona de Machen de Amdo, que forma parte de la provincia china de Qinghai, al noreste del Tíbet. Había perdido la vista a los quince años, al sufrir una grave conmoción después de una caída. Una operación le había devuelto la visión en parte, pero al cabo de poco había vuelto a perderla. A lo largo de los años la madre había intentado desesperadamente encontrar algún tratamiento para su hijo, llevándolo a los hospitales más importantes de Chengdu y Pekín, donde le habían practicado otra operación y también lo habían tratado con acupuntura y moxibustión. Pero nada funcionó. Los nervios ópticos del

joven estaban muy dañados y los médicos le dijeron que no recuperaría la visión.

Al enterarse de que el Dalai Lama daría por primera vez en quince años la Iniciación de Kalachakra en Bodhgaya a principios del 2002, el joven decidió ir a toda costa. Deseaba estar cerca de Su Santidad, escuchar sus enseñanzas. Su familia y sus amigos habían intentado disuadirle diciéndole que el viaje desde el noreste del Tíbet al Nepal y a la India, a través del Himalaya, sería muy arduo y peligroso, pero él se negó a escucharlos. Su madre vendió todas las joyas y el ganado que tenía y les pidió prestado dinero a los parientes para reunir el dinero del viaje. Todavía conservaba la esperanza de que su hijo llegaría a curarse algún día. Quizá su suerte cambiaría en la India, la cuna del budismo.

El Dalai Lama, después de intercambiar unas breves palabras con la madre y el hijo, dio media vuelta para irse, pero el joven le sujetó las manos durante unos momentos intentando retenerlo. El Dalai Lama habló con sus ayudantes. Quería que el doctor Tseten Dorji Sadutshang, uno de sus médicos personales y el director del hospital de Delek, en Dharamsala, examinara al joven para ver si podía hacer algo por él. Después abandonó el templo de la Mahabodhi y se dirigió hacia el monasterio tibetano.

Igual que si moldearas arcilla

Un par de días después del encuentro del Dalai Lama con el joven ciego en Bodhgaya, cené, como de costumbre, en el pequeño comedor de la segunda planta del monasterio tibetano. Todos los miembros del séquito del Dalai Lama, desde el secretario de la Oficina Privada hasta los guardaespaldas, comían allí. La mayoría de las noches nos servían los tradicionales platos tibetanos compuestos de bolas de masa guisadas al vapor y sopa de fideos con verduras.

Mientras yo empezaba a comer la sopa, el doctor Tseten Dorji Sadutshang se sentó a mi lado. Nos habíamos conocido dos años antes en Spiti, un antiguo reino tibetano situado al norte de Dharamsala. Rápidamente saltan a la vista las características de seriedad y delgadez del doctor Tseten. Siempre tiene un aire de docta introspección y habla en un tono reflexivo y moderado. La mayor parte del tiempo es reservado, pero en algunas ocasiones puede ser sorprendentemente sociable.

Me interesé por Lobsang Thinley, el joven ciego del Tíbet.

—He recibido el mensaje de Su Santidad —respondió el doctor Tseten, pero antes de que pudiera ir y

hacerle una revisión, alguien vino a verme para comunicarme una buena noticia. Un joven tibetano, un monje del monasterio Drepung en el sur de la India, quería donar sus ojos al joven.

De pronto dejé de sorber ruidosamente los fideos de la sopa. Miré a mi alrededor para ver si los demás lo habían oído. Pero en el comedor nadie se había enterado de nuestra conversación.

—Sí, es asombroso —exclamó el doctor, que había estudiado en Harvard—. Jamás había oído algo parecido. Sabía que se donaban los órganos de personas fallecidas, pero es la primera vez que sé de una persona viva que dona uno de sus órganos.

—¿Están los dos emparentados? —pregunté después de una larga pausa.

—Se conocieron mientras se encontraban de peregrinación en Sarnath, justo antes de coger el tren juntos para ir a Bodhgaya. Sólo se conocían desde pocos días antes.

—¿Ha podido ver al joven ciego? —pregunté.

—Sí, fui al campamento donde se alojan los peregrinos del Tíbet. En él había doscientas o trescientas personas viviendo en tiendas de campaña justo detrás del templo. Todos ellas habían conseguido cruzar el Himalaya y llegar al Nepal, y luego habían sobornado a los guardas para que les dejaran pasar a la India. El joven ciego estaba en una tienda de campaña con ocho o diez personas

más. Su madre no dejó de llorar en todo el tiempo que yo estuve allí.

—¿Pudo examinarle los ojos?

—No. Era imposible. Había muy poca luz y no llevaba ningún instrumento conmigo.

—¿Le contó usted lo de la donación del monje?

—Él ya lo sabía. Le dije que lo primero que tendría que hacer era ser objeto de una exhaustiva revisión para ver por qué estaba ciego. Y que tanto él como el monje donante además tendrían que someterse a unas revisiones para ver si eran compatibles, si el trasplante era posible.

Seguí tomándome la sopa. El doctor Tseten empezó a tomarse la suya. Apenas la había probado.

—El joven ciego me dijo que había estado reflexionando profundamente sobre la donación — prosiguió—. Como es natural, estaba tremendamente conmovido por ella, pero al final dijo que no podía aceptarla. En todos estos años había sufrido muchísimo y no podía soportar imaginar a otra persona experimentando el mismo sufrimiento.

El doctor Tseten me contó que al día siguiente había ido al lugar donde acampaban los monjes del monasterio de Drepung. Quería conocer a Tsering Dhondup, la persona que había ofrecido donar sus ojos. El monje no se encontraba allí.

—Ayer fui a ver a Su Santidad y le conté lo del ofrecimiento del monje —me comentó el doctor Tseten.

—¿Y cómo reaccionó él?

—Fue uno de los momentos más preciosos de mi vida —repuso el doctor Tseten en voz baja—. Incluso antes de terminar de contarle lo del monje, pude sentir una inmensa oleada de empatía, de compasión, emanando del fondo de su ser. Era una energía real, casi física. Sin embargo Su Santidad no había dicho una sola palabra. Se me saltaron las lágrimas. Era una compasión tan poderosa que me envolvió por completo y penetró hasta la última fibra de mi ser; yo nunca había experimentado nada parecido.

LA COMPASIÓN ES UN TEMA que el Dalai Lama trata una y otra vez. Yo no creo que haya asistido a una de sus conferencias o enseñanzas sin haberle oído hablar ampliamente sobre ella. También sé que durante la última mitad de siglo ha estado meditando sobre la compasión cada mañana sin dejar de hacerlo un solo día.

En una entrevista le pedí a Su Santidad que me hablara de la compasión. Lhakdor se encontraba a su lado, como de costumbre.

—La compasión es, en cierto modo, la sensación de interesarte, de preocuparte por las dificultades y el sufrimiento de los demás —respondió el Dalai Lama—. No sólo por los de tu familia y amigos, sino por los de

todas las personas, incluyendo a los enemigos. Ahora bien, cuando analizamos a fondo nuestros sentimientos, hay una cosa que vemos con claridad: si sólo pensamos en nosotros mismos y no tenemos en cuenta a los demás, nuestra mente está abarcando un área muy pequeña. Y en el interior de esta área tan pequeña, incluso los problemas más diminutos nos parecen enormes. Pero, en el momento en que desarrollas la sensación de interesarte por los demás, comprendes que ellos, al igual que tú, también desean la felicidad, sentirse satisfechos. Y cuando desarrollas este interés por los demás, tu mente se ensancha automáticamente. Tus propios problemas, por grandes que sean, dejan de ser tan importantes para ti. ¿Y cuál es el resultado? Tu paz interior aumenta en gran medida. Así que, si sólo piensas en ti, en tu propia felicidad, al final acabas siendo menos feliz. Y sientes más ansiedad y miedo.

Éste es, a mi modo de ver, el efecto de la compasión: si realmente deseas alcanzar una verdadera felicidad, vale la pena utilizar cualquier método para conseguirla. Y el mejor de todos es interesarte por los demás; al hacerlo, uno mismo es el mayor beneficiado.

Le pregunté al Dalai Lama cómo había llegado a esta comprensión de la compasión.

—A los treinta y dos años fue cuando desarrollé una profunda experiencia de la compasión —me contó—. En 1967 recibí las enseñanzas sobre el *Ingreso en el camino*

de la Iluminación, una obra de Santideva, un lama elevado. Desde entonces he estado leyendo y reflexionando sobre la compasión. Mi mente se sentía muy atraída por ella y me producía una sensación muy intensa. A menudo, al reflexionar en el significado de una mente altruista y en los beneficios que aporta, se me nublan los ojos.

Se giró para hablar con Lhaddor en tibetano.

—Según Su Santidad —dijo el traductor—, desde entonces ha estado desarrollando la compasión. Cuando meditaba sobre ella, a veces se sentía lleno de alegría y agradecimiento. Y también experimentaba, al preocuparse mucho por los demás, una sensación de tristeza.

—Después del año 1967, ¿hay algún otro momento decisivo en su desarrollo de la compasión? —pregunté al Dalai Lama.

—Ocurre constantemente —repuso él en inglés, antes de hablarle a Lhakdor en tibetano.

—A finales de los años ochenta Su Santidad empezó a experimentar la compasión cada vez con más fuerza —tradujo Lhakdor. Advertí que el Dalai Lama era reacio a hablarme directamente de sus logros espirituales. Quizá le preocupaba parecer estar alardeando de ellos. Sin duda se sentía más cómodo hablando a través de Lhakdor.

—¿Experimenta desde entonces la sensación de compasión con más facilidad? —le pregunté.

—Sí —respondió el Dalai Lama, añadiendo algo en

tibetano.

Lhakdor empezó a traducirlo:

—Tras desarrollar esta experiencia real con la compasión, tenía unos frecuentes episodios que eran...

—Convicción es la palabra más adecuada —puntualizó el Dalai Lama—. No puedo decir que fuera una experiencia real, sino una fuerte convicción.

—Una indicación de esta fuerte convicción —prosiguió Lhakdor—. Siempre que Su Santidad meditaba o reflexionaba sobre la compasión, experimentaba unas poderosas emociones, hasta el punto que le asomaban lágrimas a los ojos durante algunas enseñanzas públicas o mientras estudiaba en privado. Y, al reflexionar sobre ciertas profundas explicaciones sobre la vacuidad, asimismo sentía intensas emociones.

—Yo creo que esa fuerte convicción o esas intensas emociones en realidad me dieron más fuerza interior —explicó el Dalai Lama—. En la actualidad, cuando afronto algún problema o crítica como, por ejemplo, una crítica sin fundamento de los chinos, naturalmente me irrito un poco a veces...

—Pero enseguida siente compasión por ellos —tradujo Lhakdor—. Lamenta que no conecten de manera positiva con él. Pero aunque haya esta negatividad, este sentimiento puede dar un fruto positivo. Otra cosa que Su Santidad desea destacar es que su desarrollo de la compasión procede de haber practicado durante muchos

años.

—De haber trabajado duramente —sugerí.

—No demasiado duramente —dijo el Dalai Lama—.

A primeras horas de la mañana reflexiono sobre la compasión varios minutos. Después medito, hago meditación analítica. Y, por supuesto, cada mañana hago el voto de actuar con altruismo. Y en ese momento reflexiono sobre la compasión y recito algunos versos, hasta que experimento una fuerte sensación.

»La comprensión de la vacuidad también ayuda mucho a desarrollar la compasión. Sin duda la fortalece —añadió el Dalai Lama, golpeando con el índice derecho el aire varias veces.

—La compasión nos permite comprender la realidad absoluta —agregó Lhakdor, explicando las palabras de Su Santidad—. Nos ayuda a apreciar la sabiduría de la interdependencia: una ley fundamental de la naturaleza. Adquirimos la visión de que en el fondo todo está relacionado. Precisamente al ser conscientes de esta interrelación podemos sentir empatía con el sufrimiento de los demás. Y al sentirla, la compasión fluye de manera natural. Entendemos el sufrimiento de los demás y sentimos el deseo de ayudarlos a eliminarlo. La vacuidad fortalece, por tanto, las emociones positivas como la compasión.

Vacuidad y compasión. Sabiduría y método. Éstos son sendos pilares de la práctica del Dalai Lama: todo

cuanto necesitamos saber sobre la práctica espiritual. Su Santidad utiliza a menudo una metáfora para ilustrar su fundamental importancia. Al igual que un pájaro necesita tener dos alas para volar, una persona con sabiduría, pero sin compasión, es como un solitario ermitaño vegetando en las montañas, y una persona compasiva sin sabiduría también es tan inútil como un cándido necio. Ya que son necesarias ambas cualidades; la una refuerza a la otra. En cuanto comprendemos que estamos interconectados, es difícil no sentir cierta compasión por los problemas de nuestros semejantes. Y en cuanto surge, empezamos a vislumbrar la intemporal verdad de la interdependencia, de la vacuidad.

El Dalai Lama tenía una expresión pensativa. Al cabo de unos momentos se giró hacia mí y me dijo mirándome a los ojos:

—Si hay algo de lo que estoy seguro —me dijo— es que la práctica de la vacuidad y la compasión, que siempre van de la mano, es... —y entonces volvió a hablar en tibetano.

—Su Santidad está convencido —tradujo Lhakdor— de que si meditas en la vacuidad y la compasión y sigues trabajando en ello, obtendrás un beneficio tangible todos los días. Tu actitud cambiará por completo.

—Creo que estas dos prácticas son muy inteligentes... —empezó diciendo el Dalai Lama, pero hizo una pausa porque la palabra «inteligentes» no le

parecía del todo adecuada. Se quedó mirando al vacío, con las palmas de las manos unidas frente al rostro—. Creo que son... muy efectivas. Pienso que la comprensión de la vacuidad suaviza las cosas y la compasión les da una nueva forma —al final de su última frase, unió las palmas de las manos como si fueran unos címbalos.

—Igual que si moldearas arcilla —sugirió Lhakdor.

—Según mi propia experiencia —prosiguió el Dalai Lama—, estas cuestiones sobre la compasión son algo vivo. Cuando yo les cuento a otras personas mis experiencias sobre la compasión y comparto algunos de mis sentimientos, ellas me comprenden: ven que es algo real, algo vivo. De lo contrario, la gente tiene la impresión de que se trata de algo como el «cielo» budista: que no es más que una idea, un concepto y no algo vivo...

—Casi se lo toman como un cuento de hadas —tradujo Lhakdor, mientras el Dalai Lama se balanceaba en su sillón, con el cuerpo convulsionado por la risa.

La creación de un yogui del espacio

Mientras el Dalai Lama subía con dificultad el empinado sendero que conduce al monte del Buitre, uno de los lugares de peregrinación más importantes del budismo, cinco comandos indios formaban un escudo humano a su alrededor. Los soldados, miembros de una unidad de élite del ejército indio, vestían impecablemente de negro: llevaban camisetas de algodón de manga larga, unos largos pañuelos en la cabeza y unos pantalones planchados con esmero. Cada uno de ellos tenía la parte inferior de la cara cubierta con otro pañuelo de modo que sólo se les vieran los ojos. Estaban equipados con armas automáticas. Dos de ellos, unos tiradores de primera, llevaban rifles de precisión colgando de los hombros. Incluso sin armas, el aspecto de esos hombres de anchas espaldas era impresionante; medían metro ochenta de altura y era obvio que estaban en una excelente forma física.

Tras ellos había más soldados con boinas caquis y azules. Nunca había visto al Dalai Lama tan bien protegido en la India. Como el líder tibetano había ido a visitar este apartado lugar de peregrinación de Bihar, el estado más pobre y anárquico del país, lo cual era un

acontecimiento muy poco habitual, las autoridades habían tomado todas las precauciones necesarias para que no corriera ningún peligro.

El Dalai Lama ascendía lentamente aunque con constancia, apoyándose en un bastón hecho con una delgada rama. De vez en cuando charlaba brevemente con sus escoltas indios, pero la mayor parte del tiempo caminaba en silencio. Cuando habíamos recorrido un cuarto del camino, se quitó el manto granate y se lo entregó a Buchung, su ayudante, el cual lo dobló meticulosamente en forma de cuadrado. En un determinado punto el Dalai Lama se alejó varios metros del camino para ver una pequeña cueva de meditación excavada en la ladera de la colina. Un discípulo del Buda se había retirado a ella para meditar hacía dos mil quinientos años.

Cuando llegamos a la cima del monte del Buitre, el Dalai Lama estaba sudando. Se detuvo y, metiendo la mano en el interior de su túnica monacal, sacó un pañuelo y se secó la frente y la cara empapadas en sudor. Tenzin Taklha, que se hallaba cerca de Su Santidad como de costumbre por si necesitaba algo, se inclinó ligeramente ante él extendiendo una de sus manos para recoger el pañuelo usado. Pero el Dalai Lama volvió a metérselo en el interior de la túnica.

La cima del monte del Buitre era una zona llana del tamaño de un pañuelo rodeada de montículos rocosos por

los tres lados. En el cuarto, la aguda cima caía en picado sobre un valle. Desde el mirador en forma de «U» hecho con bajos muros de ladrillos de un metro de altura, se dominaba la aplanada área. Encima de los muros se habían colocado numerosas velas como ofrenda.

Después de prosternarse, el Dalai Lama se acercó al borde del precipicio y contempló el llano valle del Rajgir que se extendía a sus pies, a tres horas de camino en coche desde Bodhgaya. Una solitaria carretera de tierra roja, que partía en dos las verdes tierras de labranza, llevaba directamente a las altas montañas que rodeaban el valle. La vista era preciosa. Pero el Dalai Lama no se entretuvo a contemplarla, sino que se concentró en las oraciones que estaba recitando, procedentes de los sutras de la sabiduría, que explican el concepto de la vacuidad. En este lugar el Buda había estado exponiendo la doctrina de la vacuidad, una idea que subyace en el corazón del conocimiento budista, dos mil quinientos años atrás.

En las anteriores entrevistas que yo había mantenido con el Dalai Lama, él me había hablado largo y tendido de los conceptos interrelacionados de la interdependencia y la vacuidad: las dos caras de una misma moneda, dos formas distintas de entender la misma idea. Su Santidad me había contado que todo cuanto existe —las tazas de café, los sentimientos de envidia— depende por completo de una compleja red de relaciones. Por eso, al profundizar en ello, uno descubriría que todas esas cosas no podían

existir de manera independiente. Según la terminología del Dalai Lama, carecen por tanto de vida propia. No tienen una existencia intrínseca. Es decir, son vacías. También me había dicho que, a fin de apreciar por completo estos conceptos tan fundamentales y trascender la mera comprensión intelectual de los mismos, era necesario realizar una rigurosa práctica espiritual que comportaba largas sesiones de meditación.

En otra entrevista que mantuve con él le pregunté al Dalai Lama cómo había conocido el concepto de la vacuidad y cómo había asumido la fundamental importancia que tenía en su vida.

—La vacuidad no es fácil de entender —me respondió el Dalai Lama—. Pero, en cuanto desarrollé una cierta comprensión de ella, una cierta visión, comprendí que puede aplicarse a prácticamente todas las experiencias, a todas las situaciones.

Se giró hacia Lhakdor y le habló en tibetano.

—Al haber adquirido más experiencia con los años, la vacuidad ejerce una mayor influencia en su vida —tradujo Lhakdor.

—Creo que a los veinte años ya desarrollé un verdadero interés por la vacuidad —prosiguió el Dalai Lama, balanceándose suavemente hacia delante y hacia atrás desde el borde de su sillón—. Recuerdo un episodio que ocurrió en 1954, cuando asistía al Congreso Nacional Popular en Pekín. Como durante esos días yo no estaba

demasiado ocupado, le dije a Ling Rimpoché, mi antiguo tutor, que deseaba estudiar la vacuidad con él. Era una indicación del interés que ya sentía por ella.

El Dalai Lama de pronto se quedó en silencio y dejó de balancearse rítmicamente. Se sentó con la espalda erguida, mirando a la lejanía. Al cabo de unos momentos se rascó la barbilla y volvió a hablarle a Lhakdor en tibetano, frotándose suavemente con la mano derecha la zona del pecho con un movimiento circular.

—Le ocurrió a finales de la veintena, en 1963 —empezó a traducir Lhakdor mirando fijamente al líder tibetano, con el cuerpo muy inclinado hacia delante para no perderse una sola palabra—. Un día, mientras estaba leyendo un texto budista, vio una frase que decía: «El “yo” no es sino una personalidad empírica constituida por los agregados físicos» (los grupos físicos y mentales). En cuanto la leyó, tuvo una sensación especial, una extraña experiencia —dijo Lhakdor con un hilo de voz, obligándome a aguzar el oído.

—¿Cuánto tiempo le duró esa extraña experiencia? —pregunté.

—Creo que esa sensación se prolongó durante varias semanas —repuso el Dalai Lama. Luego volvió a decirle algo a Lhakdor en tibetano. Dejó de fruncir el ceño, se quedó mirando fijamente el suelo ante él y señaló la alfombra con un amplio movimiento del brazo. Su rostro tenía una expresión de asombro.

—En aquella época —tradujo Lhakdor—, siempre que veía a personas, objetos... como esta alfombra, por ejemplo, los veía tal como aparecen pero, al mismo tiempo, era consciente de que carecían de esencia. Tenía la clara sensación de que el «yo» no existe. No en el sentido de que el «yo» no exista, sino de que no existe tal como nosotros lo comprendemos.

—La ausencia de una realidad sólida —enfaticó el Dalai Lama, levantando las manos a la altura del pecho y cerrando firmemente los puños.

—¿Tuvo alguna visión? —me arriesgué a preguntar, sin estar seguro de si era correcto seguir por este camino. Acababa de darme cuenta de que la conversación había dado un giro inesperado. El Dalai Lama me estaba explicando algo muy personal, algo que quizá sólo había contado a un puñado de personas.

—No —respondió.

—Pero tuvo esa experiencia del «sin-yo» —recalqué.

—Sí.

El Dalai Lama volvió a hablar a Lhakdor en tibetano.

—A nivel físico experimentó en su corazón algo parecido a un rayo, a una descarga eléctrica —tradujo Lhakdor.

Yo tenía la incómoda sensación de estar metiéndome en algo que no era de mi incumbencia. Las realizaciones espirituales son para los budistas unas experiencias

personales íntimas y era la primera vez que oía a un devoto practicante hablar de ellas. Pero necesitaba que me confirmara lo que acababa de oír.

—¿Sintió como una descarga eléctrica en su cuerpo?
—pregunté al Dalai Lama.

—Sí —repuso él mirándome fijamente, con las manos unidas sobre el regazo.

Oí un débil chasquido, un sonido que parecía venir de la lejanía. Entonces me di cuenta de que mi grabadora se había detenido, la cinta se había acabado. Seguí mirando al Dalai Lama, sin confiar en mi habilidad para encontrar a ciegas una cinta nueva en mi mochila. Ya le pediría más tarde a Lhakdor una copia de la grabación de la entrevista.

—¿Durante esas semanas veía usted que los objetos carecieran de esencia, de sustancia? —le pregunté. El Dalai Lama permanecía sentado con la espalda erguida y el rostro impassible. En ese momento se me ocurrió que se parecía mucho a un Buda. No pude evitar sentirme sobrecogido ante su presencia.

—Sí. Cuando reflexionaba sobre la ayoidad, sobre el sin-yo —me explicó—, en esos momentos todo cuanto veía me parecía una mera imagen. Creo que es como mirar la televisión o ver una película. Sobre todo como ver una película. Tú puedes verla creyendo que está ocurriendo de verdad, pero al mismo tiempo, aunque la estés viendo con los ojos, tu mente sabe que no son más que imágenes, que

es una película, que no es real. Así que las mismas imágenes se pueden ver sin ser consciente de que se trata de una actuación o bien siendo consciente de ello.

El Dalai Lama me estaba diciendo que, después de la extraña experiencia que había tenido en 1963, su forma de ver las cosas había cambiado. Ahora veía que las cosas tenían dos caras: una era sólida, real, palpable, tal como nosotros vemos todo aquello con lo que nos relacionamos en la vida cotidiana, como la nevera, la ira, los vecinos... Y la otra era la irreal naturaleza de todas las cosas —el ser consciente de que son como imágenes irreales—, que sus esencias son pasajeras. Que son como las imágenes en technicolor proyectadas en una gran pantalla. Su existencia, caracterizada por el constante cambio y la impermanencia, depende de una red de relaciones. Todas las cosas: la nevera, la ira, los vecinos, pueden verse desde estas dos perspectivas.

El Dalai Lama me contó que, después de ese incidente que tuvo en 1963, ya no vio las cosas del mismo modo. A medida que seguía practicando, meditando a diario, sus percepciones espirituales aparecían con más frecuencia. Siempre que el pensamiento del «sí mismo» o del «yo» cruzaba su mente, solía ir acompañado de una sensación de vacuidad, de «sin-yo».

—Antes —prosiguió el Dalai Lama— a no ser que pensara intensamente en la vacuidad al menos durante varios minutos, me costaba tener esta clase de sensación.

Pero en la actualidad, en cuanto pienso en ella, veo en el acto las cosas de un modo muy distinto.

—¿Se trata de una realización más profunda de la vacuidad? —inquirí.

—Sí —respondió el Dalai Lama, pero de pronto se echó atrás—. No sé si se trata de la vacuidad —puntualizó; yo tuve la sensación de que él quería ser muy cuidadoso con este tema.

—¿Por qué es importante ver que las cosas son intangibles? ¿Qué tiene esto que ver con su vida? —insistí.

El Dalai Lama le habló a Lhakdor en tibetano.

—Normalmente tendemos a ver las cosas como sólidas y tangibles —tradujo Lhakdor—, y al verlas así nos aferramos, nos apegamos a ellas. Nos apegamos a la idea de que existe un yo separado, unas cosas separadas. Y deseamos gozar de nuevas experiencias, de nuevas adquisiciones. Sin embargo, en cuanto las poseemos, dejan de atraernos y buscamos algo nuevo. Este interminable ciclo de deseos sólo produce sufrimiento.

—En su Santidad, sin embargo —prosiguió Lhakdor—, no surge esta actitud de apego porque percibe que en el fondo el «yo», los deseos, las pasiones o los Rolex son impermanentes, cambiantes y fugaces. Son vacíos. Al igual que los espejismos, no son reales. No podemos depender de ellos de ningún modo. Por tanto, de nada sirve desear alcanzarlos. Al comprender la vacuidad,

disminuyen los deseos, que son el origen de nuestro sufrimiento.

El Dalai Lama se dirigió a Lhakor en tibetano de nuevo. Algo le había hecho tanta gracia que se había puesto a reír sonoramente moviendo la cabeza hacia un lado y otro y agitando el cuerpo. Sus ojos habían desaparecido en su rostro contraído por la risa.

—Su Santidad dice que está fanfarroneando. Y que a esto se le llama ser un loco intentando engañar a otros locos —observó Lhakdor con una espléndida sonrisa.

Repasé las notas que había tomado. La entrevista había ido por unos derroteros que no me esperaba. En aquel momento caí en la cuenta de un detalle, y se lo pregunté al Dalai Lama para ver si yo estaba en lo cierto:

—¿Le ha hablado alguna vez a alguien de sus logros espirituales?

—A principios de los años setenta —respondió— le conté a Ling Rimpoché, casi como si le presentara un informe de ello, mi comprensión de la vacuidad y entonces... —Su Santidad se detuvo para volver a decirle algo a Lhakdor en tibetano.

—Ling Rimpoché comentó que muy pronto Su Santidad se convertiría en un yogui del espacio —tradujo Lhakdor—. Un yogui del espacio es un practicante que realiza la vacuidad que es como el espacio, alguien que ha alcanzado una fundamental iluminación.

—¿Alcanzó ese estado? —le pregunté al Dalai Lama,

echando todas mis precauciones por la borda.

—No lo sé —repuso él. Advertí que parecía hacer girar sus pulgares, pero al cabo de un segundo comprendí que sus manos, que descansaban cómodamente en su regazo, estaban pasando las cuentas de un rosario imaginario. Volvió a hablarle a Lhakdor.

—Su Santidad está progresando todo el tiempo —tradujo Lhakdor—. Y está seguro de una cosa: si Ling Rimpoché aún viviera y él le contara su logro espiritual, su tutor se alegraría muchísimo de ello.

»Si Su Santidad te está explicando todo esto es por una buena razón —me comentó Lhakdor con calma—, ya que normalmente no es adecuado hablar de estos temas.

—Es cierto, es cierto. Por eso siempre que explico algunas de mis experiencias sobre la compasión y mi comprensión de la vacuidad, dejo claro... —el Dalai Lama se puso a hablar de nuevo en tibetano dirigiéndose directamente a Lhakdor.

—Su Santidad a veces habla sobre su desarrollo espiritual para inspirar a los demás —tradujo Lhakdor—, pero siempre concluye diciendo: «No estoy afirmando que sea un bodhisatva, que haya realizado la vacuidad». Su Santidad también hace hincapié en que, según su propia experiencia, ha visto que siempre podemos progresar. Por eso le dice a sus interlocutores: «En mi propio caso, aunque yo no sea un bodhisatva ni haya cultivado la *bodhichitta* —un infinito altruismo—, también soy como

alguien que puede ver por fin la cima de la montaña».

—No estoy diciendo que haya llegado a la cima —puntualizó el Dalai Lama—, sino que ahora tengo la sensación de «¡Oh, puedo llegar hasta ella!» —añadió, pellizcándose la nariz.

—Puede olerla —sugerí.

En la encantadora terraza de la habitación las sombras se iban alargando. El Dalai Lama consultó su reloj y me dijo:

—Nos quedan algunos minutos más —aunque hacía casi dos horas que estaba con él, sentí un ligero sobresalto. Todavía me quedaba una página y media de preguntas por formularle. Mientras reflexionaba en cuál sería la siguiente, Lhakdor se giró hacia mí y me dijo:

—Hablar sobre unas cuestiones como el desarrollo espiritual siempre tiene sus riesgos.

—¿Riesgos? —repetí perplejo. También me había sorprendido que Lhakdor me hiciera esta advertencia por propia iniciativa y en presencia del Dalai Lama. Siempre tenía la costumbre de hablar sólo cuando había de traducir las palabras de Su Santidad.

—Así es, si dices que has realizado la vacuidad pero en el fondo no has alcanzado este estado —observó Lhakdor.

—El riesgo que comporta es el siguiente —me explicó el Dalai Lama—, aunque yo no lo haga con esa intención, al afirmarlo alguien podría creer que he

alcanzado un elevado estado. Si esa persona lo cree movida por la fe, quizá sea correcto. Pero si lo cree sólo porque yo lo he afirmado y entonces yo siento... —de pronto hizo una pausa.

—Si Su Santidad piensa —dijo Lhakdor completando la idea que el Dalai Lama quería transmitir — «es correcto, está bien que esa persona adquiera esa clase de idea sobre mí», entonces hay un riesgo.

—Porque en ese caso mi motivación sería egoísta —añadió el Dalai Lama.

Al igual que me había ocurrido en otras ocasiones, me sorprendió hasta qué punto el Dalai Lama está examinando constantemente la motivación de sus actos. Es una respuesta condicionada, surge cada vez que pronuncia unas palabras o toma una decisión.

—Mentir, tanto si lo hace un laico como un monje, es una falta, una acción negativa —dijo el Dalai Lama con una gran intensidad—. Pero yo soy un monje que ha recibido la ordenación completa. Si digo a los demás que tengo una profunda experiencia de la realización espiritual, sabiendo que no la he alcanzado, estoy diciendo una de las peores mentiras que existen. Una que me haría perder los votos, dejar de ser monje.

—No es como soltar una mentirijilla, sino que se trata de una mentira muy grande y especial —añadió Lhakdor.

—Sería una falta tan grave como la de una conducta

sexual errónea, matar a un ser humano o robar —observó el Dalai Lama.

—Las cuatro faltas principales —señalé.

—En tal caso ya no sería un monje. Por eso es tan peligroso —concluyó el Dalai Lama.

Nuestra entrevista había llegado a su fin. El Dalai Lama se acercó a mí y me dio un abrazo. Cuando abandonó la sala, me puse a recoger los objetos que había esparcido por la mesita: libretas, hojas llenas de preguntas escritas a máquina, fotocopias de artículos y la grabadora. Lhakdor me ayudó a meterlos en mi mochila. No nos detuvimos a charlar un poco como solíamos hacer al final de una sesión, porque yo estaba agotado y él también daba la misma impresión. Mientras salíamos de la sala de audiencias, Lhakdor me tocó suavemente el hombro. Yo me giré para ver qué quería. Su rostro tenía una dulce expresión ligeramente vulnerable.

—Sabes, Víctor —me dijo en voz baja—, había oído hablar a Su Santidad de esos temas brevemente. Pero nunca le había oído exponerlos de una manera tan detallada y profunda. Si los monjes y los ламas de los monasterios se enteraran de esta entrevista, no se lo creerían. Se sentirían tan inspirados, tan conmovidos, que enloquecerían de alegría —dijo mirándome a los ojos.

Las ondeantes cometas blancas

Me gustaba la habitación donde me alojaba. Era espaciosa y de techo alto, una de las pocas habitaciones que reservaba para los huéspedes la Circuit House, una mansión colonial que los oficiales del gobierno indio utilizaban cuando viajaban por motivos laborales a Rajgir, la pequeña ciudad cercana al monte del Buitre. No me importaba que mi habitación tuviera un cuarto de baño sin agua caliente con un váter al estilo oriental: un agujero en el suelo. Los músculos de mis piernas no eran lo bastante flexibles como para ponerme en cuclillas sobre ese artilugio. Sin embargo, también disponía de una gran terraza con varias sillas de ratán y unas mesitas. Podía imaginarme fácilmente sentado en él al atardecer, vestido con traje de lino blanco, saboreando un gin-tonic con cubitos de hielo decorado con una rodajita de lima. Me alojaba en la Circuit House gracias a la cortesía de la Oficina Privada del Dalai Lama. La habitación costaba diez rupias por noche —unos veinte centavos de dólar—; como era de esperar, el gobierno de la India enviaría la factura de mi estancia a Dharamsala.

No tenía previsto pasar la noche en ella, pero se había producido un cambio de planes. Durante las dos

últimas semanas había estado acompañando al Dalai Lama en su peregrinación a algunos de los enclaves budistas más importantes de la India. Después de la agotadora caminata hasta el monte del Buitre, el Dalai Lama había decidido ir directamente a un hotel en Patna, a tres horas de camino en coche. Así podría recuperar fuerzas para el largo e incómodo viaje de vuelta a Bodhgaya y sobrellevar las carreteras de Bihar, famosas por su mal estado; esto le permitiría llegar descansado y mejor preparado para empezar a celebrar los importantes rituales de Kalachakra ante 200.000 peregrinos. Yo había desistido de acompañar al Dalai Lama hasta Patna. No podía aguantar un viaje tan largo a esas avanzadas horas del día.

Compartí la habitación del hotel con el doctor Tseten Dorji Sadutshang, uno de los médicos principales del Dalai Lama. Se unió a mí cuando yo ya me preparaba para acostarme. Tseten, aunque silencioso y reservado por naturaleza, conmigo ha sido siempre muy cordial, ya que tenemos algunas cosas en común. Parte de su familia vive en Vancouver, mi ciudad natal, y ambos tenemos hijos preadolescentes. Además disfrutamos conversando a fondo sobre el Dalai Lama.

Antes de apagar las luces de la habitación, el doctor Tseten me contó por qué estaba en Rajgir, por qué había decidido, por iniciativa propia, acompañar al Dalai Lama en su peregrinación al monte del Buitre y a Nalanda. En

estos apartados lugares las carreteras están en muy mal estado y los centros médicos son escasos y se encuentran alejados unos de otros. Así que el doctor Tseten había decidido acompañar al Dalai Lama para estar cerca de él por si surgía algún problema médico. Me confesó que no era fácil ser el médico del Dalai Lama. El líder tibetano tiende a molestarse cuando su equipo lo mima. Se rebela ante la idea de estar rodeado de médicos mientras viaja; cree que éstos han de ocuparse de ayudar a la gente en lugar de seguirlo a todas partes como si fueran su sombra. A lo largo de los años el doctor Tseten había aprendido a resignarse y a no perder de vista a su paciente, pero con la mayor discreción posible.

Cuando me desperté por la mañana, el doctor Tseten ya se había ido. Tomé una tonificante ducha de agua fría, empaqueté mis cosas y salí a la terraza. Me senté en un sillón de orejas de mimbre, para disfrutar del fresco aire matinal. Una delgada capa de niebla suavizaba el intenso color rojizo de la tierra. Un par de perros callejeros, agotados después de una noche de aventuras, dormitaban hechos un ovillo a la sombra de un árbol. En el lugar reinaba un gran silencio; lo único que se oía era el piar de los pájaros.

De pronto, el doctor Tseten, subiendo los peldaños de la escalera de dos en dos, irrumpió en mi habitación sin apenas darme los buenos días y me dijo:

—El coche ya ha llegado. Hemos de irnos enseguida.

No tenemos tiempo para desayunar —cogió de un manotazo su equipaje y bajó corriendo las escaleras. Yo lo seguí a la zaga.

Mientras nos íbamos con el coche del recinto de la Circuit House, el doctor Tseten me puso al día. Había recibido a primeras horas de la mañana una llamada de Tenzin Taklha, el subsecretario privado de Su Santidad. El Dalai Lama, de camino a Patna, había sentido unos agudos dolores abdominales y habían pasado la noche allí, en el Hotel Maurya. No se encontraba en condiciones de viajar hasta Bodhgaya. Después de colgar el teléfono, el doctor Tseten había llamado a sus colegas: el doctor Namgyal y el doctor Dawa, especialistas en medicina tibetana que trabajaban en una clínica gratuita para los peregrinos en Bodhgaya. Ambos se dirigirían de inmediato a Patna.

EL MAURYA, ENCAJONADO entre un par de sórdidos edificios de pisos, era el mejor hotel de Patna. Su pequeño vestíbulo estaba abarrotado de periodistas indios; este lugar sería su puesto de mando mientras esperaban las no-ticias sobre el estado de salud del Dalai Lama. Un guardaespaldas, al ver entrar al doctor Tseten, le hizo subir enseguida las escaleras para llevarlo directamente a la habitación del Dalai Lama. Yo fui antes

al restaurante a desayunar y luego subí al primer piso. Una falange de personal de seguridad tibetano vigilaba el pasillo. No pude encontrar por ningún lado al doctor Tseten ni tampoco a Tenzin Taklha.

La situación parecía seria. Advertí que los guardaespaldas del Dalai Lama estaban preocupados; ninguno de ellos estaba bromeando como de costumbre. Y los tres médicos que se ocupaban de cuidar al Dalai Lama habían venido hasta Patna para examinarlo. En todos los años que hacía que yo lo conocía, desde la primera entrevista que había mantenido con él en 1972, el líder tibetano, salvo por una ocasional gripe o trastorno estomacal, nunca había estado enfermo. La única vez que estuvo muy enfermo fue cuando contrajo una hepatitis B en 1967. En aquella ocasión había tenido que guardar cama durante un mes, lo cual había supuesto un mazazo para la comunidad de exiliados tibetanos.

A avanzadas horas de la mañana regresé a Bodhgaya, pero sin el doctor Tseten. Mientras mi chófer intentaba abrirse paso por el denso tráfico de Patna, una incómoda sensación se apoderó de mí.

TRAS DESCANSAR TRES DÍAS en Patna, el estado del Dalai Lama no había mejorado. Un helicóptero del gobierno lo llevó al pequeño aeropuerto de Bodhgaya. Desde allí,

recorrió en coche la corta distancia hasta el monasterio de Shechen, en el centro de Bodhgaya. Mientras salía con paso vacilante del coche, fue a recibirlo Chimela, la alta y corpulenta hija del difunto Dilgo Khyentse Rimpoché, el legendario fundador del monasterio. El Dalai Lama se agarró del brazo izquierdo de Chimela y se apoyó en él por completo mientras se dirigían lentamente a la entrada. Rabjam Rimpoché, el actual abad, evitó mirarlo directamente a los ojos. Le rodaban las lágrimas por las mejillas, pues se sentía desolado por el demacrado aspecto del Dalai Lama.

EL LAMA ENCARNADO de ocho años estaba sentado ante una mesita cubierta con brocados de elaborados dibujos. La viveza de los colores de la tela competía con las flores que había sobre la mesa. En los pequeños cuencos de cobre llenos de agua, flotaba una pila de caléndulas amarillas; en un jarrón de bronce había un generoso ramo de gladiolos rosas y de lilas de color violeta pálido. El gran respaldo cubierto con una tela bordada en la que se veían dragones jugueteando sobre un fondo dorado hacía que aquel niño de tan corta edad pareciera más pequeño si cabe. Yangsi Rimpoché, cubierto con su túnica amarilla y granate, se movía con la elegancia de un príncipe en su trono. Flanqueado por Rabjam Rimpoché y otros lamas

elevados, permanecía sentado ante una gran multitud de monjes tibetanos. Se habían reunido en el patio del templo de la Mahabodi de Bodhgaya, con el fin de rezar por la pronta recuperación del Dalai Lama. El líder tibetano, aunque llevaba ya varios días en Bodhgaya, no daba señales de recuperarse de su enfermedad.

Un monje tibetano, con la cara cubierta con una mascarilla quirúrgica blanca, se acercó al mofletudo niño y sostuvo ante él una jaula metálica. En el interior había una cotorra de collar, un pájaro de color verde del tamaño de un lorito. El monje, realizando una profunda reverencia, le ofreció a Yangsi Rimpoché la jaula y el pequeño, inclinándose hacia ella, sopló sobre el pajarito para bendecir a este ser vivo. Luego fue a coger el aro metálico que había en la parte superior de la jaula, pero el asustadizo pájaro de pronto se puso a aletear violentamente y el niño, asombrado, retiró enseguida la mano. El monje abrió la puertecita de la jaula y el pájaro cruzó torpemente la abertura y echó a volar; su cuerpo verde se recortó durante un instante en el inmenso cielo y después desapareció en la lejanía. El pequeño lama, satisfecho consigo mismo, echó una miradita a Rabjam Rimpoché, que esbozaba una amplia sonrisa. Su joven alumno, con una pequeña ayuda, acababa de realizar un meritorio acto que podía tener un efecto positivo sobre la salud del Dalai Lama.

Un grupo de ancianos peregrinos tibetanos se

sentaron a una cierta distancia de mí. Uno de ellos estaba ocupado haciendo girar su molinillo de oraciones casero: una gruesa barra de madera coronada con una pieza de tela amarilla llena de oraciones impresas. Había clavado la barra en el suelo y hacía girar el molinillo en la dirección de las agujas del reloj: la tela amarilla se desdibujaba por el rápido movimiento. El otro peregrino que estaba sentado junto a él estiraba el cuello intentando seguir al máximo la trayectoria del pájaro liberado.

EL DALAI LAMA no había salido aún de su habitación situada en el último piso del monasterio de Shechen desde que había llegado de Patna. Sus médicos y Paljor-la, su antiguo ayudante personal, que llevaba muchos años con él, eran los únicos que lo habían visto. Tenzin Taklha vagaba con expresión ausente por el recinto monástico con una carpeta llena de documentos: las instrucciones diarias, los comunicados del gabinete y de la Oficina Privada tibetanos y las urgentes decisiones de las que el Dalai Lama debía ocuparse. Pero Su Santidad no llevaba a cabo reuniones, entrevistas ni enseñanzas.

Mientras él seguía recluido, doscientos mil peregrinos acudieron a la pequeña ciudad donde el Buda había alcanzado la iluminación. Todos estaban ansiosos por vislumbrar al Dalai Lama y esperaban con

impaciencia el comienzo de la gran Iniciación de Kalachakra.

CUATRO COMANDOS INDIOS, equipados con armas automáticas, cruzaron corriendo la entrada que conducía al enorme recinto del Kalachakra, con los pañuelos negros de sus cabezas ondeando tras ellos. El Ambassador blanco en el que el Dalai Lama viajaba los seguía lentamente. El coche se detuvo y el líder tibetano salió de él. Hacía diez días que yo no lo veía y al contemplarlo me quedé atónito. En lugar del vigoroso hombre que aparentaba encontrarse en la mitad de la cincuentena, mostraba ahora el aspecto de un castigado anciano de sesenta y siete años.

El Dalai Lama, con la espalda más encorvada de lo habitual, caminó a lo largo de la alfombra amarilla —una alfombra roja envuelta en una tela amarilla de algodón— que habían extendido para él. Al llegar a la línea de monjes y de oficiales tibetanos que lo estaban esperando con un manojo de barritas de incienso a modo de ofrenda, se acarició con el índice la pálida mejilla derecha y dijo algo al monje que tenía más cerca. Supongo que le preguntó si había adelgazado. Su Santidad sin duda había perdido peso. Los huesos de sus mejillas eran más pronunciados y tenía los ojos hundidos. Al pasar ante mí,

su cara se contrajo en una mueca al intentar sonreírme. Pero yo era consciente de que ni siquiera tenía fuerzas para saludarme con la mano como solía hacer.

El Dalai Lama se dirigió lentamente hacia el pequeño templo del Kalachakra que albergaba el mandala de arena y se acercó al gran escenario. Cuatrocientos monjes, los más veteranos, procedentes de las cuatro escuelas del budismo tibetano, lo estaban esperando pacientemente. Dos días antes se había anunciado que el Dalai Lama haría una breve aparición en el templo del Kalachakra: era su primera aparición pública desde que había enfermado. Al oírlo, se extendió una oleada de excitación por Bodhgaya y sus alrededores. A los pies del escenario un importante grupo de periodistas y de cámaras de distintas cadenas de televisión se disputaban los lugares que permitían obtener una imagen del enfermo líder tibetano.

Yangsi Rimpoché, el niño lama, estaba sentado en la primera fila, junto con media docena de lamas encarnados. El Dalai Lama se acercó a él y le dio unas cariñosas palmaditas en la cabeza. Mientras Su Santidad subía la escalerilla de madera que llevaba a su trono, varios pares de manos lo sostuvieron por los brazos para que no perdiera el equilibrio. Un robusto monje se encaramó a la parte superior de la escalera para tirar del debilitado Dalai Lama y ayudarlo a subir. El líder tibetano, manteniéndose en pie con una cierta

inestabilidad sobre el grueso cojín y con las palmas de las manos unidas frente al pecho, se inclinó solemnemente ante la gigantesca multitud. Cientos de miles de peregrinos procedentes de todo el arco del Himalaya y del subcontinente indio se apiñaban ante el escenario improvisado junto con dos mil occidentales llegados de cincuenta países.

El Dalai Lama, tras sentarse, hurgó en el interior de su túnica y sacó un trozo de papel, algo muy infrecuente en él. Siempre había hablado de manera improvisada. Aparté la vista para echar una mirada a la multitud que había abajo. Por el rabillo del ojo vi algo que parecía un alargado pájaro blanco flotando en medio del aire por encima de la gran multitud de monjes. Uno de ellos, sin abandonar su postura del loto, había sacado de su bolsa una khata, un pañuelo blanco ceremonial y, arrugándola en una pelotita, la había lanzado sobre la multitud. La khata zarpó con elegancia impulsada en medio del aire. Un practicante con una larga perilla la atrapó y volvió a impulsarla. Al cabo de poco, como si todo el mundo se hubiera puesto de acuerdo, cientos de suaves pañuelos de seda surcaron el aire como una multitud de cometas de seda y formaron una reluciente red blanca que cambiaba sin cesar extendiéndose sobre un mar rojo. Los monjes y peregrinos, sabiendo que no podrían acercarse al escenario para ofrecerle físicamente los pañuelos al líder tibetano enfermo, habían optado por el mejor recurso

posible.

El Dalai Lama, sentado en su trono con la espalda encorvada, contempló la emotiva escena. Después respiró hondo, se aclaró la garganta y tragó saliva. Inspiró trabajosamente un par de veces. Yo tuve la sensación de que se había emocionado, que el gran interés que los presentes mostraban hacia él le había conmovido profundamente. Siempre recordaré aquellos breves segundos. Los aledaños del templo estaban llenos a rebosar y, sin embargo, el silencio que reinaba en ellos no se quebró ni siquiera con una simple tos.

El Dalai Lama empezó a hablar en tibetano. Todavía tenía su profunda voz de barítono, pero había perdido algo de su anterior esplendor. La enfermedad le había arrebatado una gran parte de su vitalidad. Lhakdor, su traductor, estaba sentado en la postura del loto en una esquina del escenario con un pequeño micrófono ante él. Cuando el Dalai Lama comenzó a hablar a la multitud, Lhakdor tradujo quedamente sus palabras al inglés sirviéndose del micrófono. Los occidentales que disponían de una radio de FM podían escucharlo a través de ella.

«Durante los últimos días he estado bastante enfermo», tradujo Lhakdor. «Antes de enfermarse muchas personas me habían sugerido que debía descansar más y no trabajar tanto. Pero yo no les hice demasiado caso. Reconozco que he sido imprudente y un poco testarudo».

El Dalai Lama contó a la multitud que había ido de peregrinación al monte del Buitre y que había realizado el agotador ascenso hasta la cima. También les habló del terrible dolor que había experimentado mientras se dirigía en coche a Patna.

«Creo que ahora ya estoy bien, pero aún me siento muy cansado», prosiguió. «No creo que sea capaz de dar las enseñanzas preliminares». Al decirlo oí algunos gimoteos a través de mis auriculares. Miré a Lhakdor. Tenía la cabeza inclinada hacia el suelo y el rostro sonrojado. «En cuanto a la Iniciación de Kalachakra, podría acortarla hasta cierto punto. Pero su preparación requiere al menos de cinco a seis horas diarias, aunque la haga con más rapidez. No creo que mi presente estado de salud me lo permita.» Oí algunos gimoteos más. Lhakdor dejó de hablar durante un momento y se aclaró la garganta. «Si me forzara a mí mismo a realizar esta preparación, estaría cometiendo una estupidez. Así que, por el bien de mi salud, para poder seguir trabajando a largo plazo para el beneficio de los demás, he decidido aplazar el Kalachakra hasta el año que viene». En el escenario muchos de los lamas elevados prorrumpieron en sollozos abiertamente.

«Aquellos de vosotros que hayáis venido de muy lejos, no debéis sentirnos tristes por no haber recibido la Iniciación de Kalachakra», tradujo Lhakdor. «Habéis venido a este sagrado lugar con determinación y la

motivación correcta. Acumularéis mérito con cada paso que deis, con cada acción que realicéis. La principal fuente de bendiciones no soy yo, no es el Dalai Lama, sino la sagrada imagen del Buda y la tierra sagrada que ha sido visitada por tantos grandes maestros espirituales. No penséis que habéis venido hasta aquí en vano.

»El mandala sólo puede verse después de haber recibido las iniciaciones. Sin embargo, al no poder yo dáros las, esto comporta un pequeño problema. Pero como habéis venido a este sagrado lugar con una gran devoción, creo que os será de utilidad ver el mandala.»

El Dalai Lama hizo una pausa para ordenar sus pensamientos.

«En este momento, mientras os estoy hablando, curiosamente mi cuerpo parece sentirse mejor. Si mi salud no empeora, intentaré daros algunas enseñanzas durante dos días. Y en el decimoquinto día del mes tibetano, volveré aquí para celebrar el último evento del Kalachakra: la iniciación de larga vida.»

A MEDIDA QUE EL DÍA avanzaba, fueron llegando más tibetanos a Bodhgaya. Aquella noche el templo de la Mahabodhi parecía estar en llamas. Sus numerosas estupas y torres votivas decoradas con elaboradas esculturas relucían con la luz del medio millón de velas

que se había ofrecido para la pronta recuperación del Dalai Lama. Decenas de miles de peregrinos las estaban circumambulando en el sentido del curso solar. Desde la lejanía el recinto circular parecía una gigantesca estación espacial bañada por la luz de otro mundo.

Al día siguiente regresé al templo del Kalachakra. Los monjes del monasterio del Dalai Lama estaban cantando unas oraciones. Algunos de sus compañeros trabajaban en el vistoso y complejísimo mandala de arena, añadiendo con cuidado los granos uno a uno. Todo cuanto había en el mandala, dispuesto meticulosamente en una plataforma de madera de dos metros cuadrados, era una representación simbólica de algún aspecto de la deidad de Kalachakra y del universo de la misma. En un momento dado advertí que los monjes se habían agitado y que estaban susurrándose algo entre ellos. Habían cometido un pequeño error: habían dibujado una diminuta figura en el lugar equivocado. Después de asegurarse que nadie lo veía, un monje aspiró con disimulo los molestos granos de arena con un tubo de metal. Yo ya había visto construir en otras ocasiones un mandala de arena, pero era la primera vez que veía cometer un error en él. En el aire se palpaba una sensación de letargo; si el Dalai Lama hubiera estado allí todo habría sido muy distinto.

Advertí un diminuto micrófono fijado en la talla de madera que había sobre una de las ventanas; el cable del micrófono serpenteaba a través de una rendija y salía al

exterior. Un monje me contó que el cable estaba conectado al transmisor de FM que alimentaba el altavoz situado en la habitación del Dalai Lama. Incluso en su débil estado, Su Santidad quería contribuir. Como no podía participar en persona, se aseguraba de estar allí al menos en espíritu. Quería sintonizar con las oraciones de los monjes y añadir silenciosamente la suya: desde lejos. Esta energía colectiva, un himno por la paz del mundo, se liberaría cuando el mandala se destruyera ritualmente y la arena de la que se componía se vertiera en el agua. El Dalai Lama estaba haciendo todo lo posible por participar, por seguir meticulosamente los preparativos desde la cama hasta el último momento. Visualizándose en el lugar, deseando ser consciente de los cánticos de las oraciones, su humanidad había vuelto a conmoverme profundamente.

Un par de fotografías sin firmar

La bailarina coreana principal estaba en trance. Tenía los ojos cerrados y una helada y loca sonrisa en la cara. Lanzaba frenéticamente la cabeza hacia atrás y hacia delante, agitándose con violencia al compás del entrecortado ritmo de los tambores que sus compañeras tocaban. En total eran seis, todas ellas vestían unas túnicas rosas de seda y unos anchos pantalones blancos. Algunas llevaban unos gorros extravagantemente altos decorados con borlas rosas y amarillas. Las bailarinas formaban parte del importante grupo de budistas coreanos que habían acudido a Bodhgaya para la Iniciación de Kalachakra. Tras asistir a las enseñanzas matinales impartidas por un lama tibetano, un pequeño grupo de ellos había decidido ofrecer a los monjes un poco de diversión para que olvidaran durante un rato la incertidumbre que les causaba el estado del Dalai Lama.

Una anciana tibetana apareció de pronto y se puso a danzar en medio de las bailarinas coreanas. Empezó a contonearse lánguidamente hacia atrás y hacia adelante. Pero en cuanto se dejó llevar por el ritmo, se puso a girar y a dar vueltas enérgicamente, lanzando los brazos a su alrededor con desenfreno. Luego se sacó un largo pañuelo

azul y se envolvió la parte superior de la cabeza con él, un perfecto complemento para su ancho y suelto vestido tibetano.

Los monjes la miraban fascinados. Aquella frágil tibetana con aspecto de abuelita de cabello blanco peinado en un moño, era tan buena bailando como las jóvenes coreanas. Los espectadores la animaban con gritos y silbidos. Un monje novicio, de unos seis años, se encaramó a los hombros de un monje de más edad para poder verla mejor. Un corpulento policía indio que pasaba por allí se detuvo para contemplar el espectáculo, olvidándose por un momento de que su trabajo consistía en mantener el orden. La anciana, esbozando una serena sonrisa, bailaba ajena a la gente que la rodeaba.

Una mujer occidental ya mayor, luciendo una gran sonrisa y moviendo la cabeza en señal de incredulidad, se acercó a uno de los monjes. Tras captar su atención, le mostró el pulgar alzado en señal de aprobación y luego se puso a girar los brazos y los hombros imitando a la anciana tibetana. El monje sonrió afablemente, le dio unas palmaditas en el hombro y levantó también el pulgar.

Después del espectáculo me dirigí a mi hotel. Al llegar a él me senté en el vestíbulo para leer el *Times of India* de la jornada. Hacía un par de días que Kármapa se alojaba en el mismo hotel y había muchas personas vagando por el vestíbulo con la esperanza de vislumbrar al cabeza supremo de diecisiete años de edad de la

escuela de Karma-kagyü. Hacía varios años, cuando no era más que un adolescente y se encontraba en su monasterio en el Tíbet, había logrado burlar la vigilancia de los guardaespaldas chinos y había huido cruzando el Himalaya de noche a caballo para poder estar con el Dalai Lama.

Alan King, un canadiense que ha fotografiado siete Kalachakras a lo largo de la última década, se sentó a mi lado e inclinándose hacia mí me dijo en voz baja:

—Victor, esto no me gusta nada. Tenzin Taklha ha llevado por fin esta mañana mis dos fotos al Dalai Lama. Y hace media hora me las ha devuelto sin firmar —King estaba montando una exposición de fotos del Kalachakra en Graz, Austria, y necesitaba que el Dalai Lama pusiera en ellas su autógrafo. Talkha había estado llevando las fotos en su cartera todo el día.

—¿No ha podido ver Tenzin al Dalai Lama? —pregunté.

—Sí que lo ha visto, pero al ofrecerle las fotos Su Santidad no tenía fuerzas para firmarlas.

Durante los dos últimos días yo había sentido mucha inquietud por el estado de salud del Dalai Lama. Cuando hizo su aparición en el templo del Kalachakra, había dicho claramente que daría enseñanzas durante dos días si se veía con fuerzas. Pero al final no había podido darlas. En su lugar las habían impartido algunos de los más importantes lamas. El Dalai Lama también había

prometido que vendría el último día del Kalachakra, cuando una enorme multitud le dedicaría oraciones de larga vida, pero ya faltaba poco, y aún no había habido ninguna confirmación oficial de que fuera a asistir.

Hacía treinta años que yo conocía a Su Santidad. En los últimos años habíamos volado juntos y compartido la mesa, y también había pasado unos maravillosos ratos con él en su residencia a altas horas de la madrugada. Mientras trabajábamos en nuestro libro, compartió conmigo su visión sobre el perdón, la compasión y la vacuidad. Poco a poco le había ido tomando cariño. Y a estas alturas era ya para mí como la figura de un padre.

Pero lo más importante de todo era que en mi corazón yo sabía que él me apreciaba. En una ocasión, durante una de sus enseñanzas, me hizo llevar una silla porque había intuido que mis piernas no eran lo bastante flexibles como para sentarme en el suelo en la postura del loto. Y también supe que había animado a Tenzin Geyche a ocuparse de mí, a sacarme a cenar de vez en cuando para que no me sintiera abandonado. Cuando me enteré de estos delicados gestos, me emocioné mucho. El hecho de que el Dalai Lama tuviera también unas profundas conexiones con muchas otras personas que orbitaban a su alrededor, la mayoría de las cuales se habían producido el primer día que las había conocido, no me importaba. No me molestaba la buena suerte que tenían. A mí me bastaba con experimentar su profunda calidez de vez en cuando.

Al ver su demacrado aspecto en el templo del Kalachakra me quedé anonadado. En diez días había envejecido diez años. Y ahora Alan King me estaba diciendo que el Dalai Lama estaba demasiado débil como para sostener un bolígrafo.

Salí del hotel Mahayana y recorrí a pie la corta distancia que había al templo de la Mahabodhi. Rodeando la torre central en el sentido de las agujas del reloj, empecé a realizar mi ritual de circumambulación empujado y zarandeado por una gran multitud de peregrinos. Me detuve en una pequeña zona abierta que había en la parte sur del complejo. Allí, sobre los altares de piedra y en cualquier otra superficie adecuada para ello, ardían miles y miles de velas y de lamparillas de manteca. Le compré al cuidador del templo un paquetito de velas. Luego encendí una de ellas con una yesca, fundí la cera de la base y pegué la vela sobre una losa de piedra. Mientras lo hacía, ofrecí en silencio una oración por el Dalai Lama. Y luego encendí el resto de las velas.

Tras completar el circuito de los peregrinos, volví al hotel. Justo antes de llegar a él, me encontré por casualidad con Tenzin Taklha caminando apresurado en la dirección contraria. Me alegré al verlo, pues deseaba que me pusiera al día sobre el estado del Dalai Lama.

Tenzin aminoró el paso pero no se detuvo. «Ahora no puedo contarte nada», me dijo lacónicamente. «Acabo de hablar por teléfono con el primer ministro. Mañana por la

mañana lo primero que haremos será evacuar al Dalai Lama».

Me dirigí al hotel en un estado de consternación. El vestíbulo todavía estaba lleno de gente esperando a que saliera Kármapa. Un pequeño grupo de occidentales permanecían sentados en los sofás que había en el fondo. Un alto americano estaba mostrando a sus compañeros unas asombrosas fotografías en blanco y negro del Tíbet oriental que aparecían en la pantalla de su portátil. Uno de ellos hizo una broma y todos se echaron a reír. Werner Herzog, el legendario cineasta alemán, pasó ante mí con su equipo de producción y su esbelta y joven esposa. Había venido para hacer un documental del Kalachakra.

Entré en mi habitación, cerré las cortinas y me eché en la cama. Podía oír el murmullo de la gran cantidad de gente deambulando por las calles: peregrinos dirigiéndose al templo, peregrinos abandonándolo para volver a sus alojamientos. Esperaba la llegada de Senge Rabten, el guardaespaldas principal del Dalai Lama, que cada día venía a mi habitación hacia esa hora para utilizar la ducha, ya que en el monasterio de Shechen no había agua caliente. Pero ese día Rabten no apareció.

ERAN LAS PRIMERAS HORAS de la mañana. Yo me había asegurado de llegar al monasterio de Shechen mucho antes

de la hora programada en la que el Dalai Lama iba a abandonar Bodhgaya. Había corrido la noticia de que iba a ser evacuado a un hospital privado de Bombay y la calle que llevaba al monasterio estaba totalmente obstruida. El aire estaba cargado de ansiedad. Nadie sabía hasta qué punto era grave el estado del Dalai Lama; había pocas noticias concretas y un montón de rumores. El hecho de que fueran a hospitalizarlo por primera vez en treinta años, hizo que se extendiera una oleada de perplejidad por la comunidad tibetana.

Una montón de policías y soldados intentaban mantener a la enorme multitud lejos de la entrada. Al acceder al recinto del monasterio me sorprendió ver a la reina del Bhután: iba vestida con un discreto vestido a rayas butanés y se encontraba con una expresión triste de pie entre la multitud. Un par de policías, que sin duda no sabían quién era, la empujaron sin miramientos intentando mantener la entrada despejada.

El patio del exterior del templo también estaba abarrotado de gente. El magistrado en jefe de la ciudad de Bodgaya estaba consultando algo con varios de los oficiales de policía más veteranos. El pequeño grupo de comandos indios de primera, vestidos con su intimidante aunque atractiva ropa negra, se encontraba apartado del resto. Los soldados con gorras caquis y azules, en un estado menos exaltado, se hallaban por los alrededores apiñados en grupos. Lhakdor también se encontraba allí, y

su hábito granate desentonaba en aquel entorno.

Mostrando el pase que atestiguaba que yo formaba parte del séquito del Dalai Lama, entré en el abarrotado vestíbulo del monasterio. Una docena de los más eminentes ламas del budismo tibetano estaban en los sofás de la pequeña sala de espera. Un trío de monjes cingaleses con túnicas anaranjadas, los administradores del templo de la Mahabodhi, también se encontraban sentados con ellos. Trulshik Rimpoché, el único tutor del Dalai Lama que aún vive, bajó por las escaleras. El frágil y dulce monje había venido para despedirse del Dalai Lama.

Yo permanecí en uno de los extremos del vestíbulo y esperé.

Al cabo de poco vi al Dalai Lama bajando lentamente las escaleras. Paljor-la, su fiel y antiguo sirviente de tantos años, lo sostenía por la axila izquierda. Senge Rabten agarraba también con firmeza a Su Santidad por el codo derecho con ambas manos. El Dalai Lama mostraba un aspecto demacrado, pero no era peor del que tenía la última vez que yo lo había visto. Sin embargo, al parecer había adelgazado más aún.

Cuando el líder tibetano llegó al vestíbulo, se dirigió hacia los ламas que lo estaban esperando. Como de costumbre, jugueteó y bromeó con ellos. Le frotó la cabeza a uno y le clavó un dedo en el pecho a otro. Incluso en su débil estado intentaba hacer que se sintieran

bien, aligerarles de su dolor. Sabía que estaban traumatizados por su estado.

Mientras se dirigía lentamente hacia la entrada, el Dalai Lama me vio medio escondido detrás de algunos guardias de seguridad. Durante un par de segundos se detuvo y me contempló, sin sonreír, mirándome simplemente a los ojos. Sentí que yo estaba enrojeciendo por momentos y que apretaba los músculos de la mandíbula. El Dalai Lama se acercó a mí y me abrazó con suavidad. Mientras me abrazaba, se me saltaron las lágrimas y, sin querer, le manché la tela de la túnica. Después se apartó, volvió a mirar mis humedecidos ojos y se dirigió al patio.

El egoísmo de los budas

Lhakdor se hallaba sentado tensamente en el borde del sofá. El monje traductor se mantenía en silencio, algo nada habitual en él. Eran las 4.30 de la madrugada, quizá demasiado temprano para él. Drolma, el pastor alemán del Dalai Lama, yacía hecho un ovillo a su lado. No se había percatado de que yo había entrado en su espacio vital; en el suelo, junto al sofá, estaban sus boles de acero inoxidable con comida y agua.

Era a finales de marzo del 2002 y habían transcurrido dos meses y medio desde que el Dalai Lama había enfermado gravemente en Bodhgaya. Lhakdor y yo nos dirigimos al salón de la primera planta, donde se encontraban los aposentos privados de Su Santidad en Dharamsala. Teníamos una cita con el líder tibetano. Por primera vez desde que había enfermado, tenía fuerzas suficientes como para recibir visitas. Y por segunda vez en tres años, yo tenía el extraño privilegio de acompañar al Dalai Lama en su paseo matutino. Quería comprobar por mí mismo si se había recuperado de verdad.

Los muebles de ratán del salón y las alfombras que había en él eran poco elegantes y se veían viejas. En la pared había un retrato al óleo del Dalai Lama que debía

de haberse pintado años atrás a juzgar por su aspecto. Un cuadro de un nudo infinito flotando en un éter azul al estilo New Age estaba apoyado contra las patas de la mesa. Era evidente que el salón apenas se usaba. El Dalai Lama tenía varias razones para habernos citado en él. Todo cuanto necesitaba —su habitación de meditar, el estudio y el comedor— estaba en la segunda planta. Y casi siempre prefería recibir las visitas en la sala de audiencias del complejo residencial, que se encontraba más alejado de la colina.

Una de las cosas que me sorprendió del salón fue su aspecto de búnker. Se había construido para resistir un seísmo y puede que incluso estuviera hecho a prueba de terremotos. La planta baja estaba rodeada por unas enormes vigas de hormigón. El bajo techo de la habitación acentuaba la claustrofóbica atmósfera que producía.

Justo a las 4.40 de la madrugada vino el guardaespaldas tibetano a decirnos que el Dalai Lama estaba bajando las escaleras. Salimos de la habitación y nos apresuramos a ir a su encuentro. El agradable aire nocturno estaba cargado del aroma de flores exóticas, ya que casi todo el espacio libre que había en la entrada del patio se encontraba lleno de macetas con montones de flores violeta y azul oscuro y detrás de ellas crecían otras rojas de mayor altura. La residencia de dos plantas estaba totalmente iluminada y al bañar con su luz los alrededores, parecía un buque en alta mar. Media docena

de guardaespaldas tibetanos vigilaban la entrada. Mientras los otros habitantes de Dharamsala dormían, este apartado enclave bullía de vida con una actividad contenida y llena de sentido.

El Dalai Lama bajó lentamente los peldaños sumamente reforzados de la escalera exterior. Llevaba su túnica monacal, pero había dejado el manto en su habitación e iba con hombros y brazos descubiertos. Tras saludar con la cabeza a Lhakdor, se inclinó hacia delante para verme mejor, se enderezó y bramó cordialmente: «*Ni hao?*» —siempre le había gustado saludarme en chino— y luego se puso a andar con paso ligero. Yo llevaba más de dos meses sin verlo. La última vez fue cuando él salía trabajosamente del monasterio de Shechen para subir al coche que lo llevaría al pequeño aeropuerto de Bodhgaya. Un helicóptero estaba esperándolo para transportarlo a uno de los mejores hospitales de la India. En cambio, en esta mañana de inicios de primavera, tenía un aspecto despierto y vital, aunque aún se veía un poco demacrado. Sin duda se había recuperado de su debilitadora enfermedad. Dos oficiales indios con uniformes caquis y cazadoras aparecieron de repente y se colocaron tras él para protegerlo. Los guardaespaldas tibetanos, Lhakdor y yo cerramos la marcha.

Pronto dejamos atrás el misterioso fulgor que proyectaba la residencia. Recorriendo un ancho camino de hormigón, pasamos por delante de un invernadero, y a

continuación nos dirigimos a una oscura y densa zona boscosa. Un solitario centinela indio, protegido del frío con un abrigo corto, montaba guardia junto al refugio de hormigón sosteniendo con elegancia el rifle contra su costado. El Dalai Lama se acercó a él, tiró juguetonamente del rifle y le dio los buenos días. El soldado parecía acostumbrado a esta rutina. Manteniendo la mirada fija en un punto frente a él, respondió resueltamente: «Buenos días, *sir*».

Rodeamos el pie de una pequeña colina coronada con banderas de oraciones y una estupa blanca. A medida que nos acercábamos al complejo de la sala de audiencias, el camino se iba estrechando. En esta zona reinaba una absoluta oscuridad. Uno de los guardaespaldas se había adelantado para iluminarnos, con su potente linterna, el sendero y la terraza repleta de buganvillas. El Dalai Lama rodeó un camino circular y subió la cuesta dirigiéndose hacia su capilla privada. Al otro lado del edificio, un camino descendía con una pronunciada pendiente a través de la densa arboleda y llevaba de vuelta a la residencia. En este último tramo el Dalai Lama avanzó lentamente bajando con cuidado por la traidora pendiente bajo la tenue luz hasta llegar al punto de partida. Al ver que daba media vuelta para hacer el circuito de nuevo me llevé una agradable sorpresa. La primera vez que lo había acompañado en una de esas excursiones matutinas, había llegado hasta la altura del

invernadero y después había dado media vuelta, cubriendo en total una distancia que no sobrepasaba la anchura de un campo de fútbol. A partir de aquel día yo lo había estado importunando durante dos años sobre la importancia de hacer ejercicio y ahora me satisfacía ver que me había tomado en serio. Aquella mañana el Dalai Lama completó en total tres circuitos. Al final de este régimen de actividad física, se despidió de nosotros y subió las escaleras para darse una ducha y desayunar. El paseo había durado media hora y yo estaba sudando pese al fresco aire de la montaña.

Aunque apenas había podido ver al Dalai Lama bajo la tenue luz que antecede al alba, me percaté de que había perdido peso, pero era lógico, ya que había estado en cama la mayor parte de enero y febrero. Algunas horas más tarde me confirmaron que podía tener otra serie de entrevistas con él. Estaba deseando preguntarle sobre su enfermedad.

POR LA TARDE, al entrar a la sala de audiencias tuve la grata sorpresa de ver que Ngari Rimpoché se encontraba allí con Lhakdor. El hermano pequeño del líder tibetano no se sentó en casi todo el tiempo que duró la entrevista, pero las pocas veces que lo hizo porque Su Santidad se lo pedía me ayudó a suavizar mi nerviosismo con su gran

sentido del humor. El Dalai Lama entró a la sala al cabo de poco, tan puntual como siempre. Se sentó en el sillón y me miró expectante.

—¿Cómo se siente? —le pregunté.

—Estoy bien. El único problema son los gases —contestó.

—Tiene el abdomen hinchado, muchos gases intestinales —me explicó Ngari Rimpoché.

—Yo tener más gases y a veces un poco de dolor. Pero poder andar sin ningún problema —dijo el Dalai Lama. Advertí que estaba sentado en el borde del sillón en lugar de estar cómodamente apoyado en el respaldo como de costumbre. Y su inglés era mucho más macarrónico.

Me interesaba sobre todo saber qué le había ocurrido después de ir de peregrinación a las ruinas de Nalanda y al monte del Buitre. Me contó que, mucho antes de que el coche llegara a Patna, había sufrido unos intensos dolores en el estómago. El dolor era tan fuerte que se había hecho un ovillo. Para intentar sentirse mejor, había estado cambiando de postura, apoyándose contra la puerta del coche, primero mirando hacia un lado y después hacia otro. Al final se rindió y se echó sobre el lado izquierdo, apoyando la cabeza y el hombro sobre el apoyabrazos. Cada bache del camino le producía una insoportable punzada a lo largo del cuerpo. Había cerrado los ojos y estaba sudando profusamente a pesar de que el aire

acondicionado estuviera funcionando al máximo.

Antes de mantener la entrevista con el Dalai Lama había hablado con el oficial de enlace indio que se ocupaba de coordinar los dispositivos de seguridad. Deseaba conocer más detalles sobre el viaje en coche de Nalanda a Patna. El oficial había acompañado al Dalai Lama durante sus numerosos viajes en la India, pero nunca lo había visto sufrir un dolor tan fuerte. Lo había visto afectado de una ligera diarrea o un resfriado, pero nunca de esa manera. El Dalai Lama estaba enroscado como un perro enfermo y Patna quedaba aún a una hora de camino. El oficial se comunicó por radio con el jefe de policía que escoltaba el convoy para informarlo del problema. El coche se desplazó a más velocidad, con las sirenas sonando con fuerza y las luces parpadeando. Los conductores y los camioneros se apartaban a un lado de la carretera para dejar paso libre a la docena de vehículos que formaban el convoy. Al ganar velocidad, el coche ya no rebotaba tanto con los baches de la carretera y Su Santidad se encontró un poco mejor.

Cuando llegó a las afueras de Patna, sin embargo, el convoy tuvo que aminorar la marcha y avanzar lentamente. La carretera estaba atestada de tráfico a esa temprana hora de la noche y el estrépito era horrendo; cada conductor, o al menos eso le parecía al Dalai Lama, tocaba el claxon con fuerza. Pese a la escolta policial, no hubo manera de que el convoy avanzara más deprisa. Estaba encajonado

entre varios autobuses de gasóleo y los vehículos de tres ruedas que avanzaban velozmente por los espacios que quedaban. A causa de las numerosas paradas y arrancados, el Dalai Lama empezó a sentir náuseas. Consiguió enderezarse y descubrió que, al mirar por la ventana, se sentía mejor.

Justamente entonces vio a un anciano y a un niño pequeño en la cuneta.

—El estómago me dolía mucho, muchísimo —dijo el Dalai Lama describiéndome la escena en la sala de audiencias. Ngari Rimpoché no se perdía ni una palabra, era la primera vez que oía estos detalles—. Y había todo ese líquido... esa agua... ese sudor. En esos momentos advertí que el líquido que sale de los ojos está muy conectado con las emociones y el que sale del cuerpo, con el dolor físico. Así que, cuando sientes un dolor físico muy intenso, sólo te sale líquido del cuerpo y no de los ojos. Aunque en realidad no sé cuál es la diferencia, la conexión entre ambas cosas. Y luego vi a un anciano con una larga melena enmarañada —añadió el Dalai Lama acariciándose la coronilla con la mano derecha. Extendiendo el pulgar y el dedo meñique y abriendo la mano al máximo, me dio una idea de lo largo que tenía el cabello aquel hombre—. Y también llevaba barba. Iba despeinado y con una ropa cubierta de polvo y suciedad —dijo, haciendo una mueca al recordar la perturbadora imagen.

»Y también vi muchos niños pobres, sin escolarizar, viviendo en la cuneta. Advertí que había uno de esta estatura —observó el Dalai Lama extendiendo uno de sus brazos para indicarme una altura de 90 cm o 1,20 m— aquejado de polio, que iba con las dos piernas sujetas por abrazaderas —agregó, bajando los brazos para señalarse las espinillas con ambas manos— y que caminaba con muletas. Así que mientras yo sufría ese dolor físico, mis ojos sólo veían la imagen de esa pobre gente. Yo estaba recibiendo toda la atención del mundo y en cambio nadie se preocupaba por ellos.

El Dalai Lama cerró los ojos y permaneció en silencio.

—Aunque me doliera el estómago —prosiguió al cabo de unos momentos—, mentalmente no sentía ansiedad, estaba sereno. Sólo sentía una ligera molestia. ¿Por qué mi mente estaba serena? Aunque experimentara dolor físico, mentalmente estaba pensando todo el tiempo en esas personas desvalidas. Por eso no me preocupaba demasiado por mi propio dolor. Al interesarte por los demás, por lo visto tu propio dolor disminuye. La experiencia de generar compasión es sobre todo muy beneficiosa para uno, independientemente de que lo sea para los demás. Reflexioné sobre el terrible estado del anciano, del niño con polio. Mi interés por ellos hizo que no me fijara tanto en mi propio dolor físico. Así que preocuparse por los demás es una excelente idea.

—¿Eso es lo que usted quiere decir al referirse en las enseñanzas que los budas y los bodhisatvas del mundo son los seres más egoístas de todos, que al cultivar el altruismo están en realidad alcanzando la felicidad suprema para sí mismos? —pregunté al Dalai Lama.

—Sí. Se trata de un sabio egoísmo —repuso—. Ayudar a los demás no significa que hayamos de hacerlo a expensas nuestras. No es así. Los budas y los bodhisatvas son muy sabios. En toda su vida sólo desean una cosa: alcanzar la felicidad suprema. ¿Y cómo se consigue? Cultivando la compasión, cultivando el altruismo. Al preocuparse por los demás, ellos son los primeros en beneficiarse, en obtener la mayor felicidad. Saben que la mejor forma para ser feliz en la vida es ayudando a los demás. Ésta es la verdadera sabiduría. Ellos no piensan: «¡Oh, yo soy el más importante, los demás lo son menos que yo!». No es así, sino que consideran que el bienestar de los demás es lo más importante. Y en realidad esta acción hace que reciban a cambio los mayores beneficios.

El Dalai Lama cayó en la cuenta de algo. Se giró hacia Ngari Rimpoché y dijo en inglés:

—Creo que los cocineros... —Su Santidad se puso a hablar en tibetano.

—Un cocinero que cocina para los demás —tradujo su hermano pequeño—, aunque no tenga la intención de cocinar para él, siempre está bien alimentado.

—He advertido que una gran cantidad de cocineros

están muy gordos —añadió el Dalai Lama, y él y su hermano se echaron a reír sonoramente.

—¿Así que su dolor físico desapareció al ver a aquella pobre gente de Patna? —le pregunté.

—No, no creo —respondió el Dalai Lama—. Pero aquellas imágenes mentales de lo que había visto, la pobreza y la indefensión, eran muy intensas. Incluso cuando estaba en la cama del hotel de Patna soportando el dolor de estómago, lo único que veía era a aquellas dos personas. Hambrientas, sedientas. No podía sacármelas de la cabeza y me decía: «¡Qué lástima! ¿Qué podemos hacer por ellas? ¿Qué podemos hacer por ellas?». Por eso, al estar tan preocupado por ellas, disminuyó la intensidad de mi dolor.

La cualidad fría de los arándanos

Desde que había dejado Bodhgaya me obsesionaba una inquietante pregunta: ¿cómo era posible que los dolores estomacales del Dalai Lama hubieran aumentado hasta convertirse en una crisis tan aguda que se hubieran visto obligados a evacuarlo para que los especialistas de un hospital de Bombay lo trataran? Quería analizar las causas de la enfermedad del Dalai Lama.

—Cuando subía la empinada cuesta del monte del Buitre, ¿se sintió mal? —le pregunté en la sala de audiencias. Ngari Rimpoché acercó un poco más a su hermano la silla de respaldo recto en la que estaba sentado para escucharnos mejor. Como no había ido con nosotros al monte del Buitre, quería saber qué había sucedido antes de que al Dalai Lama le doliera el estómago.

—No —repuso Su Santidad—. Esa mañana no me sentía mal. En absoluto. Me sentía estupendamente bien. Pero en mi interior ya estaban las causas y las condiciones.

—¿Comió algo en mal estado en el hotel japonés de Rajgir?

—Creo que no.

—Pero después de comer en el hotel, tuvo diarrea, ¿verdad?

—Disentería.

—He oído decir al doctor Tseten que usted tenía amebas en el estómago. Debió de haber comido o bebido algo en mal estado.

—No lo sé —respondió el Dalai Lama—. Ignoro hace cuánto tiempo las tenía. Tal vez no las contraí ese día sino antes... Hay muchas causas. Una de ellas, la causa inmediata, es mi despreocupación.

—¿Despreocupación?

—Sí, porque al encontrarme muy bien, entonces pienso... —el Dalai Lama miró a Lhakdor y se puso a hablar en tibetano.

—Como Su Santidad creía que tenía muy buena salud, no dejaba de exigirse más y más cosas, trabajando demasiado, viajando demasiado —tradujo Lhakdor.

—No he sido precavido —explicó el Dalai Lama.

La gente que trabaja cerca del Dalai Lama estaría totalmente de acuerdo con ello. La agenda de Su Santidad está siempre muy llena, sobre todo cuando viaja. Yo he viajado lo suficiente con él como para haberlo comprobado por mí mismo. Tengo diez años menos, pero su energía y resistencia hacen que me avergüence de mí mismo. Mantener su ritmo de actividad no es un camino de rosas.

—Además, la mañana que subí al monte del Buitre

sudé mucho —prosiguió el Dalai Lama—. Y en la cima hacía un poco de frío. Al descender, volví a sudar, y a la hora de almorzar, me saqué la ropa. Y después de comer, me tomé zumo de limón mezclado con agua; normalmente esta bebida no me produce ningún problema, pero ese día, como ya no estaba del todo bien, se convirtió en uno de los factores desencadenantes.

»Otra causa más importante es que, antes de ir de peregrinación al monte del Buitre y a Nalanda, fui al sur de la India para dar enseñanzas. Mientras estaba allí, empecé a tomar una medicina tibetana para el hígado y los ojos. Es una medicina de cualidad fría que enfría el cuerpo. Hace unos treinta años, al tomar la misma medicina por un problema en el hígado enseguida empezó a dolerme un poco el estómago. Y entonces dejé de tomarla para que el cuerpo recuperase el calor, y el dolor desapareció por completo. Y esta vez también me ha pasado lo mismo en el estómago. O sea que ha sido por un exceso de frío.

»Un exceso de frío. Eso era lo que mi madre solía decirme siempre que yo enfermaba. No importaba los síntomas que tuviera. El problema siempre estaba causado por los «vapores fríos». Cuando me ocurría, ella me hacía cruzar la isla de Hong Kong en tranvía para ir a West Point, en las afueras, y una vez allí, subíamos un empinado y estrecho callejón de peldaños desiguales de piedra que conducía a una herboristería. En la tienda, iluminada con

una tenue luz, junto a la pared, en la mayor parte del espacio libre que quedaba, había un mueble de palisandro con un montón de cajoncitos llenos de hierbas. El herbolario me tomaba el pulso, me examinaba la lengua, escribía una receta con pincel y tinta, y luego pesaba las hierbas, que sacaba de los cajones. Al volver a nuestro piso, mi madre ponía a hervir las hierbas durante un par de horas y me hacía tomar el brebaje resultante, que era de color negro puro. La medicina, a pesar de ser amarga, no era del todo desagradable. Tenía que bebérmela de un tirón mientras aún humeaba. Poco tiempo después ya solía sentirme mejor... quizá no fuera por la medicina, aunque a mí me gustaba creer que así era.

»La medicina tibetana, al igual que la china y que la medicina ayurvédica india, se divide en caliente y en fría —me explicó el Dalai Lama—. La mayoría de los trastornos de la parte inferior del cuerpo están relacionados con un exceso de frío. Y los problemas en el hígado y los dolores de cabeza están causados, en cambio, por un exceso de calor. De modo que, cuando estuve en el sur de la India durante tres semanas, me tomaba cada mañana esa medicina que hacía que mi cuerpo se enfriara. Hasta que empezó a dolerme un poco el estómago de vez en cuando. Y durante la peregrinación ocurrieron las causas inmediatas y algo se desencadenó de pronto.

Otro factor que también conviene tener en cuenta —prosiguió Su Santidad— es que en mayo, cuando me

encontraba en Estados Unidos, mi sistema digestivo funcionaba a la perfección. Por eso al desayunar tomaba mucha leche fría. Y cuando fui a Salt Lake City, una señora me dijo que los arándanos eran muy buenos para la vista y que los pilotos de las Fuerzas Aéreas Americanas solían comer mucha mermelada de arándanos. Así que probé algunos y me gustaron. Y luego fui comiendo cada vez más. Esto acabó afectando a mi sistema digestivo hasta cierto punto: a causa de un exceso de frío.

El Dalai Lama habló brevemente a Lhakdor.

—Al parecer el problema de salud que ha tenido le surgió por eso —tradujo Lhakdor—, por la cualidad fría de los arándanos.

A SÍ QUE FUE LA CUALIDAD fría de los arándanos lo que desencadenó la crisis. No era ésta, sin duda, la respuesta que yo esperaba, pero entonces acepté el hecho de que el Dalai Lama no es como tú ni como yo, ya que él ve el mundo que lo rodea de una forma muy distinta. Pero aún quedaban algunos detalles de la enfermedad que quería conocer.

—Tras regresar de Patna, ¿qué hizo mientras estaba en Bodhgaya? —pregunté al Dalai Lama.

—Estuve cuatro o cinco días en el monasterio de Shechen y como mi estado no mejoraba, pensé: si empiezo a dar la Iniciación de Kalachakra y no consigo terminarla, será peor, o sea que es mejor que la cancele y la

posponga. Y entonces decidí hacerlo. Al principio tenía la esperanza de poder dar las enseñanzas durante tres días, pero luego no me vi con fuerzas para ello. Y una mañana el doctor Tseten advirtió que esta parte de mi cuerpo estaba hinchada —observó el Dalai Lama, dándose unas palmaditas en la parte izquierda del abdomen.

—Le sugirió a Su Santidad ir al hospital aquel mismo día —agregó Lhakdor.

—¿Por eso el último día del Kalachakra tuvo que cancelar las oraciones de larga vida? —inquirí.

—Sí —repuso el Dalai Lama—. Aquel mismo día ya no teníamos tiempo de preparar el viaje, o sea que intentamos averiguar si era posible ir al hospital de Bombay al día siguiente. Contactamos con Delhi. El gobierno estatal accedió a enviarnos un helicóptero; y el gobierno central nos ofreció un vuelo especial que nos llevaría directamente de Patna a Bombay. Al llegar al aeropuerto de Bombay, fuimos directos al hospital.

—Cuando Su Santidad entró en el hospital —me contó de pronto Ngari Rimpoché— lo primero que vio fue el irrigador del gota a gota y una gran aguja esperándolo. Se sentía incómodo. Estaba un poco asustado —aunque Ngari Rimpoché estaba allí sobre todo para ayudar a Lhakdor en la traducción, yo sabía que él siempre me contaba algunas interesantes anécdotas.

—Pero no podía elegir, así que me pusieron el gota a gota —observó el Dalai Lama, haciendo una ligera mueca

al recordarlo.

—¿Qué pruebas le hicieron en el hospital? — pregunté.

—Me lo revisaron todo. Por supuesto, el estómago y los intestinos, pero también el corazón, el hígado y la sangre. Todo estaba bien. No tenía cáncer.

—¿Y qué es lo que le había causado la hinchazón? —inquirí.

—No pudieron averiguarlo. Aunque un especialista me dijo... —el Dalai Lama continuó hablando en tibetano.

—Después de examinar a Su Santidad —tradujo Ngari Rimpoché—, el especialista dijo que estaba totalmente bien, que no había signos de cáncer. Pero luego mencionó que lo suyo era una dolencia grave. Podía haber muerto. Había una diminuta perforación en el intestino. Y si hubiera sido mayor, podría haberlo matado.

Eché una miradita al Dalai Lama, que ahora esbozaba una ligera sonrisa. Era como si en su fuero interno no le desagradara haber estado a punto de morir.

Un par de monjes entraron en la sala de audiencias llevando unas bandejas. Uno de ellos colocó cuidadosamente junto al Dalai Lama una taza con tapa que contenía agua caliente. Otro dejó una bandeja con un bote de café soluble, varias bolsitas de té y un termo con agua caliente en la mesita que había a mi lado. Salieron de la habitación tan silenciosamente como habían entrado. Ngari Rimpoché se levantó de la silla, se acercó a mí y

me susurró al oído:

—¿Prefieres café o té?

—Café, por favor —respondí, sin dejar de mirar al Dalai Lama. Yo era vagamente consciente de que Rimpoché me estaba poniendo una generosa cucharadita de café en la taza y luego la llenaba con agua caliente. Se acercó a mí y volvió a susurrarme al oído:

—¿Leche, azúcar?

—¡Oh, sí, gracias! —respondí automáticamente. Mientras hojeaba las páginas de preguntas escritas a máquina, me invadió un ligero temor: no encontraba la pregunta que me tocaba formularle. Una taza de café era siempre muy reconfortante, a mitad de una entrevista de dos horas mi energía tendía a flaquear. Pero a veces la interrupción podía hacerme perder la poca concentración que yo tenía.

Entonces recordé algo que el doctor Tseten me había mencionado en una conversación.

—El doctor Tseten me contó que los médicos indios de Bombay dijeron que su corazón era como el de un joven de veinte años —apunté al Dalai Lama.

—Sí, es cierto —repuso él—. Los doctores de Bombay me lo dijeron tras hacerme las pruebas del electrocardiograma. En realidad, el médico de Patna que me examinó me dijo exactamente lo mismo.

—¿Por qué razón cree que es así? —pregunté tomándome de un trago y con fruición mi café instantáneo.

—Creo que es debido a la paz interior —repuso el Dalai Lama sin vacilar.

—¿Su corazón es como el de un joven de veinte años a causa de su paz interior?

—Sí —exclamó el Dalai Lama enfáticamente—. Ya que por lo demás soy de lo más normal, no practico ninguna clase de ejercicio físico en especial.

Un hombre de sesenta y siete años con el corazón de uno de veinte. El Dalai Lama cree, sin duda, que la mente tiene el poder de curar el cuerpo. Para él la mente y el cuerpo pertenecen a un inseparable continuo. Cuando le pasa algo a uno de ellos, le afecta al otro: la interdependencia de todas las cosas ha sido el mantra del Dalai Lama durante medio siglo. En la actualidad incluso los médicos y los investigadores más ortodoxos han llegado a la misma conclusión. Un trastorno en el riñón puede tener graves consecuencias en el cerebro. Y la depresión, que se considera hoy día un importante factor de riesgo en las enfermedades cardíacas, puede ser tan perjudicial como un nivel elevado de colesterol. Después de todo, el cuerpo y la mente comparten los mismos elementos de los que está constituido el organismo: la sangre, los nervios, las hormonas y los anticuerpos.

El Dalai Lama lo expresa de la siguiente manera: «Entrenar la mente significa fortalecer las emociones positivas como el perdón y la compasión, dedicarse al bienestar de los demás. Las emociones negativas como el

odio y la envidia son lo que llamamos nuestros enemigos. Pero a través del entrenamiento mental podemos reducir estas emociones negativas. Según algunos científicos, este entrenamiento mental es muy importante para nuestra salud.

»Pongamos, por ejemplo, el perdón. En él hay dos niveles: a un nivel el perdón significa que no has de desarrollar una sensación de venganza, porque la venganza daña a la otra persona y, por tanto, es una forma de violencia. Y la violencia produce normalmente una oposición a la misma. Y esta acción provoca a su vez más violencia y entonces el problema nunca llega a desaparecer. Éste es uno de los niveles. Y a otro nivel, el perdón significa que has de intentar no desarrollar sentimientos de ira hacia tu enemigo. La ira no resuelve el problema, sólo te produce unas molestas sensaciones. Destruye tu propia paz interior. Tu buen humor se esfuma, al menos mientras estés sintiendo ira. Yo creo que ésta es la principal razón por la que debemos perdonar a los demás. Al tener la mente serena, gozas de más paz interior y tu cuerpo está más sano. Una mente agitada deteriora nuestra salud, es muy perniciosa para el cuerpo. Eso es lo que yo pienso.»

Le pregunté al Dalai Lama si creía que su enfermedad le había aportado algo positivo. Los tibetanos de todo el mundo habían estado muy preocupados por él. Mientras estaba enfermo en la cama en el monasterio de

Shechen, cien mil peregrinos estuvieron toda la noche al aire libre recitando oraciones expuestos a una cruda temperatura invernal.

El Dalai lama decidió responder en tibetano.

—Su Santidad dice —tradujo Lhakdor— que el episodio nos ayudó a activar la fuerza para realizar acciones positivas, para seguir llevando a cabo actividades espirituales.

Yo no acabé de comprenderlo.

—Cuando todo es normal —me explicó el Dalai Lama—, aunque recemos mucho, a veces no recitamos las oraciones con demasiada seriedad. Pero como yo estaba enfermo, cada oración se recitó con una gran convicción. Todos nos tomamos nuestras oraciones muy en serio. Así que en este sentido, hubo algunos resultados positivos.

—La enfermedad sirvió de catalizador para que nos volviéramos más espirituales —resumió Ngari Rimpoché.

Según el Dalai Lama, el sufrimiento y la adversidad son unas condiciones necesarias para desarrollar paciencia y tolerancia. Estas cualidades son vitales si queremos reducir las emociones negativas como el odio o la ira. Cuando las cosas nos van bien, sentimos menos necesidad de ser pacientes y de perdonar a los demás. Sólo aprendemos de veras estas virtudes cuando tenemos problemas, cuando sufrimos. Una vez las interiorizamos, la compasión surge de manera natural.

—¿ESTABAS TRISTE cuando me fui? —me preguntó de pronto el Dalai Lama.

—Sí, lo estaba —repuse.

—¿Creías que Su Santidad no superaría esto? —preguntó Ngari Rimpoché con curiosidad.

—No, no, tenía fe. De algún modo sabía que todo iría bien —respondí—. Pero estaba triste porque parecía muy débil, muy vulnerable. Nunca lo había visto con un aspecto tan frágil. Me impactó, al igual que le ocurrió a tanta otra gente. Y también me emocioné mucho cuando me abrazó antes de abandonar el monasterio de Shechen. Aunque le doliera el estómago y apenas pudiera mantenerse en pie, todavía deseaba tranquilizarme, animarme. Pese a lo enfermo que estaba, tuvo aún energía para ocuparse de mí. Antepuso el bienestar de los demás al suyo, como es habitual en él.

Meditando con el bip bip

Permanecí junto al Dalai Lama en el tejado de su casa. Desde allí había una espléndida vista panorámica de la parte inferior del Himalaya. Podía distinguir tres crestas difuminadas por la niebla cayendo en cascada suavemente desde el Paso de Indrahara, de 4.350 metros de altura, hasta el ancho y verde valle de Kangra que se extendía a sus pies. A lo lejos, alzándose a una altura considerablemente mayor, se veía la cordillera del Dhauladhar cubierta de nieve. En la falda de la cresta cercana divisé varias manchitas grises: aldeas enclavadas en las minúsculas altiplanicies. Junto a ellas, aparecía la profunda huella de un desprendimiento de tierra. Más abajo, la cinta plateada de un río serpenteaba a lo largo del valle entre grupos de parpadeantes lucecitas.

El Dalai Lama, sosteniendo las cuentas de su rosario con la mano izquierda, me señaló con el dedo uno de los grupos de lucecitas:

—Las luces de la aldea todavía están encendidas —observó Su Santidad, al tiempo que me hacía un gesto para que me acercara a él; así podría seguir el recorrido del valle descendiendo por el collado del Triund hasta las llanuras y las aldeas cubiertas de niebla.

Era las cinco de la madrugada de un domingo premonzónico. El Dalai Lama iba vestido ligero de ropa a esas tempranas horas del día. No llevaba su habitual túnica monacal. Sólo se había puesto una camiseta sin mangas de color naranja claro con cuello mandarín. La tela satinada brillaba a la luz del alba. Llevaba la parte inferior del cuerpo envuelta en un sarong color teja que le llegaba hasta los tobillos; alrededor del estómago se había atado el manto granate de monje. Nunca lo había visto vestido así. Supongo que cuando estaba en su residencia llevaba de vez en cuando esta clase de vestimenta en sus rutinas matinales.

Era la primera vez que el Dalai Lama me invitaba a subir al tejado. Recientemente habían construido en él una pasarela de hormigón y una plataforma para contemplar la espléndida vista. A nuestros pies se extendía el prístino terreno, formado en su mayor parte por exuberantes cedros, pinos y rododendros, del complejo residencial, situado en el borde superior de un espolón.

No permanecemos demasiado tiempo en el tejado. Al cabo de varios minutos bajamos al espacioso salón del segundo piso, nos dirigimos a la habitación donde el Dalai Lama meditaba y nos sentamos detrás de su escritorio en la postura del loto.

Casi de inmediato, Paljor-la, el monje ayudante de Su Santidad, llegó con la bandeja del desayuno. La colocó junto al Dalai Lama sobre un cojín aplanado que había en

el suelo. La bandeja contenía un par de termos, un gran bol de gachas de cereales, un platito con gruesas tostadas, mantequilla y mermelada.

El Dalai Lama se extendió una servilleta de tela sobre el regazo y tomó el gran bol de cereales. Sosteniéndolo con la mano izquierda, se sirvió, con la cuchara que sostenía en la derecha, una buena ración y se la llevó a los labios, aunque durante unos momentos se quedó en esta postura mirando a la lejanía. Luego empezó a comer. Mientras desayunaba, se puso a leer una pila de hojas sueltas de poco más de medio palmo de largo —un texto religioso tibetano— prolijamente colocadas sobre el escritorio frente a él.

A continuación el Dalai Lama tomó una tostada de pan tibetano recién hecho esa mañana en la cocina y extendió cuidadosamente la mermelada de fresa sobre él. Antes de saborear la crujiente tostada, la cubrió además con una generosa capa de mantequilla. Como desayuno, el Dalai Lama se zampó un gran bol de cereales, dos gruesas tostadas y se tomó al menos dos tazas de té con leche. Mientras comía se concentró en su lectura y permaneció en silencio sin esforzarse en conversar conmigo.

Al Dalai Lama le gusta comer solo. Cuando viaja al extranjero recibe siempre muchas invitaciones para desayunar o comer con alguien. Tenzin Geyche Tethong, su secretario privado, intenta declinar la mayoría de ellas con la mayor delicadeza posible. Y si el líder tibetano ha

de comer acompañado, evita a toda costa conversar mientras lo hace.

A las 5.30 el Dalai Lama se levantó y me hizo un gesto para que lo siguiera. Nos dirigimos a su cuarto de baño. Una de las paredes estaba llena de ventanas. Abrió las cortinas para que yo pudiera admirar la grandeza mística de la cordillera. En una de las mesitas junto al váter descansaba una pila de *Far Eastern Economic Reviews*. El Dalai Lama abrió el grifo y empezó a lavarse los dientes.

En los viajes que he hecho con él, he advertido que casi siempre se cepilla los dientes después de las comidas. En una ocasión, el presidente y la facultad de la Universidad de Tromsø, en Noruega, habían organizado un almuerzo formal en su honor. Después de comer el Dalai Lama sacó de su bolsa de monje un cepillo de dientes escarlata y un tubito de pasta dentífrica, y lo sostuvo en alto para que sus anfitriones pudieran admirarlo, como un pescador blandiendo una valiosa pieza. Y a continuación, sosteniendo aún en alto los instrumentos de higiene dental, se dirigió al cuarto de baño para regocijo de los sesenta y tantos invitados.

Al volver a la habitación en la que meditaba, el Dalai Lama se ató el manto alrededor de la cintura cubriéndose el vientre y se sentó en el cojín. Había llegado el momento de su sesión de meditación matinal. Pero antes de iniciarla, decidió darme una idea de su

programa diario.

—Después de meditar —observó él—, hacia eso de las ocho, creo que me retiraré para recitar varias oraciones especiales y practicar algunas meditaciones. Esto me llevará una hora y media; si quieres puedes quedarte. Luego quizá me ponga a leer. Me sentaré por aquí —me dijo señalándome el salón que podía verse a través de la puerta abierta—. Y luego almorzaré en él a las once y media. El mediodía lo tengo libre. Por libre me refiero a que puedo dedicarme a la lectura. Como hoy es domingo, no he de trabajar. Normalmente es cuando le cambio la correa al reloj... —apuntó el Dalai Lama, soltando unas risitas mientras jugueteaba con su reloj de pulsera—. Pero hoy no hace falta que lo haga. Por la tarde, a eso de las cinco, me daré un baño. Y después del baño, me sentaré aquí con una toalla, desnudo, como los habitantes de Nueva Guinea —al imaginarse la lasciva escena, el Dalai Lama se echó a reír con tanta fuerza que todo su cuerpo se agitó con las carcajadas—. A las 5.30 o 5.40 me tomaré el té de rigor. Y luego me despediré de ti.

Por primera vez desde que lo conozco me había invitado a pasar una buena parte del día con él en sus aposentos privados.

El Dalai Lama desplegó el manto y volvió a rodearse ceñidamente el vientre con él. Dejó el rosario sobre su regazo, metió la túnica bajo sus piernas dobladas y empujó su reloj de pulsera hacia arriba para que le

quedara fijo en el antebrazo. Irguió la espalda, se balanceó hacia delante una sola vez y se sentó con la columna derecha. Estaba listo para empezar su meditación.

En ese momento se me ocurrió que el Dalai Lama no era demasiado distinto de los ermitaños que yo había visto en el Tíbet. Los ermitaños se retiraban a pequeñas cuevas en lo alto del Himalaya y sus fieles ayudantes les llevaban la comida cada día. Su única responsabilidad consistía en seguir su práctica espiritual. Cuando el Dalai Lama se sentó en el suelo sobre el cojín de meditación de un metro cuadrado, se encontraba en su ermita personal, aunque fuera una muy bien equipada. Su espacio personal, delimitado por un sencillo escritorio y un armario de madera que llegaba a la altura de las rodillas, sobre el que había una bandeja roja para clasificar los papeles que recibía y entregaba, se reducía a un cubículo algo mayor que una cabina telefónica.

El Dalai Lama entró en un profundo estado de meditación con gran rapidez, en menos de uno o dos minutos. Tenía los ojos cerrados. Con las manos descansando en su regazo, pasaba las cuentas del rosario rítmicamente. A medida que su meditación fue progresando, dejó caer la cabeza. De vez en cuando yo podía ver sus holgados párpados siendo zarandeados por unos rápidos movimientos oculares, sus ojos parecían dos grandes canicas cubiertas por un pañuelo moviéndose

hacia delante y hacia atrás.

Transcurrió una hora. El Dalai Lama, sin romper su meditación, alargó el brazo para encender una radio Sony de onda corta que se encontraba en uno de los compartimentos del armario que había a su derecha. Tras sonar cuatro familiares bips, se escuchó la cadena de la BBC retransmitiendo las noticias internacionales. En Dharamsala eran las 6.30 de la mañana, la una del mediodía en Greenwich. Las principales noticias giraban en torno al encuentro histórico que Ariel Sharon, el primer ministro israelí, había mantenido con Mahmoud Abbas, su homólogo palestino. «Se han reunido en Jerusalén para hablar sobre el plan de paz respaldado por los americanos conocido como la “hoja de ruta”», anunciaba la presentadora, cuya voz resonaba con fuerza en la serena habitación de meditación. «La reunión ha tenido lugar en los despachos sumamente vigilados de Sharon y la seguridad ha sido el tema principal.»

El Dalai Lama no parecía estar escuchando las noticias, pero su cuerpo se veía extrañamente tenso. Juntó las manos y presionó con la punta del pulgar su nariz. Lo hizo con firmeza. Era como si, al presionarse con fuerza el rostro con las palmas, pudiera, sólo por medio de la fuerza de voluntad, adquirir un nuevo nivel de percepción.

Sumido aún en un estado de meditación, alargó el brazo para buscar las gafas de sol; el sol se había elevado por encima de la cordillera del Dhauladhar y la clara luz

de la mañana penetraba en la habitación. Murmuró rápidamente varios fragmentos de oraciones y apagó la radio.

Tras levantarse del cojín de meditación, el Dalai Lama se dirigió a la sala de estar, un precioso espacio con grandes ventanales que llegaban del techo al suelo en tres de las paredes. La espaciosa habitación ocupaba la mitad de la segunda planta. El exterior del edificio estaba cubierto de grandes macizos de buganvillas púrpuras que suavizaban la intensa luz de las altas horas de la mañana que penetraba en el salón. El Dalai Lama se dirigió al rincón más distante y se sentó sobre un cojín en el suelo, ante una mesita con una pila de hojas de escrituras budistas.

Cerca había una cinta de andar, la más reciente que había salido en el mercado, un regalo de un discípulo alemán. Se alzaba frente a una escultura laqueada de un Buda tallado del nudoso tronco de un árbol. Reconocí enseguida la característica imagen. Era un regalo del presidente Chen Shui-bian de Taiwán; cuando él se la ofreció al líder tibetano, yo me encontraba allí. Me imaginé al Dalai Lama subido a la cinta contemplando con concentración al Buda, al igual que otros miran la tele mientras se ejercitan en ella, si es que él había decidido usarla alguna vez.

Mientras el Dalai Lama leía las hojas, de vez en cuando hacía anotaciones en ellas. Al cabo de unos veinte

minutos se levantó y se dirigió al sillón que había en uno de los rincones del salón. Yo lo seguí y me senté discretamente a su lado en una silla de respaldo recto.

—A veces pasan cosas muy extrañas —me comentó el Dalai Lama de pronto—. En el verano del cincuenta y ocho aparecieron unas valiosas reliquias en el trono del Buda del templo de Lhasa. Me lo comunicaron y me enviaron algunas de las reliquias al palacio de verano. Yo tenía mis dudas, no sabía si serían auténticas o no. En aquella época el monje que cuidaba la estatua era viejo y gordo. No parecía una persona de fiar. Nosotros siempre estábamos bromeando sobre él. De modo que yo era muy escéptico en cuanto a las reliquias. Envié a un oficial a Lhasa. Él colocó un pañuelo blanco en el lugar donde habían aparecido y lo selló. Al cabo de varios días fui a visitar dicho lugar. Abrí el precinto y, para mi sorpresa, me encontré con un montón de reliquias, estaban en una grieta del asiento del Buda. Creo que era un signo, una especie de regalo de despedida. Y el cincuenta y nueve, en marzo, nos fuimos. ¡Qué extraño!, ¿no te parece?

—¿Cómo eran las reliquias? —quise saber.

—Eran blancas. Parecían pildoritas redondas. Había muchas. Casi una taza llena.

Su Santidad tenía una expresión pensativa. Se quedó mirando por la ventana, pasando las cuentas de su rosario rítmicamente. Y luego se giró hacia mí.

—En los últimos años me has visitado muchas veces

—observó el Dalai Lama—. Has viajado conmigo a muchos lugares. A la menor oportunidad que tienes, me haces preguntas. A veces algunas bastante estúpidas... —añadió, echándose a reír sonoramente—. Ahora soy yo el que quisiera preguntarte algo.

Hmmm... De acuerdo, pensé. Esto sí que no me lo esperaba, no estaba en el guión. No sabía si estaría preparado para ello.

—Claro, Su Santidad. Intentaré respondérselas lo mejor que sepa —respondí.

—Al principio, como deseabas conocer cosas sobre el Tíbet, fuiste a visitar el país —empezó diciendo el Dalai Lama. Yo podía sentir que estaba totalmente concentrado en mí. Como si me estuviera dirigiendo esa poderosa energía unidireccional que había adquirido con la meditación—. De hecho estuviste llevando a cabo un trabajo en él. Escribiste un libro sobre los lugares de peregrinación del Tíbet. ¿Qué piensas de los tibetanos?

—Bueno, como ya sabe —repuse—, entré en contacto con los tibetanos y con la cultura tibetana por primera vez cuando fui a Dharamsala hace más de treinta años. Al ser yo un chino de Hong Kong acostumbrado a vivir en un ajetreado entorno, la cultura del país me impactó mucho. Me sorprendió la cordialidad de la gente. Los tibetanos ríen fácilmente. Y me dio la sensación de que se preocupaban por las personas con las que entraban en contacto, aunque fueran unos desconocidos.

»Cuando viajé al Tibet, los tibetanos que conocí tenían las mismas cualidades. Lo que más me llamó la atención es que nunca me juzgaron de antemano, aunque supieran que era chino. No tuve que fingir ser japonés.

»Sé que hay un montón de proyecciones románticas e idealistas sobre los tibetanos. Pero la realidad no es así. Los tibetanos son como la mayoría de personas, pueden ser retorcidos y materialistas. Pero tras haberlos estado observando durante mucho tiempo, puedo afirmar con toda sinceridad que, en general, las buenas cualidades de los tibetanos compensan con creces los defectos que puedan tener.

—Yo creo que esto es una impresión general —observó el Dalai Lama—. Por lo demás, el tiempo pasa, la amistosa actitud hacia los turistas extranjeros puede cambiar. Pero ahora, después de cuarenta y cuatro años, a pesar de saber que tienen algunos inconvenientes, algunos defectos, en general la actitud amistosa hacia los tibetanos está aumentando.

Yo asentí con la cabeza. Por lo que había visto, esto era sin duda cierto en Dharamsala. Cada vez llegaban a ella más turistas. Venían tantos que el gobierno indio había decidido hacer un esfuerzo para mejorar la lamentable infraestructura de la estación de montaña.

—Ven, siéntante más cerca —me dijo el Dalai Lama. Yo acerqué mi silla más a él—. Ahora hemos entablado una amistad. Y no sólo eso, a través del libro que vas a

publicar estás intentando contarle a la gente cosas sobre el Tíbet y el Dalai Lama. Y no creo que estés haciendo propaganda de nosotros. ¿Qué piensas del libro, del trabajo que los dos estamos llevando a cabo?

Pensé que era curioso que el Dalai Lama utilizara la palabra «propaganda». Es un tema sobre el que está muy concienciado, ya que durante toda su vida ha estado viendo el corrosivo efecto de la propaganda china; es algo que quiere evitar a toda costa.

—No creo que el libro que estoy escribiendo sea hacer propaganda —repuse—. Intento escribir sobre las cosas que puedo ver por mí mismo. Aunque he de decir que no soy un periodista totalmente imparcial que se limita a hacer periodismo de investigación. A lo largo de los años he establecido unos fuertes vínculos con muchos tibetanos. Tengo una debilidad por usted y por el Tíbet. Pero intentaré ser objetivo, intentaré no ser demasiado iluso.

El Dalai Lama asintió con la cabeza. Se sacó las gafas y se frotó los ojos con la parte prominente de las palmas de las manos. Quizá se estaba cansando de escuchar mis divagaciones. En el otro lado del salón advertí por primera vez un armario de madera. En él había un montón de libros y periódicos. Descansando inofensivamente entre ellos se encontraba una gran radio negra de onda corta: un equipo de profesional que pertenecía a otra época. En una de las esquinas había una

pequeña foto de la difunta madre del Dalai Lama. Él la quería muchísimo.

—Todo esto sucedió desde que entraste en contacto conmigo —dijo el Dalai Lama, siguiendo el hilo de su pensamiento—. Pero ahora dime: ¿qué cambios has experimentado en ti?

Era un tema sobre el que yo no había pensado y no supe qué responderle.

—Pues... creo —dije por fin— que supongo que usted ha sido mi modelo. Por su capacidad de perdonar, por su bondad hacia las personas, incluso hacia las que acaba de conocer; por sus elevados valores morales, por su altruismo. Todo esto he podido verlo por mí mismo. Han sido unos poderosos ejemplos para mí. Pero supongo que lo más importante es que, después de haber asimilado por fin estas ideas, he sido capaz de compartirlas con mis dos hijos pequeños. Espero que yo también pueda ser un modelo bastante bueno para ellos.

El Dalai Lama estaba sentado en el borde del sillón en una extraña postura. Era como si, después de haberse pasado más de cuatro horas sentado en el suelo por la mañana, ahora le costara acostumbrarse a los muebles modernos diseñados para el común de la gente. Cambió de postura, intentando apoyar la espalda contra los almohadones, pero esta posición no le resultaba cómoda. En su lugar apoyó la zona lumbar contra el acolchado brazo del sillón. Aunque esta nueva postura parecía más

incómoda aún que la anterior.

—No afirmaré que desde que he empezado a trabajar con usted me haya vuelto una mejor persona —proseguí—. Como dijo en una ocasión, esta clase de cosas llevan tiempo. Pero creo que ahora soy más consciente, más sensible. Ahora sé, por ejemplo, que el altruismo tiene sus recompensas. Si me porto bien con los demás, me estoy beneficiando a mí mismo. He experimentado la satisfacción que se siente al ser considerado con los demás. No me cabe la menor duda de que usted lleva el perdón en la sangre. Y también he visto que esta virtud le da paz interior. Y además he aprendido algo sobre la interdependencia. Tal como usted dijo en una ocasión: «Cuando ocurre algo en un lugar, las repercusiones que produce se sienten en otro». Éstas son algunas de las cosas que he aprendido estando con usted. Tal vez me haya olvidado de algunas de ellas, aunque sólo sea temporalmente. Pero si consigo hacer otro libro con usted, quizás aún haya alguna esperanza para mí.

Al Dalai Lama esta parte le hizo mucha gracia.

Decidí hacerle una pregunta personal que hacía cierto tiempo que me rondaba por la cabeza:

—Toda su vida ha sido un monje budista. Aparte de algo tan difícil de obtener como el nirvana o la iluminación, ¿qué es lo que usted desea alcanzar?

Me respondió sin vacilar. Su respuesta fue inmediata, como si hubiera estado esperando que se la

hiciera.

—Ser feliz —respondió él—. Mi práctica me ayuda a llevar una vida provechosa. Si puedo ofrecer unos breves momentos de felicidad a los demás, entonces siento que mi vida ha alcanzado algún propósito. Lo cual me produce una profunda satisfacción mental: esta sensación la experimentas siempre que ayudas a los demás. Así que cuando ayudo a los demás, me siento feliz. Para mí lo más importante es la compasión humana, la sensación de preocuparnos los unos por los otros.

Al terminar nuestro descanso, él se levantó y se dirigió a la habitación en la que meditaba. Después se sentó detrás del escritorio y reanudó sus oraciones. Yo me senté en una silla plegable de color rojo oscuro próxima a la entrada, a varios metros de él. Desde allí podía verlo de perfil. Detrás de él, a través de los amplios ventanales que había en la pared, se alzaban los numerosos y agudos picos de la cordillera del Dhauladhar, iluminada por la luz del sol. A mi izquierda había la más suntuosa y sagrada colección de objetos de arte tibetanos reunida en un lugar, meticulosamente dispuesta sobre un gran altar protegido con una vitrina de cristal. Las asombrosas imágenes —cientos de estatuas pequeñas y grandes, y tankas tibetanas de siglos de antigüedad pintadas en unos vibrantes colores de origen mineral, todas ellas de una procedencia legendaria— eran un placer para los sentidos. Yo sabía que la energía vital y la esencial

bondad del Dalai Lama, que impregnaban todos los objetos y el espacio de la habitación, procedían de los miles de horas que había pasado en ella meditando y rezando.

Mente sofisticada, mente en calma

Los dos médicos tibetanos llegaron a la residencia del Dalai Lama para efectuar la revisión semanal. El doctor Namgyal fue el primero en aparecer por la puerta de la habitación de meditación. Se prosternó tres veces ante el Dalai Lama desde el umbral. El doctor Tseten también hizo lo mismo. No sé si se sorprendieron al verme; de ser así no lo demostraron. Centraron toda su atención en el líder tibetano.

El doctor Tseten hizo un gesto para indicar a su colega que empezara primero. El doctor Namgyal, un hombre delgado que se hallaba en la treintena, iba vestido con una túnica larga y negra con cuello mandarín. El especialista en medicina tibetana se arrodilló sobre la gruesa alfombra ante el Dalai Lama. El líder tibetano se inclinó hacia delante encorvando la espalda y apoyó el codo izquierdo en el muslo manteniendo en alto el antebrazo. El médico le tomó con suavidad el pulso en la muñeca con ambas manos. Sus dedos se movían y danzaban como si tocara la flauta; probablemente estaba sondeando los sutiles e infinitesimales cambios en las corrientes vitales de su paciente. Las cabezas de ambos estaban casi tocándose. Uno de ellos lucía los más ricos

tonos de granate y ocre; el otro, en cambio, vestía de negro puro. Ambos parecían dos grandes aves de presa de diferentes especies y de plumajes sumamente dispares, apiñadas para que una de ellas pudiera escuchar los latidos de la otra.

El Dalai Lama dijo algo al médico en tibetano con su profunda, potente y desinhibida voz. El doctor Namgyal le respondió con el más tenue de los susurros. Al cabo de uno o dos minutos, le soltó la muñeca. Su Santidad le ofreció la otra mano. Esta vez el doctor utilizó los dedos de la mano izquierda para tomarle el pulso.

Al terminar de examinarlo, el doctor Tseten, formado en medicina occidental, se acercó al Dalai Lama y se puso un blando y grueso almohadón en el regazo. El líder tibetano apoyó entonces el brazo derecho sobre él mientras el doctor Tseten lo auscultaba con el estetoscopio y luego le tomaba la presión sanguínea. El Dalai Lama estuvo charlando con él todo el tiempo: informándolo, preguntándole. Era evidente que desempeñaba un papel activo y atento en el seguimiento y cuidado de su salud.

Al cabo de diez minutos los médicos se fueron tan silenciosamente como habían llegado.

El Dalai volvió a sentarse en el cojín de meditación.

—Me gustaría preguntarte más cosas —dijo, girándose hacia mí.

Deseaba proseguir su entrevista. A mí me daba la

sensación de que estaba disfrutando con su nuevo trabajo. Ahora era él quien podía hacer las preguntas y no al revés como de costumbre. Y a mí también me gustaba este intercambio de papeles. Era una nueva experiencia. Me daba la oportunidad de relacionarme de otra forma con el coautor del libro que yo estaba escribiendo. Y me obligaba a reflexionar en unas cosas en las que antes no me había fijado demasiado.

—Naciste en el seno de una familia china como chino, pero creciste, por lo que veo, en una sociedad más occidentalizada —observó el Dalai Lama.

—Sí, supongo que así es —respondí—. Hasta los veinte años estuve viviendo en Hong Kong cuando este país era todavía muy chino. Mi madre no hablaba inglés. Tenía una mentalidad y unas costumbre totalmente chinas. Pero en aquella época Hong Kong era una colonia británica y yo iba a un colegio inglés. O sea que supongo que era medio chino y medio inglés. Recibía una educación china, pero también la influencia de la cultura occidental.

—Hmmm... hmmm —dijo el Dalai Lama, cavilando sobre mis palabras—. Ahora sin embargo conoces a los tibetanos... y los tibetanos pertenecen a Asia. El budismo es común tanto en los chinos como en los tibetanos. Ahora conoces más la cultura asiática.

Yo estaba un poco perdido. No sabía adónde quería ir a parar.

—Me fui de Hong Kong cuando tenía veinte años — dije, intentando dar una respuesta acertada—. Desde entonces he vivido la mayor parte del tiempo en Occidente. Pero también he vivido en Nepal cuatro años y he visitado el Tíbet en muchas ocasiones. Los años que estuve en el Himalaya me impactaron mucho. Al haber entrado en contacto con el Tíbet y con el budismo tibetano, ahora valoro más la cultura asiática.

—En una ocasión —prosiguió el Dalai Lama—, durante la Conferencia sobre la Mente y la Vida, una japonesa que había asistido a ella me dijo al final: «Hasta ahora siempre había tenido la sensación de que los asiáticos, aunque tuviéramos una rica tradición, carecíamos de la capacidad suficiente para hacer investigaciones».

»Siempre sentimos que no somos más que unos objetos de investigación por parte de los occidentales. Que al tener ellos una mentalidad tan científica, siempre nos están observando. Que nosotros no tenemos la capacidad para hacer lo mismo.

»Pero después de asistir a la Conferencia sobre la Mente y la Vida me dijo: “Ahora me he dado cuenta de que los asiáticos, con nuestra tradición asiática, también tenemos una capacidad para investigar la realidad muy similar a la de Occidente”».

—¿Has tenido tú alguna vez esta clase de sensación? —inquirió el Dalai Lama—. ¿Que tu propia tradición es

rica pero antigua? ¿Que en los tiempos modernos no sirve para gran cosa? ¿Que se ha quedado desfasada y que Occidente en cambio está muy avanzado?

La mayoría de los que crecimos en un país subdesarrollado mantenemos esta conversación en algún momento de nuestra vida. Occidente está tan avanzado, sus ciudadanos son tan ricos e inteligentes, que Oriente sale mal parado al comparárselo con él.

—Bueno, yo crecí en Hong Kong en los años cincuenta y sesenta —repuse—. En aquella época China se conocía como el «enfermo de Asia» y Hong Kong era un desierto cultural. Al vivir en una colonia británica, acabé interiorizando la impresión de que nuestra cultura china era inferior a la suya, al menos la cultura china tal como la conocíamos en Hong Kong. Estábamos muy retrasados tecnológicamente y este atraso iba aumentando rápidamente. Y la sensación aumentó cuando hice un trabajo de investigación de física mientras estudiaba en el Instituto Enrico Fermi de Chicago. Lo que aprendí sobre la teoría cuántica y el desintegrador de átomos me dejó maravillado.

—Ahora, con el conocimiento que tienes del Tíbet —dijo el Dalai Lama siguiendo su línea de pensamiento, sentado en la postura del loto con el cuerpo inclinado hacia delante—, entiendes mejor la cultura y el budismo tibetanos. Este conocimiento implica una tradición intelectual asiática. Así que, ¿te sientes ahora más

orgulloso de ser asiático? ¿Tienes un sentimiento nacionalista como el de «soy asiático», «soy chino», «soy tibetano?» ¿Una mayor autoestima?

El Dalai Lama nunca ha hecho proselitismo para que la gente se haga budista. Durante décadas ha estado manteniendo que es mejor que seamos fieles a las tradiciones autóctonas de nuestro entorno cultural. Pero ahora, por primera vez desde que lo conocía, estaba alabando el budismo. Parecía un padre primerizo mostrando con orgullo a su hijo recién nacido. En un infrecuente momento de franqueza, dejó que saliera a la luz la profunda admiración que sentía por el budismo. Yo lo comprendía perfectamente. Después de todo hace seis décadas que está practicando. Es como un atleta olímpico que, por medio de una increíble disciplina y de un brutal entrenamiento, puede al fin ocupar el lugar que se merece en el podio. Y, al igual que admiro al deportista olímpico que gana una medalla, tampoco me molestó de ningún modo esta pequeña muestra de orgullo por su tradición.

—Cuando lo conocí en 1972 —le conté—, empecé a sentir curiosidad por el budismo. A probar el zen, el taoísmo y el vipassana. En los últimos años, gracias a usted, he podido conocer algo sobre el budismo tibetano. Y lo que pienso de él es lo siguiente: este sistema de pensamiento de 2.500 años de antigüedad es increíblemente pertinente para las personas del mundo actual y para nuestra época, es un verdadero tesoro. Nos

ofrece un programa factible para alcanzar el bienestar emocional. Y tal como los científicos han concluido en la actualidad, también es beneficioso para la salud. Así que estoy orgulloso de tener un cierto conocimiento del budismo, una tradición de sabiduría que surgió de Asia. Tal como Jean-Jacques Annaud, el cineasta, dijo en una ocasión: «El budismo está en todas partes». Y Amazon.com me dice que en la actualidad son veinte mil las obras sobre budismo que se han publicado.

ALAS 11.30 PALJOR-LA, el monje que sirve a su Santidad, entró en la habitación con una gran bandeja llena. La dejó en una mesita, frente al Dalai Lama, que ya se había sentado en su sillón. La bandeja contenía al menos diez platos y boles surtidos. Para el Dalai Lama, al igual que para tantos otros monjes budistas, el almuerzo era la comida más importante del día.

Su Santidad estaba hambriento. Se había levantado a las 3.30 de la madrugada y hacía seis horas y media que había desayunado. Inclinandose hacia delante con impaciencia, levantó rápidamente las tapas de los platos. Era una deliciosa comida y olía a gloria: panes tibetanos redondos, sopa, varios platos de apetitosas verduras salteadas, un plato de rábano crudo y una buena ración de algo que parecían rollitos de primavera vietnamitas. El

Dalai Lama contempló con avidez los platos que tenía ante él. Tomó una rebanada de pan tibetano y la probó. Mientras la saboreaba, levantó la vista y se percató de que yo lo estaba observando fascinado desde una respetuosa distancia. Volvió a fijarse en los platos que tenía delante y, tras vacilar unos momentos, eligió el plato de rábanos crudos.

—Es mi ofrenda. Prueba una rodajita —me dijo, presentándome el plato. Yo cogí una rodajita obedientemente.

—Durante los últimos seis meses he sido vegetariano casi todo el tiempo —me comentó mientras se tomaba la sopa con fruición—. Ahora apenas como carne, sólo consumo a veces carne de yak seca procedente del Tíbet. Ya intenté ser vegetariano antes, en 1965; en aquella época lo fui durante veinte meses —observó dejando el bol de sopa y tomando un rollito de primavera—. Pero ahora no soy demasiado estricto en este sentido. En los grandes hoteles disfruto comiendo algún plato de carne.

»Prueba uno —añadió ofreciéndome un rollito de primavera. La dúctil envoltura complementaba perfectamente el delicado relleno a base de finas rodajitas de carne seca de yak, con su característico e intenso sabor, mezclado con fideos cabello de ángel y crujientes verduras. Su sabor era exquisito. Era evidente que el Dalai Lama tenía un excelente cocinero.

—¿Está bueno?

—Es delicioso.

El Dalai Lama asintió con la cabeza.

—Tómate un descanso y vuelve a las cinco. Gracias, hasta luego.

AQUELLA TARDE, al volver a las cinco a la residencia del Dalai Lama, él estaba de nuevo sentado en el cojín de meditación detrás del escritorio. Se había envuelto el torso con una toalla de baño de color amarillo claro y cubierto las piernas con el sarong color teja que llevaba ceñido a las caderas. El televisor, uno de los últimos modelos que Sony Wega había sacado al mercado, normalmente oculto en un armario junto al altar, estaba ahora encendido con el volumen bajo. El Dalai Lama, sosteniendo con la mano derecha el mando a distancia, estaba absorto mirando el Discovery Channel. Un majestuoso velero chino de juncos de tres mástiles navegaba por el mar de la China Meridional virando con destreza entre islas esmeralda. Tras contemplar la escena uno o dos minutos, cambió de canal. La BBC World presentaba las últimas predicciones vía satélite del tiempo.

—¿Cuántas personas de más de cien años conoces en Hong Kong? —me preguntó el Dalai Lama, sin despegar los ojos de la pantalla—. Hace poco conocí en Tawang a

unas quince personas de más de noventa años. En un lugar conocí a un hombre, y al preguntarle los años que tenía, me dijo que cien, pero aparentaba sólo sesenta.

—Mi abuelo paterno llegó a los noventa y tantos pese a ser un adicto al opio —respondí intentando darle una buena respuesta, porque yo no tenía idea de las estadísticas de la esperanza de vida en Hong Kong. El Dalai Lama parecía sorprendido de esta información, como si no estuviera seguro de si debía o no creerme.

—Y en Sikkim también me ocurrió lo mismo —prosiguió—. Conocí a varias personas de noventa años y a una de más de cien. Hace varios años, cuando estuve allí, una monja me dijo que era centenaria, aunque sólo aparentara tener setenta años.

—Es por la paz interior —dije, refiriéndome a que él estaba convencido de que la paz interior llevaba a una vida longeva y saludable.

—Yo creo que sus vidas son más sencillas —respondió el Dalai Lama—. Sin duda gozan de paz interior en ambos sentidos. En primer lugar porque llevan una vida más simple; por eso su mente está menos alterada. Y en segundo lugar, porque su mente es muy sofisticada, sabe muchas cosas. Está en calma. Como yo —añadió, señalándose la nariz con el dedo. Se rió con ganas un buen rato echando atrás la cabeza.

—¿Pero cómo consigue esta paz interior? —pregunté al Dalai Lama.

—A través del análisis —respondió simplemente.

—¿Del análisis?

—Pongamos, por ejemplo, el fuerte dolor de estómago que sufrí en Patna. Yo analicé la situación. Si había alguna posibilidad de eliminar el dolor, entonces no tenía por qué preocuparme, pues había una solución; y si no había ninguna solución, tampoco había de preocuparme, porque no se podía hacer nada. Otra cosa muy útil es comparar tu dolor con otro mayor. Enseguida piensas: «¡Oh, este dolor no es tan horrible comparado con aquel otro», y te sientes mejor en el acto.

El Dalai Lama alargó el brazo para alcanzar la bandeja roja de encima del armario de madera y buscó algunos papeles en ella.

—He recibido una carta de Taiwán —me contó desplegando dos hojas de papel y buscando el pasaje que le interesaba—. «Yo tenía muy mal genio.» —me leyó en voz alta—. «La gente que me rodeaba se disgustaba a menudo conmigo. Al comerciar con té, mi codicia me hacía perder beneficios y de vez en cuando sufría angustia mental. Ahora que he aprendido algunas cosas sobre el budismo, me doy cuenta de que la avidez es negativa. Y ya no me dejo llevar tanto por mi mal genio. Ni critico a los demás fácilmente como antes hacía». El Dalai Lama dejó la carta en su regazo, levantó la vista para observarme y me sonrió con evidente satisfacción.

También menciona otra cosa —añadió examinando

la página y buscando en ella el pasaje que quería mostrarme—. «Y un día mientras estaba comerciando con el té» —leyó en voz alta—, «me descubrí de pronto teniendo en cuenta tanto las necesidades de mis competidores como las mías. Nunca antes me había ocurrido.» —El Dalai Lama alzó la vista, se echó a reír sonoramente y siguió leyendo—. «Es la primera vez que me pasa. Ahora mi familia y mis amigos se sienten más a gusto conmigo y mis negocios han mejorado» —al terminar de leer Su Santidad se rascó la cabeza y se echó a reír de nuevo.

Paljor-la entró a las 5.30 con una bandeja con dos termos y un plato cubierto con una servilleta. Colocó una taza sobre el escritorio del Dalai Lama y vertió té en ella. Su Santidad tomó el otro termo y acabó de llenar con él la taza con una buena ración de leche humeante. Mientras Paljor-la se volvía para irse, el Dalai Lama alzó la servilleta por una esquina para ver el contenido del plato. Luego dijo algo a su ayudante, el cual salió de la habitación y regresó enseguida con una gran caja de plástico de galletas surtidas. El Dalai Lama rebuscó entre ellas detenidamente. Se tomó su tiempo. Al final eligió una galleta redonda y me la ofreció.

—Ya hemos terminado. Gracias, hasta pronto —dijo, extendiendo sus dos manos hacia mí sentado en el cojín. Yo me incliné, se las sostuve entre las mías, y me despedí tocando ligeramente su frente con la mía.

—Muchas gracias, Su Santidad —respondí.

Mientras salía de la residencia del Dalai Lama, no me podía sacar una pregunta de la cabeza. ¿Qué contenía el plato de la bandeja? ¿Algo pecaminoso y muy rico? Se supone que el Dalai Lama, como todos los monjes tibetanos, no puede comer nada después del almuerzo. Mientras mordisqueaba la galleta, una ofrenda recibida directamente de las manos del Dalai Lama, no pude evitar sonreír.

AGRADECIMIENTOS

Deseo, ante todo, dar las gracias a Su Santidad el Dalai Lama, ya que sin su constante apoyo y su suave aliento este libro simplemente no habría podido existir. A lo largo de los años he sido sumamente afortunado por haber podido pasar tantas horas ante la compasiva presencia de Su Santidad. Me siento muy orgulloso de que me haya confiado el cometido de imprimir su sabiduría en la presente obra.

También tengo una gran deuda con Tenzin Geyche Tethong, el secretario de Su Santidad el Dalai Lama, el cual desde el principio aprobó con entusiasmo el libro. Con su característica elegancia y amabilidad, me ha ayudado a superar muchas situaciones difíciles.

Ngari Rimpoché me ofreció en el elevado valle de Spiti un montón de galletas de glucosa y de inasequibles refrescos de cola. Ha sido un discreto, considerado y constante defensor del libro. Aprecio muchísimo su franca amistad y el peculiar tiempo que hemos pasado juntos en India, Europa y Norteamérica.

Tenzin Namdak Taklha es el cerebro que planeó muchos de mis largos viajes con Su Santidad. Es inigualable organizando los numerosos detalles que requieren estas complicadas empresas. Tengo una gran deuda con él por su ecuanimidad y profesionalidad al

gestionar las numerosas peticiones que a menudo le hice a última hora.

En las entrevistas que mantenía con el Dalai Lama en Dharamsala, Lhakdor estaba siempre junto a mí. Su presencia me tranquilizaba y he disfrutado mucho con sus detalladas aclaraciones de las enseñanzas más difíciles de Su Santidad. Su genuina calidez, gran sentido del humor y conocimiento enciclopédico del dharma me han ayudado a darle el tono adecuado al libro.

A lo largo de los años Lodi Gyari, Samdhong Rimpoché y T. C. Tethong han estado insistiendo en dedicar parte de su tiempo al proyecto. Les agradezco inmensamente las amables conversaciones, los inteligentes consejos y la amistad que estos sabios tibetanos me han ofrecido.

Las oficinas del Tíbet en Norteamérica, Europa y Asia me han ayudado en los problemas logísticos de mis viajes con Su Santidad. Desearía dar sobre todo las gracias al doctor Nawang Rabgyal, a Tenzin Atisha, Tsegyam, Kesang Takla, Chhime Chhoekyapa, Tashi Wangdi y Kelsang Gyaltsen. Y en Dharamsala, desearía agradecer a Jetsun Pema, Tsering Taklha, Chuki Tethon, al doctor y a la señora Tseten Sadutshang y a Joyce Murdoch por su generoso apoyo y hospitalidad.

Noah Lukerman, mi agente literario, y Amy Hertz, la directora de la editorial Riverhead, apostaron por este libro y lo han estado apoyando con energía desde el

principio. También desearía expresar mi agradecimiento a Marc Haeringer y Julie Grau, de la editorial Riverhead, por su dedicada colaboración durante las últimas fases del proyecto. El libro también se ha beneficiado enormemente de los perspicaces consejos editoriales de Barbara Pulling, Laurie Wagner y Nancy Pollak.

Desearía expresar mi agradecimiento al profesor Pitman Potter, director del Instituto de Investigaciones Asiáticas de la Universidad de Columbia Británica. Desde el principio apoyó con entusiasmo la publicación del libro y fue un pilar de fuerza y inspiración cuando Su Santidad visitó Vancouver en 2004.

Jacquie Massey, una mujer alegre y perspicaz, y una verdadera amiga de la familia, ha leído muchos de los borradores del libro. Sus críticas han sido indispensables para mí, hasta el punto de depender en gran medida de su impecable sensibilidad. Mi hermana Bonnie me ha estado animando siempre, e incluso me ha regalado algún que otro viaje en avión. El doctor Howard Cutler y Manuel Bauer han sido mis compañeros de viaje de vez en cuando. Agradezco enormemente su camaradería y buena voluntad.

Susanne Martin, mi esposa, ha sido desde el principio indispensable en la creación del libro. Fue la primera en leer los borradores y la última en dar su visto bueno a la obra. Ha sido comedida en sus elogios y compasiva cuando debía darme malas noticias. Durante

más de una década ha estado apoyando desinteresadamente todos mis esfuerzos, tanto si eran factibles como si no. Susanne ha colaborado de manera generosa e incondicional en el libro, impregnando nuestro hogar de su calidez y encantadora presencia. Dedico este libro a Susanne y a Lina y Kira, nuestras hijas.

Victor Chan

La sabiduría del perdón

Dalai Lama

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea éste electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal)

Título original: *The Wisdom of Forgiveness*

Publicado en inglés por Riverhead Books, sello de Penguin Group(USA) Inc.

Publicado en castellano por acuerdo con Riverhead Books, sello de Penguin Group (USA) Inc.

© del diseño de la portada, Idee, 2011

© His Holiness The Dalai Lama and Victor Chan, 2004

All rights reserved including the right of reproduction in whole or in part in any form

© de la traducción, Núria Martí, 2006

© Espasa Libros, S. L. U., 2006

Oniro es un sello editorial de Espasa Libros, S. L. U.

Paseo de Recoletos, 4, 28001 Madrid (España)

www.planetadelibros.com

Primera edición en libro electrónico (epub): julio de 2011

ISBN: 978-84-9754-558-7 (epub)

Conversión a libro electrónico: Newcomlab, S. L. L.

www.newcomlab.com