

El concepto de “dukkha” a partir de las Cuatro Nobles Verdades del Budismo

Estudio del sufrimiento según las distintas ramas del budismo y de otras religiones del mundo.

Autor: Alejandro Sánchez Herrera

Asignatura: Pensamiento Moderno y Contemporáneo de
Asia Oriental, 3º, GEAO de la U. de Sevilla

Índice de «El concepto de dukkha a partir de las Cuatro Nobles Verdades del Budismo»:

1.	Introducción. -----	Página 2
2.	La comprensión del dolor y el sufrimiento como problema de la humanidad. -----	Página 3
3.	El fundamento de las Cuatro Nobles Verdades: El fin del <i>dukkha</i> .-----	Página 5
	3a. Primera <i>Noble Verdad</i> : Categorías del <i>Dukkha</i> . –	Página 6
	3b. Segunda <i>Noble Verdad</i> : Descubrimiento y conciencia del dolor. -----	Página 6
	3c. Tercera <i>Noble Verdad</i> : Ascetismo como vía de purificación. -----	Página 7
	3d. Cuarta <i>Noble Verdad</i> : La práctica del <i>Noble Sendero Óctuple</i> . -----	Página 9
4.	Conclusión. -----	Página 10
5.	Bibliografía. -----	Página 12

Metodología y fuentes:

A diferencia del primer trabajo, en el que hablaba del totemismo en Mongolia a partir de la «Eej Khad», el budismo es una materia ampliamente estudiada a lo largo del mundo, tanto a nivel hispano como mundial. Es por ello que en el presente trabajo se han utilizado fuentes en ambos idiomas, pues si bien en español hay una cantidad interesante de información, las fuentes inglesas tienden a ofrecer un mejor entendimiento de los preceptos del budismo y a estudiar aspectos más concretos del mismo.

Lo primero ha sido hacer un estudio de versiones de las bases del budismo, para las cuales se han utilizado obras que, aun realizando una biografía de las andanzas de Buda,

tienen su prioridad en los elementos que componen sus enseñanzas. Este es el caso de los libros *Buddha: His Life, His Doctrine, His Order* (Oldenberg, 1881), *La Vida de Buda* (Thomas, 2007), *Budismo sin Creencias* (Batchelor, 2008) y *The Noble Eightfold Path: The Way to the End of Suffering* (Bodhi, 1999). Cada libro ha sido escrito por expertos en la materia, desde académicos especializados hasta practicantes en sí. Por tanto, se considera la aproximación teórica como cumplida con estas fuentes habiéndolas elegido entre varias alternativas más.

El estudio del dolor desde una perspectiva religiosa, temática central del trabajo, es un asunto que requiere el uso de textos clásicos para una contextualización histórica de la teoría. Este caso se da, principalmente, en el apartado centrado en la «tercera Noble Verdad» y el precepto del «Camino Medio» de Buda. Se consultan para ello, entre otros, textos como las Odas, del poeta Horacio; Moral para Nicómaco, del filósofo Aristóteles; las Analectas de Confucio o el Fedro de Platón.

Finalmente, se exponen los testimonios de dos representantes importantes de la cultura religiosa global, a través de ensayos (como el Papa Juan Pablo II) o a través de diálogos (como el caso del filósofo Jiddu Krishnamurti). Este trabajo se ha realizado optando por un método teórico-práctico, es decir, que mediante la investigación de la teoría percibida por diversas culturas del mundo, se pretende reflexionar sobre lo que representa el dolor para éstas, así como el modo en el que lidian y/o con el sufrimiento para alcanzar el «fin último», llámese Cielo, Paraíso o *Nirvana*.

Alejandro Sánchez Herrera

1. Introducción:

El budismo, como una de las religiones más populares del mundo, cuenta con diversas formas de ser practicado por sus creyentes, del mismo modo en el que el cristianismo cuenta con ramas católicas, ortodoxas o protestantes, doctrinas que fundamentalmente tienen el mismo credo pero que discrepan en una serie de aspectos irresolubles, como interpretaciones de la Biblia o prácticas religiosas. Desde la creación de la corriente budista por parte de **Siddhartha Gautama**, el budismo ha adquirido una magnitud global y se ha distinguido de las demás religiones por ser, además, una religión que compagina

filosofía con ascetismo, ateísmo y aceptación de otras corrientes como el sintoísmo (tal es el caso de Japón, donde ambas religiones conviven sin solaparse).

En el budismo las divergencias no se dan con lo que representa el fin último en sí, sino cómo llegar a este. Tal es así que el budismo podría dividirse en tres ramas, cada una con su camino ideal y las prácticas que acompañan a este. El budismo «Theravada», por ejemplo, podría considerarse la rama conservadora, optando por un camino a la iluminación (*Nirvana*), basado en la vida practicante y de monasterio. El budismo «Mahayana», por su parte, es una corriente más flexible que contempla la llegada al Nirvana tanto con la vida clerical como con la vida laica. La última rama principal, la «Vajrayana», es una incorporación relativamente nueva a la tradición dual de creencia budista, más cercana a lo libre del camino del «Mahayana» que al «Theravada», divergiendo principalmente en las prácticas esotéricas.

Lo básico del ideal budista está reflejado en las «Cuatro Nobles Verdades», unos preceptos dictados por el propio Buda respecto a la idea de que la vida es un ciclo mundano y que hay una forma de salir. Cada «Noble Verdad» es un paso para librarse del concepto de «*dukkha*», de amplio significado aunque traducible como «insatisfacción». Estas «Cuatro Nobles Verdades», por tanto, se estudiarán en los siguientes apartados analizándose junto a otras religiones y/o variantes budistas. La comparativa se realizará, en mayor medida, entre la religión budista y el cristianismo católico, aunque también se hará mención a otras ramas de ambas religiones.

2. La comprensión del dolor y el sufrimiento como problema de la humanidad.

El ser humano, además del dolor físico propio de los animales, es capaz de sentir dolor psicológico de una elevada complejidad por cuestiones que cualquier otro animal ni siquiera es capaz de concebir por cuestiones biológicas. Hay ciertos sentimientos dolorosos que no son exclusivamente de las personas (el sentimiento de pérdida de alguien querido, de abandono, de ira...), pero hay otras cuestiones como el miedo al porvenir o los miedos ligados al mundo humano (miedo a quedarse sin posesiones materiales, miedo a ser discriminado dentro de un círculo social...) que sí que son inherentes a la mentalidad de los individuos.

Está en la naturaleza humana el no querer hundirse ante estos sentimientos, especialmente aquellos que estén vinculados a la muerte (al ser el «final», las soluciones frente a los problemas que plantea son muy escasas y, por lo general, genera una tristeza más profunda que cualquier otro sufrimiento), aunque como no puede especificarse u organizarse una lista de los dolores más profundos (cada persona puede encontrar su mayor momento de angustia en situaciones muy dispares a las de otra persona), se tiende a utilizar el concepto de «sufrimiento» para englobar todas estas situaciones.

Las utopías creadas por el ser humano, por ejemplo, suelen reflejarse en la literatura como lugares sin sufrimiento y, por extensión, de paz, como el caso de la isla mitológica de Ávalon, de las *Materias de Bretaña*¹, o de la «supuesta utopía» reflejada en *Un mundo feliz* (1932)², de **Aldous Huxley**, en la que se obtenía la felicidad permanente mediante la pérdida de las artes humanas (la *ignorancia* permitía alcanzar la felicidad) y el uso de elementos como las drogas para alterar la percepción del individuo.

Las religiones, como objetos de fe de la humanidad, también recogen este concepto de «sufrimiento» y muestran a sus creyentes el camino para librarse de ello y sentirse felices. Así, en el caso del cristianismo, el dolor es visto como algo necesario para la persona, con el fin de madurar tanto ética como espiritualmente. **Juan Pablo II**, papa de la Iglesia Católica desde 1978 a 2005, escribe en su obra *Evangelium Vitae* (1995), que el hombre “está llamado a la plenitud de la vida, que va más allá de su existencia terrenal, ya que consiste en la participación de la vida misma de Dios”. La experiencia del hombre en el mundo, por tanto, no es su “realidad última” sino sólo la “condición penúltima” de su destino sobrenatural.

Esta idea de la vida en este mundo como “condición penúltima” es, a su vez, uno de los factores más comunes entre las religiones del mundo. La reencarnación, por ejemplo, no es más que un ciclo para perfeccionar el alma hasta conseguir viajar al «mundo de las Ideas» planteado por **Platón**³(tal y como explicaba en el *Fedro* a través del «Mito del Carro Alado»), a la *Yanna*⁴ islámica, al *Cielo* cristiano o al *Nirvana* budista. El hecho de que sea una «condición» implica la dualidad entre alcanzar o no alcanzar esta realidad.

¹ DE MORMOUTH, Godofredo, *Historia de los Reyes de Britania* (traducción de Luis Alberto de Cuenca), Clásicos Históricos, 2004.

² HUXLEY, Aldous, *Un Mundo Feliz*, Ediciones DeBolsillo, 2014.

³ PLATÓN, *Fedro*, 246d-248d.

⁴ Paraíso islámico al que se llega tras superar tanto el Barzaj (un símil al Purgatorio católico) como el Juicio Final.

El ser humano, por lo general, es incapaz de alcanzar cualquiera de estas «realidades últimas» a no ser que cuente con algo que le sirva como guía o como camino a seguir. Es aquí donde entra la religión para dar una respuesta a ese miedo inherente al ser humano hacia la muerte y lo que haya tras ésta.

El budismo entra en este grupo y propone su propio camino hacia alcanzar el «Nirvana»: la eliminación del «dukkha»; del sufrimiento y el dolor. Para eliminar el «dukkha» hay que seguir lo que se conoce como «Cuatro Nobles Verdades», que son cuatro preceptos en los que, respectivamente, se reconoce, se admite, se detiene y se describe cómo acabar con el sufrimiento. Este último apartado corresponde al «Noble Camino Óctuple», que junto con las nobles verdades se explicará en el punto siguiente.

3. El fundamento de las Cuatro Nobles Verdades: El fin del *dukkha*.

Las Cuatro Nobles Verdades fueron dictadas por **Siddhartha Gautama** en el conocido como «Sermón de Benarés»⁵⁶ de la siguiente manera:

«Esta es la noble verdad del dolor. El nacimiento es dolor, el desgaste es dolor, la enfermedad es dolor, la muerte es dolor. La presencia de los objetos que odiamos es dolor, la ausencia de los objetos que amamos es dolor; no conseguir lo que deseamos es dolor. En una palabra: el apego a la existencia es dolor.

Esta es la noble verdad de la causa del dolor: el anhelo, que lleva al renacimiento, acompañado de placer y de concupiscencia, que encuentra aquí y allí su placer. (Este anhelo es triple), a saber: anhelo de placer, anhelo de existir, anhelo de prosperidad.

Esta es la noble verdad de la cesación del dolor: (cesa con) la cesación completa de este anhelo, una cesación que consiste en la ausencia de todas las pasiones; con el abandono de este anhelo, con la renuncia a él, con la liberación con respecto a él, con la destrucción del deseo.

⁵ Se conoce también como «Sutra de Benarés», siendo un «Sutra» un texto que recopila algún discurso dictado por Buda.

⁶ Benarés es una ciudad situada en la provincia de Uttar Pradesh (India) que cuenta con unos 1.2 millones de habitantes (estimado) y que es considerada un lugar de peregrinación para los creyentes budistas debido a este sermón.

Esta es la noble verdad del sendero que lleva a la cesación del dolor, el noble sendero óctuple, es decir, la recta creencia, recta aspiración, recta habla, recta conducta, rectos medios de vida, recto esfuerzo, recta memoria, recta meditación...»⁷.

3a – Primera Noble Verdad: Categorías del dukkha.

Según **Roger Walsh**, doctor en filosofía, el dolor («dukkha») está dividido según el budismo en tres tipos principales⁸. El primer tipo corresponde al llamado *dukkha dukkha*, que se asocia a sufrimiento evidente, como las enfermedades o los traumas. *Anicca dukkha* es el segundo dolor, aplicable a toda existencia mortal. Básicamente es la insatisfacción inherente a vivir un ciclo eterno, motivada por la incertidumbre y la idea de la muerte. Por último está el *sankhara dukkha*, el sufrimiento padecido a partir del bombardeo constante de estímulos mientras se está consciente, sin tener nunca ocasión para un pleno reposo. Este dolor es el más complejo, conocido únicamente por aquellos que han sabido distanciarse de la sociedad y observarla desde un punto de vista externo.

Podrían definirse, por tanto, más como «etapas» que como «tipos». Siguiendo la categorización de Walsh, podría hacerse un estudio de las personas a partir de estos tres niveles. De este modo, el ser humano padece el *dukkha dukkha* en los primeros estadios de su vida: no contempla con profundidad aspectos como la muerte, pero si la siente cerca (a través de un familiar o un amigo) esto se manifiesta como trauma al no estar preparado. Cuando el individuo ha «madurado» conforme a lo que se espera del mismo por la sociedad, pasa a padecer tanto el *dukkha dukkha* como el *anicca dukkha*. El ser humano descubre un miedo hacia el futuro, hacia la muerte y lo venidero. Esta incertidumbre aflige a la persona, que tiene que lidiar además con los dolores corporales y miedos arrastrados de la primera etapa.

3b- Segunda Noble Verdad: Descubrimiento y consciencia del dolor.

Por lo general, el ser humano sólo padece estos dos dolores hasta su muerte, pues el tercer estrato está reservado a aquellos que buscan alcanzar el Nirvana. Según explican los

⁷ THOMAS J, Edward, La Vida de Buda, pág.114, Editorial Lectorum, 2007.

⁸ WALSH, Roger, The Problem of Suffering: Existential and Transpersonal Perspectives, pág. 346, The Humanist Psychologist, 1995

practicantes de la meditación⁹ el *sankhara dukkha*, es un tipo de sufrimiento ligado a la idea de que todos sufrimos un estrés continuo pero sutil, y que es a partir de la reflexión y la introspección como podemos descubrirlo. Tras descubrirlo, el ser humano afronta a la vez los tres estadios del «dukkha», siendo plenamente consciente tanto del sufrimiento que existe en el mundo como de la necesidad de erradicarlo en uno mismo y los demás.

Stephen Batchelor, autor británico especialista en budismo agnóstico, dice lo siguiente respecto al conocimiento de los tres dolores: «Cuando el Buda presentó sus cuatro verdades, primero las describió y luego invitó a sus escuchas a actuar sobre ellas. Una vez que captamos lo que quiere decir por “angustia”, somos invitados a entenderla [...] La verdad de la angustia pasa a ser una invitación a actuar.»¹⁰

No es hasta que se conoce el auténtico «dolor», tal y como lo explicó Buda en Benarés, cuando se tiene la posibilidad de erradicarlo y alcanzar el Nirvana. El conocimiento teórico (primera Noble Verdad) y el conocimiento práctico (segunda Noble Verdad) del dukkha no son más que el prolegómeno hacia el camino de la iluminación.

3c – Tercera Noble Verdad: Ascetismo como vía de purificación.

La tercera Noble Verdad dictada por Buda se entrelaza directamente con el concepto de «ascetismo» («cesación que consiste en la ausencia de todas las pasiones [...] con la destrucción del deseo»), aunque dentro del budismo hay dos formas distintas de enfocar la obtención de esta verdad: el método Theravada y el método Mahayana.

Según el budismo Theravada, la clave está en seguir el «Camino Medio» (*Madhyamaka*) para alcanzar el Nirvana. Fue el método que usó Buda (resultándole exitoso) tras abandonar el camino de la extrema abstinencia de placeres, al considerar que era igual de perjudicial que seguir el camino del extremo disfrute de lujos (como había seguido en su etapa de príncipe). El *Madhyamaka* fue la respuesta a esa necesidad y, citando a **Hermann Oldenberg**, «el Camino Medio que ilumina a los ojos, ilumina a la mente, lo que lleva al reposo, al conocimiento, a la iluminación, al Nirvana.»¹¹

El concepto de medianía también ha sido estudiado en otras filosofías anteriores a Buda. Tal es el caso, por ejemplo, de la «Doctrina de la Medianía», que originalmente fue

⁹ WALSH, Roger, *The Problem of Suffering: Existential and Transpersonal Perspectives*, pág. 347, The Humanist Psychologist, 1995

¹⁰ BATCHELOR, Stephen, *Budismo sin Creencias*, pág. 5, Editorial Gaia, 2008.

¹¹ OLDENBERG, Hermann, *Buddha: His Life, His Doctrine, His Order*, p.127, 1881.

explicada por **Confucio** pero desarrollada por su nieto **Kong Ji** en un capítulo del *Libro de los Ritos*¹². También es digna de mención la «Dorada Mediocridad» (*aurea mediocritas*) formulada por **Quinto Horacio Flaco** en el capítulo X del segundo libro de las *Odas*¹³: «El que se contenta con su áurea medianía no padece intranquilo las miserias de un techo que se desmorona, ni habita palacios fastuosos que provoquen a la envidia. [...] Muéstrate firme y animoso en la desgracia, y con prudencia recoge las velas hinchadas por el viento de la fortuna demasiado favorable.»¹⁴

Aristóteles, por su parte, englobaba estas ideas en su concepto del «Justo Medio», tal y como consta en el II Libro (capítulo VI) de su obra *Ética a Nicómaco*. Aristóteles escribe: «He aquí por qué se dice muchas veces, cuando se habla de las obras bien hechas y se las quiere alabar, que nada se las puede añadir ni quitar; como dando a entender, que así como el exceso y el defecto destruirían la perfección, sólo el justo medio puede asegurarla»¹⁵. Esta última definición sirve para reflejar el momento en el que Buda renuncia a su camino de ascetismo extremo: el defecto también destruye la perfección, defecto entendido no como fallo o error, sino como privación de una cualidad necesaria que hace que algo sea irregular.

El budismo Mahayana plantea, por otra parte, que la tercera Verdad debe cumplirse con prácticas ascetas como el vegetarianismo (casos de China y Japón) o la autosuficiencia a la hora de alimentarse (los practicantes de este tipo de budismo, principalmente en Asia Oriental, se autoabastecen de comida y se la preparan entre ellos, a diferencia de los monjes que predicán y viven de la mendicidad).

El filósofo **Jiddu Krishnamurti** justifica el ascetismo explicando que el deseo está ligado al anhelo de posesión («si veo esto y me gusta, lo quiero»¹⁶) y que al no conseguir poseer lo deseado, surge el dolor («como no tengo lo que me gusta, sufro»). El objeto de deseo puede ser cualquier elemento, desde cuestiones ligadas a la alimentación (y, a la vez, a la gula), como ligadas a la sexualidad (lujuria y/o amor) o la codicia (posesión de bienes materiales). La cuestión es que, en tanto que exista deseo, existirá el pertinente dolor, materializado en sufrimiento por perder lo disfrutado o en miedo a no poder mantenerlo por siempre. Placer y dolor, según Krishnamurti, son dos elementos inseparables, pues

¹² CONFUCIO, *The Confucian Analects, the Great Learning & the Doctrine of the Mean*, p.2, 1971.

¹³ HORACIO, *Odas*, Editorial Gredos, 2010.

¹⁴ Traducción de Germán Salinas.

¹⁵ ARISTÓTELES, *Moral, a Nicómaco*, pág. 72, Editorial Espasa Libros, 2002.

¹⁶ Extractos breves del Cuarto Diálogo Público de Jiddu Krishnamurti en París (1969).

del mismo modo en el que se siente uno de ambos, se busca o se rehúye el otro, aunque sea inevitable que esté presente. La respuesta para evitar el dolor se halla en evitar el deseo, al menos desde un punto de vista intelectual.

Antes hemos mencionado el tercer estrato de «dukkha», el «sankhara dukkha», correspondiente a la toma de conciencia del estrés sutil que aflige a quien practica la introspección de un modo más avanzado. En el *Diálogo de París*, un espectador le plantea a Krishnamurti la solución que ha alcanzado para lidiar a la vez con el placer y el dolor: la cautela. Cautela, no de tener miedo a las posibles consecuencias del placer, sino el ser consciente de que obtener placer implica también una cantidad de dolor proporcional. Krishnamurti reafirma, tal y como indican los preceptos de Buda, que ser consciente de esta posibilidad -contar con esta «cautela»-, no es sino una falsa sensación de iluminación en la que el individuo no debe quedar anclado: no basta con conocer la existencia del dolor, sino que además hay que tener la voluntad de no sentirlo, algo que debe conseguirse sin seguir un camino marcado.

3d – Cuarta Noble Verdad: La práctica del Noble Sendero Óctuple.

Cuando la persona que busca la Iluminación entiende la necesidad de acabar con el dolor, y cambia sus vías para intentar no sentir el deseo, entonces se puede considerar que ha comprendido la tercera Noble Verdad. La cuarta Noble Verdad es la práctica del Noble Sendero Óctuple, que es esencialmente un código de conducta que permite al practicante alcanzar el Nirvana si se siguen sus preceptos de forma correcta. El Noble Sendero Óctuple está categorizado en tres divisiones¹⁷:

1. *Sabiduría*: Aquí se recogen dos de los ocho caminos; perspectiva correcta y comprensión correcta. Estos caminos son un resumen de las tres primeras nobles verdades, pues implican conocimiento y consecuencia con el concepto de «dukkha».
2. *Comportamiento ético*: Este apartado está compuesto de tres caminos; habla correcta, actuación correcta y medio de vida correcto. Estos elementos hacen referencia a la idea de que en nuestras acciones o palabras aportamos una carga de karma, por lo que la conducta banal puede llegar a ser un obstáculo para alcanzar el Nirvana.

¹⁷ BODHI, Bhikkhu, *The Noble Eightfold Path: The Way to the End of Suffering*, Buddhist Publication Society, 1999.

3. *Entrenamiento de la mente*: Corresponde al esfuerzo correcto, a la concentración correcta y a la atención correcta. Es el plano más abstracto, que implica un cambio de la perspectiva de la realidad por parte del practicante.

El Noble Camino Óctuple se presenta como la solución definitiva al dolor. Este código de conducta está destinado a que el practicante deje de padecer los tres tipos de «dukkha», además de servir como punto final al viaje de la introspección que se inicia al saber de la existencia del sufrimiento como mal de la humanidad. El Noble Camino está planteado de tal modo que tanto un iniciado como un veterano puedan seguir estas reglas de comportamiento, aunque el del iniciado no puede considerarse un intento «serio» hasta haber experimentado antes las tres primeras verdades. Por tanto, se reafirma la idea del Camino Óctuple como eslabón final de la cadena.

4. Conclusión

Tras todo lo expuesto en las anteriores páginas, queda demostrada la relevancia del dolor en la humanidad, no sólo desde el punto de vista del budismo (como obstáculo a superar para alcanzar el Nirvana) sino como un factor cultural presente en todas las civilizaciones. El dolor se ha representado en la literatura y el teatro a través del drama, con situaciones desafortunadas que le suceden a los personajes y con las cuales el público empatiza o incluso se emociona.

Explicábamos antes que el «dukkha» es ejemplificable en sus tres niveles como el desarrollo de una persona, desde que es joven y sólo conoce el dolor inmediato hasta que es capaz de distanciarse de la corriente de la sociedad y considerar el «sankhara» como un dolor perceptible. Sirva como ejemplo el dolor causado por la muerte. A un niño de mentalidad inocente, la muerte sólo le afecta cuando es un hecho inmediato, cuando ha acontecido cerca y ha podido comprobarlo. El impacto ante tal revelación súbita suele generar un trauma, de ahí el primer estadio del dukkha. Para prevenir este sufrimiento, y sabiéndolo doloroso, el entorno del niño le oculta la verdad para que su vida sea más plácida, al menos por un tiempo. El dolor, sin embargo, no deja de existir en su universo.

Cuando el niño crece, la muerte pasa a ser algo independiente al tiempo, es decir, ahora siendo un joven, nuestro ejemplo descubre que su condición de mortal y de que todo, al final, es perecedero. A partir de aquí surgen diversas dudas existenciales, que

conformarán sus miedos en la etapa adulta, esto es, aprovechamiento de su tiempo y sus etapas vitales (actuar como joven cuando se es tal, adquirir sabiduría con el paso de los años, etc.) o temor a perder a quienes quiere *siendo consciente de las posibilidades de pérdida*.

El dolor y el deseo son una dualidad implícita en nuestro desarrollo como seres humanos. La capacidad de sentirlo y asociarlo a nuestro día a día condiciona nuestro comportamiento y nuestros ideales, haciéndolos girar en función de posibles «remedios» para evitarlos.

Jiddu Krishnamurti, si bien practicaba una filosofía con raíces en el budismo y el hinduismo, afirmaba que lo que realmente permitiría alcanzar la iluminación era la ausencia de caminos. Para ello, el ser humano debe privarse del deseo y el anhelo a conseguir o poseer algo, de tal modo que acabe por no padecer dolor ni dejar que esto lidere su vida. Krishnamurti explicaba que toda aspiración es deseo y por tanto debe eliminarse. La idea de «seguir un camino» es un deseo egoísta, aunque no percibamos este egoísmo, al igual que cuando sentimos deseo por vivir. Considera que el egoísmo es el principal problema de la humanidad, y que este egoísmo nos hace desear cosas que consecuentemente nos causan dolor. Por lo tanto, la privación de deseo y por extensión egoísmo permitirá solventar este problema y, así, cesar con el dolor y el sufrimiento de la humanidad.

Como puede apreciarse, el fundamento de su teoría está intensamente basado en la tercera Noble Verdad budista, aunque discrepa dándole más importancia al egoísmo que al dolor en sí, desplazándolo como una «consecuencia» del egoísmo y el deseo, elemento al que da más importancia que al dolor mismo. La corriente filosófica de Krishnamurti es un ejemplo de reinterpretación de la causa de dolor a partir de la creencia budista, siendo además una muestra de compatibilidad con ésta pese a contradecirla tan abiertamente («A la Iluminación se llega en la ausencia de caminos»), lo que denota el carácter adaptativo de las enseñanzas de Buda. En definitiva, el dolor es un rastro de humanidad y, mediante los preceptos budistas sobre el «dukkha», la eliminación de este sufrimiento pasa por distanciarse del mundo y observarlo con nuevos ojos, tal y como hizo Siddhartha Gautama al alcanzar la Iluminación e intentar transmitirla al resto de la humanidad.

Bibliografía:

- **ARISTÓTELES**, *Moral, a Nicómaco*, Editorial Espasa Libros, 2002.
- **BATCHELOR**, Stephen, *Budismo sin Creencias*, Editorial Gaia, 2008.
- **BODHI**, Bhikkhu, *The Noble Eightfold Path: The Way to the End of Suffering*, Buddhist Publication Society, 1999.
- **CONFUCIO**, *The Confucian Analects, the Great Learning & the Doctrine of the Mean*, Traducción de James Legge, Dover Publications, 1971.
- **HORACIO**, *Odas*, Editorial Gredos, 2010.
- **OLDENBERG**, Hermann, *Buddha: His Life, His Doctrine, His Order*, 1881, reedición de 2008 de la Editorial Greenslet Press.
- **THOMAS**, Edward Joseph, *La Vida de Buda*, Editorial Lectorum, 2007
- **WALSH**, Roger, *The Problem of Suffering: Existential and Transpersonal Perspectives*, The Humanist Psychologist, 1995.
- **WOJTYLA**, Karol Józef, *Evangelium Vitae*, Editorial Palabra, 1995.

Otras fuentes consultadas:

- **KRISHNAMURTI**, Jiddu, Transcripción de su Cuarto Diálogo Público realizado en París (1969). Textos extraídos de la página web: jkrishnamurti.org.