

EL PROBLEMA DEL SUFRIMIENTO. UN DIÁLOGO ENTRE LAS
FILOSOFÍAS NIETZSCHEANA Y BUDISTA

Trabajo para optar al título de:
Licenciado en Filosofía

Modalidad: Monografía

Presentado por:
Julián Martín Conde Ruíz
Cód.: 2015132007

Director:
Luisa Fernanda Barrero González

Universidad Pedagógica Nacional
Facultad de Humanidades
Departamento de Ciencias Sociales
Licenciatura en Filosofía
Bogotá D.C., 2020

Resumen

En medio de una tormenta de eventos tristes, crueles y desoladores, cubiertos por el manto del dolor, sometidos a una realidad impredecible y en permanente cambio, limitados por la fugacidad de la existencia, expuestos a un mundo hostil e intempestuoso, así nos descubrimos al observar nuestra condición humana. No obstante, frente a un panorama tan sombrío y pesimista tenemos dos alternativas: la desesperanza o la fortaleza; si cedemos a la primera nos veremos volcados a una experiencia enfermiza, desgastante y desoladora, privados de la posibilidad de vivir una vida que merezca la pena vivir una y mil veces más; si, por el contrario, nos dejamos seducir por el dulce llamado de una existencia en armonía, alineada con la transitoriedad, el surgimiento y la degradación, entonces, encontraremos belleza y simplicidad allí, descubriremos que en las pruebas y los obstáculos (que en últimas son transitorios) podemos aumentar nuestra fuerza y desarrollar nuestra creatividad. Si nos enfrentamos a una existencia abismal y salimos victoriosos de ello, habremos conquistado una enorme cumbre, probablemente, desde allí conseguiremos mirar al mundo con asombro y no con horror, seremos capaces de notar que esta es una asombrosa manera de conducirse por la vida.

Respondiendo al llamado por una existencia más sana, fuerte y vital es que acudimos a dos maestros del sufrimiento, a saber, Nietzsche y Buda, quienes son figuras fabulosas y a veces malinterpretadas; en concreto, la riqueza de sus testimonios nos ha provocado para explorar de una manera más sabia el problema del sufrimiento humano, que es un fiel acompañante en nuestras vidas, tan persistente y sagaz como nuestra sombra. Para este propósito tendremos que aventurarnos en el pensamiento nietzscheano, comprender sus críticas al budismo, hacer una reinterpretación de ello y destacar el sentido activo y saludable que reposa sobre las cautivadoras enseñanzas de Buda.

De manera que contestar a esta experiencia tan íntima y común a todos, que trastoca lo más profundo de nuestras vidas es aquello que ha motivado nuestro honesto esfuerzo por estudiar el problema del sufrimiento. Ahora, invitamos al lector a pensar en

que este camino que emprendemos no es una sugerencia a convertirse en nietzscheano o en budista; al contrario, es una búsqueda y es el reflejo de la curiosidad.

Finalmente, a lo largo de este documento relataremos como en las filosofías nietzscheana y budista se sitúan recursos o herramientas supremamente prácticas que brindan lo necesario para generar auténticas transformaciones en los individuos y sintonizarlos con la transitoriedad y el cambio que se extienden sobre el mundo; lo anterior funcionará como sustento para el desarrollo de dos tesis a las que nos acercaremos, a saber: a) la interpretación nietzscheana del budismo merece ser revisada con sentido crítico pues los planteamientos budistas también se asocian con el nihilismo activo, es decir, con la salud y la fortaleza para habitar un mundo caótico y turbulento; b) de las enseñanzas de Buda se pueden extraer elementos completamente útiles y vigentes, lo que se traduce en la capacidad para desarrollar un estado físico y mental saludable, para integrarse con armonía en el fluir de la realidad.

Palabras clave: Sufrimiento, resignificación, budismo, salud, Nietzsche.

Abstract

In the midst of a storm of sad, cruel and desolate events, covered by the cloak of pain, subjected to an unpredictable and constantly changing reality, limited by the fleeting nature of existence, exposed to a hostile and untimely world, this is how we discover ourselves in observing our human condition. However, in the face of such a gloomy and pessimistic outlook, we have two alternatives: hopelessness or strength. If we give in to the first one, we will be thrown into a sick, exhausting and devastating experience, deprived of the possibility of living a life worth living one and a thousand times more; if, on the contrary, we allow ourselves to be seduced by the sweet call of an existence in harmony, aligned with transience, emergence and degradation, then we will find beauty and simplicity there, we will discover that in the trials and obstacles (which ultimately are transitory) we can increase our strength and develop our creativity. If we face an abysmal existence and we are victorious from it, we will have conquered a huge summit and probably, from there we will be able to look at the world with astonishment and not with horror, we will be able to notice that this is an amazing way of conducting ourselves through life.

It is in order to respond to the call for a healthier, stronger and more vital existence that we turn to two masters of suffering, namely Nietzsche and Buddha, who are fabulous and sometimes misinterpreted figures; specifically, the richness of their testimonies has prompted us to explore in a more knowledgeable way the problem of human suffering, which is a faithful companion in our lives, as persistent and sagacious as our shadow. For this purpose we will have to venture into Nietzschean thought, understand his criticisms of Buddhism, reinterpret it and highlight the active and healthy sense that rests on the captivating teachings of the Buddha.

Therefore, answering this experience so intimate and common to all, which upsets the depths of our lives, is what has motivated our honest effort to study the problem of suffering. Now, we invite the reader to think that this path we are taking is not a suggestion to become a Nietzschean or a Buddhist; on the contrary, it is a search and it is the reflection of curiosity.

Finally, throughout this document we will relate how supremely practical resources or tools are located in the Nietzschean and Buddhist philosophies that provide what is necessary to generate authentic transformations in individuals and tune them into the transience and change that spread over the world. The foregoing will function as support for the development of two theses that we will approach, namely: a) the Nietzschean interpretation of Buddhism deserves to be critically reviewed since Buddhist approaches are also associated with active nihilism, that is, with the health and the strength to inhabit a chaotic and turbulent world; b) completely useful and current elements can be extracted from the Buddha's teachings, which translates into the ability to develop a healthy physical and mental state, to integrate harmoniously into the flow of reality.

Key words: Suffering, resignification, Buddhism, health, Nietzsche.

Tabla de Contenido

Resumen	1
Abstract	2
Tabla de Contenido	4
Introducción	5
1. Nietzsche y el problema del sufrimiento	9
1.1 El problema de la interpretación en el sufrimiento	10
1.2. Heráclito	21
1.3 La tragedia	23
1.4 El Eterno Retorno	27
2. El problema del sufrimiento desde la perspectiva budista	35
2.1 El sufrimiento como condición fundante de la experiencia humana	38
2.2 Carácter pragmático del budismo	42
2.3. La liberación de la experiencia enfermiza de <i>dukkha</i> y <i>taṇhā</i>	47
3. Conocimiento de sí y cuidado de sí en las filosofías griega y budista	56
3.1 Conocimiento, cuidado y ejercicios espirituales	59
3.2 ¿Qué podemos concluir del pensamiento nietzscheano, de las tradiciones griega y budista respecto al sufrimiento?	63
Referencias Bibliográficas.	68

Introducción

En el pensamiento nietzscheano se expresa una intensa reflexión en pro de la vida, esta es el punto de partida de su actividad filosófica. Si el sufrimiento es un aspecto constitutivo de la existencia humana entonces se posicionará como un elemento sobre el que se deberán desarrollar ciertas ideas y prácticas. Este enfoque en el que se asume con fortaleza lo doloroso es propio de los griegos trágicos y de Heráclito: estos pudieron observar el caos y la crueldad del mundo sin juzgarlos como malos. Conviene destacar que dicha postura suscita un gran interés en Nietzsche, quien resulta concediendo un gran valor a esta manera de relacionarse con la existencia debido a que expresaba salud, fortaleza y vigor.

Asimismo, Nietzsche considera que habitar el mundo de manera trágica o al modo de Heráclito es algo inteligente y destacable debido a la fortaleza y la salud que reside en aquel modo de conducirse por la vida y entender el devenir, asumir reiteradamente y sin perturbaciones negativas el horror y el dolor que surgen en la existencia es una actitud admirable; la genialidad griega para transitar el dolor, observarlo y precipitarlo es digna de elogio y celebración. Sin embargo, el filósofo alemán observa que tras la interiorización del dolor se generan dos tipos de individuos que asumen de maneras distintas este fenómeno y que, a su vez, reflejan dos estados; a saber, la enfermedad o la salud.

En cuanto a la enfermedad, esta surge por una interpretación negativa del sufrimiento, en tanto que es considerado como algo insoportable, poco deseable y nocivo; específicamente, dicho estado promueve en los individuos una somatización negativa del dolor y la creación de escenarios supraterráneos en los que se obtiene recompensa por las penurias experimentadas (tal como en el cristianismo). Lo anterior representa una negación o un intento de fuga respecto a la vida y al mundo; igualmente, expresa una carencia de fuerza y de creatividad para interpretar sanamente vivencias atravesadas por contrariedades, necesidades y dolores.

Por otra parte, la enfermedad corresponde a un tipo de nihilismo, en concreto, el nihilismo pasivo que es un signo de debilidad, de cansancio, de pasividad y de decadencia; allí, Nietzsche sitúa al budismo y lo cataloga como una tradición que refleja cansancio, quietud e incapacidad para enfrentar activamente la dinámica caótica y

dolorosa que caracteriza a la existencia. No obstante, en este documento argumentaremos que bajo dicha interpretación del budismo subyace una cierta miopía o un sesgo negativo que es problemático puesto que las enseñanzas de Buda no invitan a una simple reflexión pasiva ni a una aceptación acrítica del sufrimiento; al contrario, instan a la comprensión de este elemento constitutivo de la condición humana, a la confrontación bajo ciertos procedimientos y a la superación.

En lo que se refiere a la salud, esta se vincula con el nihilismo activo, en el que la comprensión de los horrores y los sufrimientos capacita a los individuos para experimentar circunstancias duras y adquirir fortaleza de ello; este nihilismo es justificado por Nietzsche y presentado como una postura fuerte y activa respecto al dolor. Como se evidenciará en el desarrollo de este trabajo, es lícito, pertinente y válido situar al budismo dentro de este panorama, puesto que su completo y minucioso análisis de la condición humana implica la creación de procedimientos y la materialización de acciones que continuamente dan respuesta al sufrimiento. En consecuencia, la quietud, la inactividad y la simple contemplación inoficiosa no representan a cabalidad el compromiso con el mundo y con aquella condición humana, que se incrusta en el budismo. Por ende, tanto en el budismo como en la filosofía nietzscheana nos topamos con el nihilismo activo; en palabras de Panaïoti (2013), “[c]iertamente, ambos pueden involucrar el mismo tipo de “cese del sufrimiento” [...] Ambos implican dejar de sufrir como enfermo [...]” (p. 169).

Específicamente, en el budismo encontramos un modelo explicativo del sufrimiento que: rastrea sus causas, identifica el mecanismo que perpetúa su manifestación y su somatización negativa, enuncia la posibilidad de superarlo y formula un método o unas acciones a implementar para garantizar dicha superación; en otros términos, diagnostica una enfermedad inherente a todos los seres, descubre la causa de esa enfermedad, sugiere una cura y diseña un tratamiento. Así que la identificación del sufrimiento requiere la materialización de unos hechos que den paso a la superación sana y activa de este, supone la apertura a escenarios en los que deba ser enfrentado continuamente; de hecho, “hay un sentido en el que el tipo budista saludable es estimulado por el sufrimiento y busca desafíos, aventuras y obstáculos para superar” (Panaïoti, 2013, p. 170).

Respecto al estudio que hace el budismo de la condición humana, este plantea una dinámica o una actividad (unas técnicas ilustradas en el camino óctuple, que será descrito en el segundo capítulo) que libera a los individuos de la experiencia enfermiza y negativa de lo doloroso; en efecto, esta reiterada actividad y este profundo conocimiento sí se relacionan –precisamente– con un cuidado de sí que es similar al que destacaba en la tradición griega clásica y que suscitaba una filosofía práctica.

Finalmente, en el desarrollo de este trabajo se propondrá que existe un sentido pragmático en esta tradición el cual dota con vigencia sus formulaciones, en ella reside un potencial activo que podemos apropiarnos y aprovechar; por otra parte, se hará énfasis en la idea de que es oportuno realizar una inversión o una reinterpretación de la mirada nietzscheana sobre el budismo.

Capítulo I.

Nietzsche y el problema del sufrimiento



1. Nietzsche y el problema del sufrimiento

En este capítulo se analizará el modo en que Nietzsche considera el problema del sufrimiento humano, entendiéndolo como un elemento constitutivo de la vida que es la coordenada principal de sus planteamientos; en un primer momento, se describirán los modos en que puede enfrentarse el sufrimiento y las consecuencias que ello supone.

En un segundo momento veremos que el interés del filósofo alemán por este aspecto de la experiencia humana surge del estudio de la tragedia griega y los planteamientos de Heráclito, estas dos influencias ofrecen una comprensión saludable y fuerte respecto a lo intempestuoso y conflictivo que se manifiesta continuamente en el mundo. En concreto, ambas influencias plantean que la dinámica subyacente al mundo es caótica y que lo único constante es el surgimiento y la destrucción, la transitoriedad y la impermanencia. Frente a tal panorama, los griegos tuvieron la creatividad y la audacia para resignificar lo doloroso de vivir en un mundo incierto y entrópico que reproduce incesantemente condiciones duras y difíciles de enfrentar. Cabe resaltar que lo novedoso y atractivo del estudio de los griegos es que enseñan una forma de vivir y amar la vida en la que nos integramos con armonía al flujo continuo e indeterminado que opera sobre la realidad. Articularse a este proceso es posible gracias a representaciones artísticas y experiencias dionisiacas que develan un camino, un modo de conectarse con la vida y con el mundo. Por tanto, lo importante aquí es notar que vivir como los griegos trágicos es vivir amando el mundo pese a todos sus sufrimientos y obstáculos; el hecho de afirmar la vida de tal modo es un proceso dinámico, continuo, peligroso y doloroso del que brota una *Gran Salud* —esta depende del amor incondicional a la vida y de la valentía para integrarse a un mundo turbulento.

Partiendo de la premisa de que Nietzsche acaba configurando un pensamiento que reclama por la afirmación de la continuidad de la vida, por la valentía para asumir siempre el mundo sin desplomarse, por la creatividad para representar e interpretar la realidad de manera activa y jovial, en un tercer momento, se especificará que para el filósofo alemán es esencial contar con una fuerte voluntad de vivir la vida que, a su vez, promueva la renovación de: el mundo, las transformaciones y los cambios, los ciclos

vitales y las experiencias dolorosas –puentes tendidos hacia la salud. Es importante aclarar que la renovación y la afirmación se conjugan en la idea de un *Eterno Retorno* que nos invita a amar la vida de manera que queramos volver a vivirla con todo el abanico de experiencias que ella supone; el Eterno Retorno es, también, un sí: rotundo, valeroso, trágico y dionisiaco sí a la vida, más que una descripción del mundo es una prescripción práctica y vital que incita a la transformación de nuestras acciones.

1.1 El problema de la interpretación en el sufrimiento

Oh, ¿cómo no iba yo a anhelar la eternidad y el nupcial anillo de los anillos, –el anillo del retorno? [...] ¡Pues yo te amo, oh eternidad!
(Así habló Zaratustra §1; Nietzsche, 2003, p. 319).

Dado que Nietzsche configura la mayor parte de su reflexión filosófica en torno a la vida, siendo esta “[...]un impulso irresistible a devenir más, a superarse e ir más allá de sí mismo[...]

(Lemm, 2015, p. 228), es importante situarnos en el problema del sufrimiento porque representa un puente, un catalizador o un escenario propicio para que la vida se supere y expanda; al respecto, la relación vida-sufrimiento se expresa en la tragedia griega pues la resistencia, el dolor, la indeterminación y las condiciones duras (posibilidades de superación) son una constante allí –la superación a las resistencias tiene gran influencia en el pensamiento nietzscheano–. Por medio del arte los griegos trágicos lograron resignificar el sufrimiento que emanaba de la experiencia de vivir una vida turbulenta e incierta. Para ello fue necesario superar una valoración negativa del mundo y comenzar a gozar con fortaleza y salud de una existencia abismal plagada de sufrimientos.

En este sentido, si la superación e incluso la afirmación del sufrimiento permite a la vida superarse a sí misma lo contrario a ello será el estancamiento, la degradación y la enfermedad producidos por la incapacidad para lidiar con los sufrimientos; de modo que la superación es salud y expansión de la vida mientras que el fracaso y la derrota frente al dolor es enfermedad.

En este punto es necesario incluir el concepto de *nihilismo* –inclinación o tendencia de la modernidad y de la cultura europea–, debido a que se encuentra relacionado con la adquisición de enfermedad o de salud –con el vigor griego o con la decadencia–; este proviene del latín *nihil*, que significa nada, e implica la negación de creencias morales o religiosas, de un más allá supraterrrenal, de un Dios y de unos

valores supremos que terminan degradándose y desvalorizándose. Es también la negación del valor de las cosas y del mundo.

Dado que existen dos maneras de asumir el sufrimiento, estas se corresponden con dos modelos de nihilismo que son diferentes en tanto que niegan distintas cosas. Asumir alguno de estos tiene consecuencias radicales en el estilo de vida de quien los adopta. En síntesis, se plantean dos estados: la enfermedad que está asociada al nihilismo pasivo o la salud que está asociada al nihilismo activo.

Por otra parte, es oportuno (también) introducir el concepto de *Gran Salud*: “Nietzsche considera que “la gran salud” es el presupuesto fisiológico del superhombre” (Triana, 2001, p. 78)¹. Al respecto: el *superhombre* es la superación del hombre y del último hombre que se conforma con la comodidad y la seguridad de condiciones estables que no representan ningún desafío o reto, este carece de capacidades creativas y de valentía para enfrentarse a lo indeterminado e incómodo; contrariamente, el *Súper Hombre* se inclina por condiciones difíciles, precipita los obstáculos y las pruebas, se siente atraído por el peligro implícito en el continuo enfrentamiento y la superación del sufrimiento. Por consiguiente, la *Gran Salud* se alcanza continuamente, es un atributo del *Súper hombre* y solamente se llega a ella por medio de la conquista de incesantes pruebas dolorosas²; para gozar de esta es necesario forjar el hábito de precipitar e incitar la exposición a escenarios tortuosos y peligrosos. De manera precisa, la *Gran Salud* se encuentra en:

[...]espíritus favorecidos por guerras y victorias, a quienes la conquista, el peligro, la aventura, e incluso el dolor se les haya convertido en una necesidad imperiosa; se necesita para ello estar acostumbrado al aire cortante de las alturas, a las caminatas invernales, al hielo y a las montañas en todo sentido. (Triana, 2001, p. 80).

En cuanto al nihilismo pasivo, este responde a un modo de ser que concibe el sufrimiento como algo negativo o poco deseable y lo más acertado es librarse de él. Por consiguiente, para lidiar con lo doloroso de la existencia se crean opiniones y juicios que

¹ “El superhombre no es ningún ser fabuloso, es aquel que reconoce como tal y supera a este último hombre. Super-hombre, es decir, el hombre que va por sobre el último hombre y de ese modo lo marca como último, como hombre que pertenece a lo que ha sido hasta entonces.” (Heidegger, 2000, p. 234).

² “[...] la salud existe solo en y a través de la experiencia de la enfermedad.” (Lemm, 2015, p. 237).

niegan la vida (negar el sufrimiento es negar la vida). Estos resultan en la creación de paraísos supraterráneos ficticios que se fundan en la promesa de otra vida sin dolores corporales ni emocionales, sin obstáculos, sin pruebas ni incertidumbres. De modo que el nihilismo pasivo promete la redención y la recompensa por el hecho de tener que lidiar y soportar la vida. Lo anterior es un tipo de lectura de la realidad que implica decadencia y enfermedad. Nietzsche encuentra este tipo de opiniones enfermizas en el cristianismo y el budismo. En sus palabras: “[e]l cristianismo y el budismo están emparentados como religiones nihilistas, son religiones de la *décadence*” (*El anticristo* §20; Nietzsche, 2004, p. 45), según el filósofo alemán, ambas religiones se han constituido a partir de representaciones erróneas del sufrimiento depreciando este mundo y el cuerpo.

En relación a lo anterior, Nietzsche plantea que tales imaginarios y ficciones que niegan la vida son característicos del cristianismo, el platonismo y el budismo. Referente al cristianismo y el platonismo Nietzsche asegura que: “[e]l cristianismo ha menester la enfermedad, más o menos del mismo modo que el helenismo ha menester un excedente de salud; enfermar es el propósito subyacente propiamente dicho de todo el sistema terapéutico de la Iglesia.” (*El anticristo* §51; Nietzsche, 2004, p. 129). El cristianismo produce un tipo de sujeto que está permeado por la enfermedad, la culpa por sus pecados y el resentimiento contra este mundo plagado de sufrimiento e injusticia. Por otra parte, el platonismo es la base del cristianismo, debido a que es el primero en plantear una realidad supraterránea que eclipsa al mundo en el que vivimos reduciéndolo a una copia. Así mismo, relega a un lugar secundario a todos los fenómenos y objetos que se encuentran a nuestro alrededor, de ahí la idea de que este mundo no tiene la importancia ni el valor del mundo ideal y verdadero.

Extendiendo aún más la idea del párrafo anterior, el cristianismo predica otra vida en la que son redimidos los pecados y son recompensados los padecimientos del cuerpo alcanzando la plenitud en el cielo o el paraíso; por otra parte, el platonismo, que es la raíz de los males de Occidente –según Nietzsche–, y que es enfermedad en la bella flor de la antigüedad, plantea que es en el mundo de las ideas donde se encuentran todas las formas verdaderas de lo que es percibido, es en el que poseen relevancia al contener los elementos que constituyen la realidad, de manera que todo lo que percibimos en el

mundo es solo una copia, lo que implica una manera de pensar que termina negando la vida.

Acerca del análisis nietzscheano del budismo, encontramos que esta tradición se inclina por un estado en el que los sufrimientos físicos y mentales son eliminados. Tal estado es un ideal a alcanzar: el nirvana. Este aparentemente supone un distanciamiento de lo que es la vida, implica un quebrantamiento con la realidad y una fuga o evasión del mundo; de modo que “[...] el budismo indio [...] necesita de estos raros estados extáticos que alzan las cosas por encima del espacio, del tiempo y del individuo” (*El nacimiento de la tragedia* §21; Nietzsche, 2009, p. 175). Por consiguiente, un estado que incite a evadir la realidad con sus sufrimientos y pruebas es expresión de una mentalidad enferma, es decadencia, es signo de un nihilismo pasivo, es un ensimismamiento extático, en pocas palabras, es negación del cuerpo, de la vida y del sufrimiento.

El budismo no se enfoca en la lucha contra el pecado, sino en la lucha contra el sufrimiento que es producto de aquello que se desea y no se puede conseguir. Desde un análisis de corte nietzscheano esta tradición se encuentra viciada por la inactividad y la pasividad, por la debilidad que emana de la poca iniciativa para provocar y lidiar la experiencia del sufrimiento, “La paz serena, el sosiego, la extinción de todo deseo es la meta suprema” (*El anticristo* §21; Nietzsche, 2004, p. 46); de modo que la inalterabilidad y la absoluta calma budista es una insensatez porque la vida precisa de acciones fuertes, de vigor y de voluntad de sufrir que es voluntad de vivir. Así, la imperturbabilidad de esta doctrina esconde una preocupante incapacidad para lidiar con el mundo y sus horrores.

De acuerdo a lo anterior y siguiendo la lectura que hace el filósofo alemán, en las enseñanzas budistas existe una dieta o abstinencia física y mental en la que los sufrimientos son evitados, lo que implica debilidad y cansancio pues evitar los sufrimientos y pruebas dolorosas impide la adquisición de fortaleza y salud; este afirma que: “El budismo es una religión para hombres tardíos, para razas suaves, mansas e hiperespiritualizadas, excesivamente sensibles al dolor [...] El budismo es una religión para el final y cansancio de la civilización” (p. 51).

Lo planteado por el budismo es conflictivo para Nietzsche, puesto que la filosofía de este último es vitalista e implica la afirmación de la vida, ya que esta es el

eje, la medida y la finalidad de la mayor parte de sus planteamientos filosóficos; así, nuestros instintos, el cuerpo y el mundo son la única realidad del ser humano, por lo que toda tradición, religión o sistema de pensamiento que repose sobre ideas o una moral que niegue la vida es entonces decadente y expresión de un nihilismo pasivo. Por tal razón, su pensamiento le apunta a la destrucción de valores tradicionales –como los del cristianismo y el budismo– que carecen de la fortaleza, la creatividad y la resistencia para resignificar el dolor y producir individuos que estén a favor del ciclo de la vida junto con todas sus implicaciones. Teniendo en cuenta que existen formas malsanas y enfermas de hacerle frente a las penurias y horrores de la existencia, Nietzsche se opone a estas y a todo dualismo del tipo paraíso y mundo terrenal, pues lo único existente es un flujo caótico, un devenir constante. En esta medida, un estado como el nirvana que es una huida al sufrimiento representa entonces un juicio negativo hacia la vida.

¡Yo os conjuro, hermanos míos, permaneced fieles a la tierra y no creáis a quienes os hablan de desesperanzas sobreterrenales! Son envenenadores, lo sepan o no. Son despreciadores de la vida, son moribundos y están, ellos también, envenenados, la tierra está cansada de ellos: ¡ojalá desaparezcan! (*Así habló Zaratustra* §3; Nietzsche, 2003, pp. 36-37).

La cita anterior evidencia la manera radical y enfática en la que el autor alemán descalifica y se opone a los valores o las tradiciones que han situado lo terrenal, la vida y el devenir al servicio de lo trascendente y lo suprasensible, estos que “han abandonado sus comarcas donde era duro vivir” (*Así habló Zaratustra* §5; Nietzsche, 2003, p. 41) están desprovistos de la capacidad para comprender la utilidad y la importancia del sufrimiento en la vida –que es un medio para acceder a la fortaleza y a la salud.

Es importante detenernos en este punto y observar cómo la lectura del budismo que hace Nietzsche es limitada y podría haber sido más integral. Resulta apresurado de su parte asegurar que esta tradición es un síntoma de cansancio y debilidad, que es un ejemplo de nihilismo pasivo, debido a que Buda no es una deidad: él es tan solo un hombre que accedió a un entendimiento muy profundo del comportamiento humano respecto a los deseos y los sufrimientos, en realidad no estaba a favor de opiniones de carácter metafísico o supraterrrenal ni tampoco promovía evadir el dolor.

[...] aquellos samanes³ y brahmanes⁴, que sostienen la doctrina de la eternidad, los cuales declaran [...] que el atman⁵ y el mundo son eternos –esta posición de aquellos venerables samanes y brahmanes que no saben, que no ven, no es sino la opinión, la inquietud, la perturbación de personas dominadas por el deseo. (Tola y Dragonetti, 2012, p. 65).

Dado lo anterior, podemos decir que las enseñanzas proclamadas por Buda no tenían como propósito discutir en un sentido religioso, filosófico o científico si el mundo es eterno o si la extensión y vastedad del universo son infinitas, en realidad, el objetivo de su enseñanza es tratar al sufrimiento –elemento constitutivo de la condición humana– de una manera inteligente y disciplinada para liberarse de una experiencia negativa y limitada respecto al dolor; en concreto, reconocer que en la vida son una constante las condiciones adversas y los obstáculos no quiere decir que sea nula la existencia de experiencias buenas, positivas o en las que pueda existir felicidad y gozo.

Si la primera de las cuatro nobles⁶ verdades comunicadas por el Buda en Benarés es la existencia es sufrimiento, esto no implica una negación o huida de tal condición. La cuestión está en cómo asumimos tal hecho, en la manera en que nos relacionamos con un mundo plagado de conflictos y sufrimientos, en cómo procesamos que “[e]l nacimiento está condicionado por la existencia y condiciona a su vez la vejez, la muerte, la pena, el lamento, el sufrimiento, el malestar y la inquietud” (Tola y Dragonetti, 2012, p. 19), desde esta perspectiva lo importante es cómo logramos una actitud más coherente y sabia ante tal panorama.

³ “[...] los renunciantes de la sociedad, los que «se apartan del sistema».” (Williams y otros, 2013, p. 27).

⁴ “Los brahmanes constituían el grupo ideológicamente dominante en la sociedad védica. Eran, y continúan siéndolo, una elite hereditaria.” (Williams y otros, 2013, p. 32).

⁵ “lo que se encuentra más allá de todos los cambios mentales y corporales, es el Yo, el ātman, la Esencia Personal, lo que una persona es «real e intrínsecamente». Y (claramente, el Secreto de los Secretos en la prosa de las Upanisads más antiguas) ātman es, en realidad, igual a Brahman: la Esencia Personal es la Esencia Universal.” (Williams y otros, 2013, p. 29).

⁶ La primera noble verdad consiste en que la existencia humana está ligada al sufrimiento; la segunda, en que el origen del sufrimiento es el deseo o anhelo; la tercera, en que el cese del sufrimiento se consigue a partir de la eliminación del deseo; la cuarta, en que el camino óctuple “visión correcta, intención correcta, palabras correctas, acciones correctas, medios de vida correctos, esfuerzo correcto, conciencia correcta, concentración correcta.” (Williams y otros, 2013, p. 85) es el medio para eliminar el deseo o anhelo.

Por otro lado, Nietzsche considera que los productos ideológicos de doctrinas que desprecian este mundo y privan al cuerpo de todas sus potencialidades son agentes de enfermedad. En este sentido, someter el cuerpo a abstinencias o *dietas* en pro de un mundo supraterrrenal tiene su fundamento en lo que el filósofo alemán denomina *neurosis religiosa* que se estructura en torno a tres elementos: el resentimiento, la mala conciencia y el ideal ascético –en este punto será oportuno aclarar la naturaleza de estos tres elementos–.

El resentimiento implica el desprecio y la condena de todo lo relacionado con este mundo, implica repulsión y odio por la vida. En este sentido, el sufrimiento que experimentamos es producto de nuestra naturaleza malvada, poseemos una culpabilidad que se fundamenta en que habitamos en un mundo desagradable y pecaminoso. Este tipo de apreciaciones sobre la vida y el mundo en el que nos situamos termina generando culpa por nuestros cuerpos, emociones y deseos, puesto que todos estos provienen de un mundo corrupto e infame. Por otra parte, el resentimiento que se ha gestado en los individuos pasivos es dirigido a los individuos fuertes que gozan de otro tipo de valores que les impiden tener una percepción negativa del mundo y de la vida; podemos observar allí una inversión negativa de los valores, en la medida en que la fortaleza de los individuos que pueden gobernarse a sí mismos y entender el sufrimiento de manera activa es calificada como inapropiada y en contra de la moral vigente –que sería una moral de esclavos. Asimismo, el resentimiento es dirigido hacia el interior de los individuos y conduce a la degradación de aquello natural, saludable y vital. El tipo de individuo resentido imputa sus errores a otros, constantemente acusa a los demás. Deleuze resume el pensamiento de un nihilista pasivo de este modo:

Si nadie me ama es por tu culpa, si soy un fracasado es por tu culpa, si el fracasado eres tú es también tu culpa; tienes la culpa de tus desgracias y de las mías. [...] El poder del resentimiento sin contenerse denuncia crímenes y criminales, desea culpables y responsables (Deleuze, 1998, p. 168).

Por otro lado, la mala conciencia tiene lugar en el quiebre entre el individuo y la sociedad, en el sometimiento de la ley y el deseo de goce.

Todos los instintos que no tienen salida, a los que alguna fuerza represiva les impide explotar hacia el exterior, se vuelven hacia adentro: esto es lo que yo llamo la interiorización del hombre. [...] Este es el origen de la mala conciencia (Deleuze, 1998, p. 180).

De modo que tal interiorización supone la contención (represión) de los impulsos naturales en el hombre, si los instintos son sometidos aparece la enfermedad y el dolor continuo, pues esta mala conciencia es una producción incesante de autocastigo y autoflagelación. Además, permite la aparición de la hipersensibilidad al dolor en la que el individuo sufriente interioriza con mayor fuerza la culpa. Siguiendo a Deleuze (1998): “La mala conciencia es la conciencia que multiplica su dolor, ha halado el medio de hacerla fabricar: volver la fuerza activa contra sí misma, la fábrica inmundada. *Multiplicación del dolor por interiorización de la fuerza, por introyección de la fuerza*”. (p. 181). La relación de la mala conciencia con la neurosis religiosa está en que aquel que padece la enfermedad busca en la religión la manera para enfrentar su patología pretendiendo encontrar la redención sin entender que esa medida empeorará la enfermedad. En este sentido, Nietzsche en *La genealogía de la moral* afirma que aquel que permite el tránsito de la mala conciencia a la *neurosis religiosa* es el sacerdote que logra cambiar la dirección del resentimiento de los individuos hacia sí mismos –quien acude al sacerdote no es solo culpable sino también pecador.

«Yo sufro: alguien tiene que ser culpable de esto» -así piensa toda oveja enfermiza. Pero su pastor, el sacerdote ascético, le dice: “«¡Está bien, oveja mía!, alguien tiene que ser culpable de esto: pero tú misma eres ese alguien, tú misma eres la única culpable de esto, - ¡tú misma eres la única culpable de ti!...» Esto es bastante audaz, bastante falso. (*La genealogía de la moral* §15; Nietzsche, 2005, p. 165).

El individuo que alberga en su interior la mala conciencia y el resentimiento ha recurrido a mecanismos como la religión y la moral para someter el cuerpo y cuestionar la vida; al negar los instintos, desconfiar de los sentidos, despreciar la corporalidad y huir del sufrimiento, el enfermo resulta distanciándose del mundo y desfasándose de la realidad, termina negando el valor más supremo que es la vida. Los ideales proclamados por el sacerdote que son asumidos e interiorizados por los creyentes generan una nefasta desconexión del individuo con la vida, siendo esta subordinada a una realidad lejana, suprema e inmaterial que redime los innecesarios e insoportables sufrimientos que son experimentados por el cuerpo. De manera que tales producciones morales y religiosas son la contraparte de la *Gran Salud* que es un predicado de los individuos fuertes y poderosos que afirman sin temor la vida y todas sus implicaciones.

El resultado de la domesticación moral y religiosa de nuestros instintos es que cada uno es para sí el más lejano, nuestro propio cuerpo es un extraño. Una de las

manifestaciones centrales del nihilismo reside en la voluntad de mortificación del cuerpo. El ingreso del hombre al reino moral significó una violenta separación con su animalidad salvaje. “Los instintos de fuerza, placer, fecundidad, en suma, los instintos vitales —dice Nietzsche— fueron condenados a muerte. (Marín, 2006, p. 65)”.

En lo que se refiere al cuerpo y su sometimiento por el ascetismo, sobre el primero se imponen ideales ascéticos como la castidad, la humildad, la obediencia, la pobreza, el ayuno, y la automortificación que, a su vez, se encuentran relacionados con una actitud de desprendimiento hacia la vida y de renuncia hacia las luchas que se dan en el mundo. Según el filósofo alemán “el ideal ascético nace del instinto de protección y de salud de una vida que degenera, la cual procura conservarse con todos los medios, y lucha por conservarse” (*La genealogía de la moral* §13; Nietzsche, 2005, p. 155). En este sentido, aquello que el ascetismo consigue es el distanciamiento y la huida de los instintos, de aquello que nos hace humanos. El ideal ascético es también la invención de una voluntad de poder dirigida al sometimiento, mortificación y el dominio del cuerpo, refleja una situación en la que tal voluntad antes que hacerle frente de manera activa y poderosa a la nada y al sinsentido, influye para que el individuo configure una valoración enferma de la vida. En estos términos, el ascetismo se convierte en un instrumento para lidiar con la incertidumbre y la desesperanza implícitas en la existencia. Habría que decir también, sobre la voluntad de poder⁷, que es una fuerza que impulsa inadvertidamente a los organismos vivos, que los mueve a actuar y a crear; así el ascetismo que es expresado por los seres humanos es, también, una producción de la voluntad —en la que se niega a sí misma— con la particularidad de que disminuye la vitalidad y la fuerza. En síntesis, “[l]a voluntad de poder de los enfermos, de superioridad sobre los sanos, es una voluntad de poder de los más débiles” (Triana, 2001, p. 81).

Estas reglas y limitaciones ascéticas no ofrecen nada relevante ni afín al vitalismo nietzscheano, son en realidad ficciones que desvirtúan este mundo y expresan un anhelo por ser de otro modo —menos humano, menos vital—, son un anhelo por

⁷Es la esencia de la vida, y por ello “lleva consigo el dolor: éste es el conocimiento terrible que Nietzsche llama dionisiaco. Cualquier moral o concepción del mundo que quiere rechazar el dolor rechaza la voluntad de poder, es decir, la vida misma” (Marín, 2002, p. 66).

situarse en otro lugar –paraísos supraterráneos–, de modo que, en este anhelo el asceta encuentra un sentido negativo para la existencia y para el sufrimiento; contrariamente, el nihilista activo dota de un sentido afirmativo y vital al dolor, no ignora la potencia creativa y la posibilidad de una *Gran Salud* que reside en tal experiencia. Asimismo, desea las vicisitudes, las pruebas, las resistencias, las luchas y los dolores que pueda ofrecerle la vida. En síntesis, el significado que el asceta da al sufrimiento y a la existencia es el de vehículos o medios para acceder a otra vida, a un más allá: “el hombre prefiere querer *la nada a no querer*” (*La genealogía de la moral* §28; Nietzsche, 2005, p. 205).

Por otra parte, el nihilismo activo implica una exposición continua al sufrimiento y la manera en que se asume tiene un propósito edificante y formativo; este es un agente, un medio para llegar a la *Gran Salud*. El entendimiento que proviene de tal nihilismo permite ver en el dolor pruebas u obstáculos a ser superados para adquirir fortaleza, hace atractiva la posibilidad de resolver las contrariedades y las incertidumbres que brotan de la vida misma. En esta medida, todo sufrimiento es deseable, pues es un peldaño más a escalar en la escalera que conduce a la *gran salud*. Dado lo anterior, el nihilista activo se siente atraído por renovar las condiciones dolorosas y adversas en las que podrá acercarse más a una condición saludable, por voluntad propia busca estar agobiado por los mayores dolores y por los peligros de la existencia siendo deseables e incluso necesarios.

El nihilismo activo implica la destrucción de los valores tradicionales que han puesto la vida en un lugar secundario, supone un estado en el que los individuos fuertes niegan activamente los valores falsos como los del socratismo, el platonismo y el cristianismo, en donde encontramos que existe la necesidad de racionalizar el devenir del mundo; encontramos la necesidad de inventar ficciones –a veces lógicas– y modelos de conocimiento que proporcionan una aparente estabilidad respecto a la naturaleza caótica del mundo. Por consiguiente, solo un nihilista activo podría proclamar la muerte de Dios, lo que significa el fin de toda representación idealista y metafísica, así como la negación de los paraísos supraterráneos creados por las religiones.

De manera que este modo de ser y de darse en el mundo representa el culmen de la *Gran Salud*⁸ nietzscheana, observamos que la cuestión de fondo radica no solamente en exponerse y enfrentarse al dolor, sino que es preciso perseguirlo. La búsqueda continua del nihilismo activo por tal salud implica un proceso que no culmina, esta arriesgada empresa es la que sólo un *Superhombre* puede llevar a cabo, solo alguien con tal fortaleza puede interpretar así la vida y el sufrimiento. Esta actitud desafiante nos permite entender la dinámica conflictiva y transitoria de los aspectos de la vida.

Debemos darnos cuenta de que todo lo que nace tiene que estar dispuesto a un ocaso doloroso, nos vemos forzados a penetrar con la mirada en los horrores de la existencia individual y, sin embargo, no debemos quedar helados de espanto. (*El nacimiento de la tragedia* §17; Nietzsche, 2009, p. 146).

Siendo el sufrimiento el motor que pone en marcha el proceso continuo para acceder a la *Gran Salud*, podemos decir que la arbitrariedad y el caos en que se expresa la realidad no es insoportable o intolerable; gozar de un estado enérgico y vigoroso en realidad depende de nosotros mismos cómo nihilistas activos, de nuestra determinación, de nuestra voluntad, de nuestro compromiso con la adquisición de fortaleza y valentía que permiten afirmar y amar la vida.

Puesto que existen dos maneras en las que se puede experimentar el sufrimiento, análogamente existen dos modelos de nihilismo a los que podemos considerar como el fundamento de la idea de la *Gran Salud*: el nihilismo activo y el nihilismo pasivo son puentes para adquirir la salud o la enfermedad, allí reposa su función y a pesar de sus diferencias comparten la experiencia del sufrimiento. En estos términos, la actitud pasiva frente al dolor necesita de paz, de calma y de tranquilidad, la satisfacción proviene de la ausencia de situaciones dolorosas, pues el sufrimiento es insoportable; mientras que la actitud activa se aproxima con dicha al abismo y al absurdo de la existencia, la satisfacción reside en el sí trágico y dionisiaco a la existencia.

En un sentido fisiológico, la salud solo es posible a partir de las experiencias que recaen sobre el cuerpo y su mediación con las condiciones externas, de manera que el

⁸Resulta provocador comparar la *Gran Salud* nietzscheana con el *Nirvana* budista, en la medida en que ambos responden de manera similar a la experiencia del sufrimiento al considerarlo un elemento constitutivo de la vida que debe ser enfrentado continuamente, entendido y superado; también, proponen un estado físico y mental que sitúa en completa armonía con el devenir del mundo y con los procesos de la naturaleza.

cuerpo es ponderado con un gran valor porque en él puede residir la *Gran Salud*. Lo fundamental para Nietzsche es liberar al cuerpo de los mecanismos de sujeción y domesticación que se crean en función de pretenciosas aspiraciones suprasensibles. Así, “[l]a liberación del pensamiento es la liberación del cuerpo.” (Marín, 2006, p. 69).

1.2. Heráclito

¿Por qué dirigir la atención a Heráclito?⁹ Es importante remitirnos a él, debido a que tiene una manera particular de entender el mundo que se corresponde con el objetivo de este trabajo. El filósofo de Éfeso considera que la realidad tiene su fundamento en un devenir continuo que genera y hace perecer los estados de la naturaleza y la existencia de los seres vivos, Así, el mundo está condicionado por la impermanencia y la transitoriedad.

No veo más que devenir. ¡No os dejéis engañar! Depende de la cortedad de vuestra vista y no de la esencia de las cosas que creáis ver tierra firme en medio del mar del devenir y el perecer. Usáis los nombres de las cosas como si éstas gozaran de duración permanente: pero incluso la corriente en la que os bañáis por segunda vez, ya no es la misma en la que os bañasteis la vez anterior. (*La filosofía en la época trágica de los griegos* §5; Nietzsche, 2003 b, p. 58).

La circularidad de este proceso de creación y destrucción es un hecho que nos puede generar angustia e incertidumbre, pero es de vital importancia no sucumbir ante tal hecho y tener el valor para integrarnos en la dinámica que presenta el universo, tal como lo hizo Heráclito, que tuvo la fortaleza para no creer en otro mundo más perfecto u otra vida; él poseía la fortaleza para entender y amar el devenir del mundo: “Heráclito desiste de separar un mundo físico de otro metafísico, un reino de cualidades determinadas de un reino de indeterminación indefinible” (*La filosofía en la época trágica de los griegos* §5; Nietzsche, 2003 b, p. 57). Según la cita anterior, el filósofo de Éfeso creía solo en un mundo, en una realidad alejada de atributos como la permanencia o la indestructibilidad. Podemos afirmar que el filósofo de Éfeso es un nihilista activo, pues enfrentarse a lo intempestuoso y no sucumbir ante ello es una enorme prueba y superarla con fortaleza es síntoma de una *gran salud*.

Heráclito propuso que la realidad es un devenir en el que el caos y la guerra son una generalidad y que la vida está inmersa en luchas, creación y destrucción; podemos

⁹ En este apartado el pensamiento de Heráclito será presentado (en su mayoría) desde los trabajos elaborados por Nietzsche. Si bien no se citará directamente al filósofo de Éfeso nos encontraremos con pasajes bastante dicentes en los que se describen sus planteamientos.

entender que el universo no es un artificio estático debido a su constante movimiento que impulsa la destrucción y la regeneración. “Este cosmos no lo hizo ningún dios ni lo hizo ningún hombre, sino que ha sido es y será fuego eterno que se enciende y que se apaga” (Kirk y Raven., 1974 p. 281.). Tal fuego es el que regula los procesos de la naturaleza y los ciclos del universo. Asimismo, “[d]el Fuego provienen todas las cosas y en el mismo se resuelven; todas suceden según la fatalidad y por medio de la transmutación de los contrarios se integran los seres.” (Cappelletti, 1972, p. 26). En lo que respecta al proceso de transmutación notamos que existen cambios que afectan la constitución misma de las cosas, por ejemplo: el proceso de generación y corrupción. Toda corrupción es a la vez generación (ejemplo: la madera quemándose y produciendo gas carbónico). En este proceso adquieren importancia los sentidos —el cuerpo—, puesto que ellos son los que nos permiten percibir el cambio, nos permiten estimar la realidad y el devenir de un modo más profundo.

Ante la pregunta por cómo la lectura que hace Nietzsche de Heráclito termina generando eco en su pensamiento, podemos observar que la idea del pensador de Éfeso de que la lucha y la adversidad son condiciones de posibilidad para la existencia del universo consigue tener influencia en Nietzsche, en la medida en que para el filósofo alemán el sufrimiento y las condiciones de infortunio pueden generar fortaleza.

Heráclito no juzgó como malo o perverso el mundo, simplemente lo entendió y lo aceptó, tuvo la fortaleza para entender que de tal modo opera la realidad y la dinámica que subyace al ciclo vital. Por ello, Nietzsche hace de este un referente.

El devenir eterno y único, la absoluta indeterminabilidad de todo lo real, que constantemente actúa y deviene, pero nunca es, como enseña Heráclito, es una idea terrible y sobrecogedora cuyo influjo puede compararse a la sensación que se experimenta durante un terremoto de perder la fe en la solidez de la tierra. Se necesita poseer una fortaleza extraordinaria para transformar este hecho en su contrario, esto es, en un sentimiento de lo sublime, de asombro feliz. (*La filosofía en la época trágica de los griegos* §5; Nietzsche, 2003 b, p. 60).

En suma, Nietzsche admira el modo en que Heráclito observó felizmente el ciclo de nacimiento y destrucción, de construcción y destrucción viendo en ello un bello e inocente juego; el primero se siente atraído por la manera en que el segundo afirmó la transformación del mundo sin calificarla como impura. El filósofo alemán descubre una gran claridad y brillantez en Heráclito, encuentra en él una afirmación de la vida: “Heráclito describe sólo el mundo existente, y se complace en su descripción del mismo

modo que se complace el artista en la contemplación del desarrollo de su obra.” (*La filosofía en la época trágica de los griegos* §7; Nietzsche, 2003 b, p. 70).

1.3 La tragedia

Ante todo, Nietzsche es un gran lector de los presocráticos y a partir del estudio que realiza del periodo trágico consolida una visión dionisiaca del mundo según la cual la existencia es atravesada por el horror, el terror y la incertidumbre pero a pesar de ello debe ser afirmada, abrazada, y deseada. La visión dionisiaca del mundo que está plasmada en la tragedia, con la que Nietzsche se identifica, sugiere que vivir precisa de valentía y fortaleza ante la renovación de lo problemático de la existencia, ante una realidad caótica.

Asimismo, la tragedia griega es para Nietzsche el ejemplo de un modo saludable de asumir el dolor y el sufrimiento que surgen del acercamiento a lo indeterminado y a lo horroroso de la existencia. Los griegos trágicos cobran importancia para Nietzsche porque tuvieron la valentía para evocar el sufrimiento en obras teatrales, en la literatura, en la poesía y en los rituales festivos –expresiones de una cultura saludable–; todo ello sin caer en desesperanza o derrotismo. Por el contrario, tuvieron la fortaleza para celebrar lo discordante, lo problemático y lo conflictivo de la existencia. Igualmente, fueron lo suficientemente valientes para mirar la faceta tormentosa de la vida y no juzgarla como inapropiada.

El pensamiento trágico es la intuición de la unidad de todas las cosas y su afirmación consiguiente: afirmación de la vida y de la muerte, de la unidad y de la separación. Mas no una afirmación heroica o patética, no una afirmación titánica o divina, sino una afirmación del niño de Heráclito, que juega junto al mar. (*El nacimiento de la tragedia*; Nietzsche, 2009, p. 20).

La tragedia promueve valores vitales, transforma el pesimismo extrayendo consecuencias afirmativas y se dirige a una voluntad de vida que encuentra en el devenir la realidad auténtica del ser; esta realidad sobrepasa a la razón humana que carece de los medios para simplificar en conceptos la complejidad de tal devenir que subyace a toda la realidad.

Además, el filósofo alemán explica que existen dos fuerzas o pulsiones que atraviesan toda la tragedia y que se pueden identificar con las figuras de Dioniso y Apolo. Dioniso es el dios de la vida, del vino, de la alegría desbordante de vivir; lo dionisiaco representa la embriaguez, la desmesura, la renovación, la fuerza y la

vitalidad. Apolo es el dios de las formas externas, de la apariencia llena de belleza – apariencia onírica–; lo apolíneo es aquello que permite la aparición de las figuras, el orden, la medida y la razón.

Con sus dos divinidades artísticas, Apolo y Dioniso, se enlaza nuestro conocimiento de que en el mundo griego subsiste una antítesis enorme, en cuanto al origen y metas, entre el arte del escultor, arte apolíneo, y el arte no-escultórico de la música, que es el arte de Dioniso: esos dos instintos tan diferentes marchan el uno al lado del otro, casi siempre en abierta discordia entre sí y excitándose mutuamente a dar a luz frutos nuevos y cada vez más vigorosos, para perpetuar en ellos aquella lucha [...] (*El nacimiento de la tragedia* §1; Nietzsche, 2009, p. 41).

Estos dos dioses aparentemente opuestos y contradictorios son el fundamento del espíritu griego y terminan complementándose en los rituales orgiásticos llevados a cabo durante las celebraciones dionisiacas, allí los espíritus de todos los participantes se funden en uno solo olvidando y desintegrando sus subjetividades, desatando sus instintos y liberando sus cuerpos; en este sentido –la identidad apolínea que reside en los individuos es desgarrada por la influencia dionisiaca–, Dioniso concede el olvido del yo y posibilita la disolución del principio de individuación¹⁰ que es una bella apariencia y una forma apolínea definida que permite la existencia de individuos capaces de crear representaciones artísticas y capaces de acceder a una visión o un entendimiento redentor que devela el camino para reintegrarse al devenir. La disolución de la identidad implica la reunificación en un todo, en un fluir caótico y entrópico. De esta manera, la dinámica de creación y disolución es una constante del ciclo vital que experimentan los seres humanos.

La vida es como una fuente eterna que constantemente produce individuaciones y que, produciéndolas, se desgarran a sí misma. Por ello es la vida dolor y sufrimiento: el dolor y el sufrimiento de quedar despedazado lo Uno primordial. Pero a la vez la vida tiende a reintegrarse, a salir de su dolor y reencontrarse en su unidad primera. Y esa reunificación se produce con la muerte, con la aniquilación de las individualidades. (*El nacimiento de la tragedia*; Nietzsche, 2009, p. 20).

Por lo tanto, aquello que se concreta en los rituales dionisiacos es la unificación de los individuos en un fluir primario –casi mítico–; a partir de procedimientos artísticos

¹⁰ Es el principio de individuación apolíneo en tanto que principio ético (y evidentemente estético) el que, permitiéndole a lo Uno primordial generar la forma más alta de apariencia artística en la forma de individuos humanos altamente estilizados, lo redime de su desgarramiento en individuos y justifica la individuación misma. La individualidad ética y estéticamente delimitada constituirá la visión redentora. (Cuevas, 2002, p. 84).

desaparece el dolor y el sufrimiento por sentirse fragmentado, se experimenta la liberación de las apariencias apolíneas, se experimenta armonía y unidad con la naturaleza. En síntesis, la estética entorno a lo dionisiaco es el medio por el que los griegos lograron resignificar el dolor y considerar necesario el tránsito de la apariencia apolínea al olvido dionisiaco que une y articula, Así, la ficción de un yo permite crear representaciones artísticas y gozar de experiencias que nos acercan e integran al devenir dionisiaco.

Asimismo, la tragedia es un acontecimiento en el que llegan a fundirse ambos dioses. Esta es descrita por el filósofo alemán como “un coro dionisiaco que una y otra vez se descarga en un mundo apolíneo de imágenes” (*El nacimiento de la tragedia* §8; Nietzsche, 2009, p. 87). Por tanto, estas imágenes son un vehículo, un medio, un símbolo a través del cual se hace explícita la sabiduría dionisiaca; a partir de una apariencia onírica –apolínea– se realiza la “objetivación de un estado dionisiaco” (p. 87). Ahora bien, “[l]a tragedia fue en su origen solo coro” (p. 76) y entonaba cantos dedicados al sufrimiento que padeció Dionisio al ser desgarrado y asesinado por los titanes, y posteriormente evolucionó e integró la representación en un teatro conservando su esencia dionisiaca.

Por otra parte, en la tragedia encontramos a un héroe que es Dionisio y al coro que manifiesta el sufrimiento. Siendo partícipe de los sufrimientos que padece el héroe, el coro asume también su desgracia y en medio de ello transmite algo tremendamente revelador: la existencia gira en torno al sufrimiento. “Consciente de la verdad intuida, ahora el hombre ve en todas partes únicamente lo espantoso o absurdo del ser [...] ahora reconoce la sabiduría de Sileno, dios de los bosques: siente náuseas.” (*El nacimiento de la tragedia* §7; Nietzsche, 2009, p. 81). Ante tal panorama tan devastador surge un elemento que consigue resignificar una realidad intempestuosa, a saber, el arte, poderoso instrumento que de una manera magistral consigue tornar lo horroroso en algo bello y soportable.

Como un mago que salva y que cura: únicamente él es capaz de retorcer esos pensamientos de náusea sobre lo espantoso o absurdo de la existencia convirtiéndolos en representaciones con las que se puede vivir: esas representaciones son lo sublime, sometimiento artístico de lo espantoso [...] descarga artística de la náusea de lo absurdo. (*El nacimiento de la tragedia* §7; Nietzsche, 2009, p. 81).

Para Nietzsche el hecho de que los griegos hubieran asumido el sufrimiento de una manera tan inteligente y fuerte es admirable: solo ellos fueron capaces de procesar de tal manera lo intempestuoso. En este sentido, fue a partir de la jovialidad de los helenos que estos pudieron estructurar un mecanismo para captar de manera sana y activa las contrariedades e incertidumbres de la existencia: la transformación de lo intempestivo del ciclo vital en algo bello.

[...] lo que sí nos es lícito suponer de nosotros mismos es que para el verdadero creador de este mundo somos imágenes y proyecciones artísticas, y que nuestra suprema dignidad la tenemos en significar obras de arte —pues sólo como fenómeno estético están eternamente justificados la existencia y el mundo. (*El nacimiento de la tragedia* §5; Nietzsche, 2009, p. 69).

Teniendo en mente la idea de un mundo con carácter representacional, el filósofo alemán expresa que lo verdadero y racional no existe, puesto que todo lo que podemos afirmar del mundo son meras representaciones o apariencias: la realidad es tan incierta, incognoscible, sin objetivo, y por ello voluntad insatisfecha en continuo sufrimiento. Aproximarse decididamente a esta realidad y a su arbitrariedad es un riesgo, acceder a esta sabiduría dionisiaca es una atrocidad. Siguiendo a Nietzsche en *El nacimiento de la tragedia*:

[...] quien con su saber precipita a la naturaleza en el abismo de la aniquilación, este tiene que experimentar también en sí mismo la disolución de la naturaleza. «La púa de la sabiduría se vuelve contra el sabio; la sabiduría es una transgresión de la naturaleza». (*El nacimiento de la tragedia* §9; Nietzsche, 2009, p. 94).

Únicamente el arte es capaz de redimir —como se mencionó arriba— porque es un elemento que salva y cura. Gracias a este pueden crearse representaciones y apariencias de un mundo caótico para afrontar lo horroroso y absurdo de la existencia. En suma, solo como fenómeno estético la vida es tolerable.

En consecuencia, pensar el mundo en los términos que se extraen del análisis del contenido de la tragedia griega implica un determinado estilo de asumir y pensar la vida; igualmente, supone una perspectiva fundada en la carga significativa de los rituales y de las creaciones artísticas dedicadas a Dionisio. Tal perspectiva basada en los estados creativos que adquieren sentido en el devenir dionisiaco posibilita el entendimiento sereno y estable respecto a un mundo que es flujo caótico.

Darse en el mundo de manera dionisiaca requiere de una fuerte voluntad de vivir que se opone a la renuncia o resignación —características del nihilismo pasivo—, por lo

que apartarse de la vida no tiene lugar en la concepción artística trágica de la existencia. Esta se caracteriza por la capacidad para resignificar el sufrimiento y afirmar la vida. En suma, la postura trágica de los griegos los situó en armonía con el devenir, les concedió la fortaleza para sentirse dichosos con el movimiento, la transitoriedad y el cambio que configuran el universo.

Teniendo en mente un acercamiento al problema del sufrimiento como el manifestado en la tragedia, podemos resaltar que la aceptación y el entendimiento de la dinámica circular y transitoria que subyace a la vida está presente también en el budismo. En él encontramos que poseer la capacidad para vislumbrar la transitoriedad que reina sobre las cosas es un elemento primordial, en el sentido en que entender este proceso del ciclo vital redefine la visión que se tiene del mundo y las acciones que se realizan.

Ganancia y pérdida, fama y fracaso, crítica y elogio, felicidad y sufrimiento, estas condiciones en los humanos son impermanentes, temporales y de naturaleza transitoria. El sabio, dotado de atención, habiéndolas comprendido realiza su naturaleza transitoria. Las condiciones deseables no conmueven su mente y no experimenta aversión por las indeseables. (Bhikkhu Bodhi, 2019, p. 46).

Tener claridad sobre los procesos que hacen girar la existencia es, a su vez, tener claridad sobre la importancia del sufrimiento y la manera en que se debe asumir e interpretar. Entonces, podemos hablar nuevamente de la cuestión de la interpretación. En el budismo el sufrimiento se interpreta como el elemento esencial de la vida y a partir de esta premisa se desarrollan maneras de pensar y vivir que también resignifican tal condición. Uno de los objetivos principales de esta tradición es acceder a una condición en la que el sufrimiento no suponga debilidad o enfermedad, similar al estilo del nihilismo activo en el que la fortaleza ante el sufrimiento se transforma en salud. Este aspecto será tratado con mayor detalle en el siguiente capítulo.

1.4 El Eterno Retorno

En lo que se refiere al concepto de *Eterno Retorno*, este no puede entenderse solamente como la repetición de lo mismo, pues en realidad es otro tipo de relato acerca de la existencia e implica una actitud diferente frente a la vida. Asimismo, requiere de una comprensión más amplia respecto al dolor y lo intempestuoso, ya que supone la afirmación más radical del ciclo vital. Asimismo, representa una aproximación distinta

al mecanismo bajo el que opera la realidad y la temporalidad en el que la historia se repite a modo de espiral.

De manera que para abordar el concepto de *Eterno Retorno* es útil retomar el apartado anterior de este trabajo en el que planteamos que vivir de un modo tal como el de la tragedia griega es todo un desafío porque implica no sucumbir frente al devenir intempestuoso del mundo y precisa de la adquisición de fortaleza para desear una dinámica caótica en la vida y encontrar belleza allí. Lo importante es amar la vida tal como es e integrarse a la naturaleza dionisiaca del mundo. En este sentido, el *Eterno Retorno* está asociado a la renovación de ciclos vitales y a la renovación de experiencias que suponen pruebas y obstáculos difíciles de superar. Esta radical concepción sobre el mundo puede ser entendida como un experimento mental según el cual todo lo que hemos vivido a lo largo de nuestra vida se repetirá incesantemente. Sobre esto el autor alemán plantea el siguiente escenario hipotético:

Qué te sucedería si un día o una noche se introdujera furtivamente un demonio en tu más solitaria soledad y te dijera: “Esta vida, así como la vives ahora y la has vivido, tendrás que vivirla una vez más e innumerables veces más; y nada nuevo habrá allí, sino que cada dolor y cada placer y cada pensamiento y suspiro y todo lo indeciblemente pequeño y grande de tu vida tendrá que regresar a ti, y todo en la misma serie y sucesión —e igualmente esta araña y este claro de luna entre los árboles, e igualmente este instante y yo mismo. El eterno reloj de arena de la existencia será dado vuelta una y otra vez —¡y tú con él, polvillo de polvo! (*La ciencia jovial* §341; Nietzsche, 1990, p. 200.)¹¹

La cita anterior, que corresponde a *La ciencia jovial*, es quizá uno de los fragmentos más claros acerca de cómo el filósofo alemán plantea el *Eterno Retorno*. En ella se ilustra lo abismal y desbordante de una existencia en la que se reproducen continuamente situaciones duras y conflictivas. Una aproximación de este tipo —incluso, un poco apresurada— nos permitiría suponer cosas tales como (aparentemente) las siguientes: la vida con todos sus pequeños detalles y particularidades se repetirá exactamente, la humanidad volvería a descubrir el fuego, el arte rupestre volvería a florecer, la geometría euclidiana volvería a inventarse, Alejandro Magno volvería a

¹¹ De esta cita podemos extraer una visión objetiva de los procesos de la realidad, sin embargo, las coordenadas de este trabajo apuntan a un sentido interpretativo que existe en el *Eterno Retorno* y que tiene influencia sobre el individuo, sobre sus prácticas y su modo de ser. Si bien puede hablarse de una cosmología en el *Eterno Retorno* esta no será tratada, pues el interés de este documento radica exponer el valor prescriptivo, práctico y vital que contiene la idea del anillo del devenir.

conquistar Babilonia, Galileo volvería a observar los cielos, Nietzsche volvería a plantear el Eterno Retorno y del mismo modo sucederá con incontables acontecimientos. Claramente, desde esta perspectiva el tiempo no tiene un transcurrir lineal, sino circular; todos los ciclos, el inicio y el final se dan dentro del anillo dionisiaco del devenir que ha sido incontables veces el mismo y así lo seguirá siendo.

De igual forma, en términos físicos la cantidad de materia y de energía existente en el universo recrearía con exactitud las leyes físicas *ad infinitum* y produciría el mismo movimiento de los cuerpos celestes, la misma cantidad de compuestos químicos, formas de vida, planetas, estrellas, galaxias, agujeros negros, etc. –todas las combinaciones posibles de materia son limitadas, por lo que toda la creación perecerá y nacerá repitiéndose de la misma manera por siempre. Toda la materia es sometida al mismo proceso por un tiempo ilimitado.

Un entendimiento acerca del *Eterno Retorno* como el de los dos párrafos anteriores puede ser algo apresurado y hacernos caer en malas interpretaciones en cuanto al modo en que Nietzsche concebía tal doctrina. Debemos partir del hecho de que para él lo verdaderamente importante y digno es aquello que está al servicio de la vida – conservar y aumentar la vida es lo esencial–; también, que esta doctrina es en realidad otra interpretación acerca de lo que es la vida y que, finalmente, Nietzsche niega todo trasmundo porque su pensamiento está siempre en pro de afirmar la vida a pesar de los sufrimientos, las angustias, el pasado y el futuro incierto.

La idea de otro mundo superior al nuestro, donde reinan desde siempre y para siempre el Bien, la Verdad y la Justicia, se nos revela como la falsa proyección de nuestros deseos en un más allá inexistente. No hay nada que ver detrás del telón: ese mundo ajeno al cambio, a la muerte, al dolor y a la mentira no es otra cosa que la pura nada, un ideal vacío, una mentira piadosa que hemos confeccionado invirtiendo los caracteres de nuestro mundo real que estimamos indigno de ser vivido por sí mismo. (*La voluntad de poder*; Nietzsche, 2000, pp. 10-11).

Por lo tanto, a partir de la comprensión de una realidad entrópica (caótica), el pensamiento que el *Eterno Retorno* nos ofrece es como un bálsamo, es una interpretación sana. Por el contrario, aceptar sin más la repetición de todos los acontecimientos y sentires que conlleva la vida puede parecerse al modo en que un determinista (de modo similar a cristiano) se refugia de manera pasiva en la creencia de que todo aquello que se presenta en su existencia ha sido premeditado. Ante un *Eterno Retorno* similar al determinismo es pertinente mencionar que el carácter de la voluntad

de poder supone que esta en todo momento quiere querer, lo que la sitúa en un constante devenir, por lo que el *Eterno Retorno* no es la expresión de algo estático, varado o petrificado; en realidad, esta doctrina está en armonía con el devenir caótico del mundo.

Recapitulando, existen dos maneras de entender el *Eterno Retorno*: una pasiva y determinista en la que los hombres carecen de incidencia en los acontecimientos que tienen lugar en sus vidas: si todo se diera de la misma manera por la eternidad entonces estamos completamente desprovistos del poder para actuar y crear cosas en nuestras vidas; y está una forma activa que es correspondiente con la naturaleza desbordante del mundo, con la condición transitoria de todo lo existente en el universo. Por tal razón, la primera interpretación de esta doctrina generaría un nihilismo pasivo fundado en el desinterés por la vida, puesto que si todo está definido entonces nuestras acciones no tienen ninguna trascendencia. La segunda interpretación toma el eterno retorno como un símbolo, pues este es un pensamiento acerca de una realidad confusa e inefable: “[...] como todos los pensamientos sólo vino porque –sin saberlo– había sido preparado y padecido por un largo tiempo” (Heidegger, 2000, p. 218). En ese sentido, el *Eterno Retorno* surge del trabajo nietzscheano en torno a lo que es la vida, pero no por ello es una doctrina de carácter metafísico o determinista: en realidad es una representación sana acerca del devenir constante, su relevancia radica en que implica una actitud distinta hacia la vida. De modo que la finalidad de esta doctrina no es metafísica ni trascendente, en realidad encontramos en ella un interés inherente por la vida pues lo esencial, el objeto y el sentido se encuentra en el individuo, en sus acciones, en la fortaleza y la salud manifestadas por vía fisiológica (por medio del cuerpo), en resignificar aquello que lo constituye y modificar su entendimiento acerca del devenir.

En el instante en el que le sobrevino «el pensamiento del eterno retorno», se volvió definitiva la transformación de su temple fundamental que se venía abriendo camino desde hacía un cierto tiempo. La preparación de la transformación está indicada en el título de la obra publicada poco antes (en el mismo año 1881): *Aurora*. Lleva como epígrafe un aforismo del Rigveda indio: «Hay tantas auroras que aún no han alumbrado». (Heidegger, 2000, p. 219).

De modo que pensar que la vida se repetirá incontables veces y que todas nuestras decisiones se replicarán supone una mirada al interior –es un movimiento reflexivo– en el que revisamos nuestras prácticas y nuestra manera de intervenir en el

mundo¹². ¿Si sabemos que todo se repetirá, de qué manera viviremos? Ante una eventual repetición de nuestras vidas lo más coherente es hacer de la existencia una obra de arte al modo de la tragedia griega; precipitando y estimulando todos los elementos de la existencia –errores y desaciertos, alegrías y tristezas, incertidumbres y dolores–, resignificando el sufrimiento y entendiendo que es un elemento inherente a la vida, amando tal realidad y viendo en ella belleza, pues –como fue mencionado más arriba– solo como fenómeno estético está enteramente justificada la vida. Nos topamos con una invitación a integrarnos en el ciclo vital siendo saludables y queriendo que nuestra vida se repita de esa manera incontables veces: es una afirmación radical desde la cual nos negamos a atribuirle un significado metafísico al mundo.

Dado lo anterior, podemos comprender el carácter simbólico del *Eterno Retorno*, siendo este un pensamiento que nos puede llevar a un estilo de vida dotado de fortaleza, lucidez, alegría y júbilo, sin las ficciones de los paraísos supraterráneos –que niegan la vida– predicados en religiones y doctrinas afines al nihilismo pasivo. El valor de este pensamiento cíclico está en que nos incita a afirmar decididamente la vida, a amar nuestra existencia, a convertirnos en individuos sanos física y mentalmente, a crear valores que únicamente estén al servicio de la vida.

¿Es esta la mejor representación del mundo? Si no fuera el pensamiento del *Eterno Retorno* la mejor representación del mundo, esto no le quita su importancia y vitalidad, puesto que nos conduce a un entendimiento y experiencia del sufrimiento completamente bella y armoniosa en la que dejamos de ser individuos pasivos e inactivos. Desde esta interpretación de la vida nos hacemos cargo de nosotros mismos, de nuestra realización personal y de nuestro ser en relación al devenir. Sí no sabemos qué es la vida, al menos tenemos la seguridad de que nuestras acciones nos pertenecen y que podemos hacer de nosotros mismos algo tan valioso que valga la pena que se repita por siempre.

Finalmente, esta interpretación del mundo con la que abrazamos el caos, hacemos de nuestra vida una obra de arte, afirmamos el sufrimiento y, a su vez, la vida,

¹² En este sentido, es tentativo considerar que la idea de vivir la vida como si cada instante se fuera a repetir es el imperativo categórico nietzscheano, de manera que para vivir la vida existe un camino, un método que deviene en salud y en fortaleza.

es en el fondo una expresión de la voluntad de poder; del mismo modo, las demás interpretaciones –sean afines al nihilismo activo o pasivo– tienen su origen en esta. La voluntad de poder –en esencia no es solo poder, sino, querer crear, querer expandirse– es aquello que mueve a los organismos vivos: a partir de esta nos es posible interpretar sanamente el devenir; nos es posible actuar de manera activa en torno al sufrimiento, hacer de nuestras vidas obras de arte, crear valores supremos y vitales.

Cerrando este capítulo es importante aclarar que la propuesta de este trabajo consiste en que el *Eterno Retorno* es una interpretación sana sobre la vida, las experiencias físicas y mentales de los individuos y el fluir continuo y eterno del tiempo. Asimismo, es sabiduría sobre la fugacidad y limitada duración de todo lo que puede existir en el universo. En este sentido, nos es lícito contrastar la interpretación nietzscheana respecto al sufrimiento y el *Eterno Retorno* con los postulados del budismo –que serán desarrollados en el siguiente capítulo– según los cuales el mundo y el ser humano en su continua degradación y regeneración, en sus continuas transformaciones, evidencian un carácter transitorio e impermanente.

En este juego de metamorfosis constante en que se halla inmerso nuestro ser como Voluntad de Poder no hay, pues, un fin, una meta que se persiga, para descansar en ella, una vez alcanzada, tras el largo combate, sino una pluralidad de fines que jerarquizan conforme a nuestro dinamismo pulsional, eternamente creador, eternamente destructor, eternamente transfigurados.

De ahí que la afirmación suprema de nuestra Voluntad de Poder pase necesariamente por la adhesión incondicional a ese círculo de la existencia «que debe tornar eternamente como un devenir que no conoce ni la saciedad, ni el disgusto, ni el cansancio». (*La voluntad de poder*; Nietzsche, 2000, p 19).

La voluntad de poder es el motor del *Eterno Retorno* (es el sustento de ese anillo), hace girar la rueda de la existencia, así como les permite a los individuos crear interpretaciones de la realidad sanas o enfermas. Asimismo, es un querer constante e insatisfecho que crea vida y la destruye transmutando todo.

En suma, si la idea del *Eterno Retorno* contiene salud y fortaleza frente a un mundo abismal, desbordante y en continuo cambio, esta se encuentra relacionada con el *Súper Hombre* –de quien se habló al comienzo de este trabajo, en la primera sección– pues solo aquel con sus características, con su habilidad para crear nuevos valores vitales y resignificar lo doloroso o conflictivo de la existencia será capaz de amar la vida pese a todas sus condiciones y darle un sentido saludable al devenir indeterminado que

opera sobre la realidad. Por otra parte, el *Eterno Retorno* puede relacionarse con la liberación y la superación de una visión y de una vida limitadas (humanas, demasiado humanas), a partir del rompimiento de las aflicciones en tanto que lo doloroso es interiorizado de un modo en el que deja de perturbar negativamente la experiencia interior y exterior del individuo. Tal experiencia en su máxima expresión es similar a un éxtasis, a un estado de iluminación y lucidez. En estos términos, es posible establecer una cautivadora relación, un puente entre las filosofías nietzscheana y budista, pues la segunda, a partir de un entendimiento sabio e integral de la experiencia interior del ser humano (así como de su relación con el exterior) y de sus sufrimientos, termina desarrollando prácticas que conceden armonía con los procesos de creación, destrucción, transitoriedad e impermanencia que tienen lugar en el fluir de la realidad, termina conduciendo a la liberación de los sufrimientos –en la medida en que son entendidos, tratados y superados– y a la iluminación. Si bien el paralelo que se establece entre estas dos filosofías puede ser aun difuso, este será complementado y extendido los capítulos dos y tres.



Capítulo II. El problema del sufrimiento desde la perspectiva budista



**LAND OF INFINITE
POSSIBILITIES**
Chalermchai Kositpipat

2. El problema del sufrimiento desde la perspectiva budista

Para hablar del problema del sufrimiento humano y de su inteligente tratamiento en el budismo, debemos considerar que a partir de las enseñanzas de Buda o de lo que posterior a su muerte registraron y divulgaron a lo largo de Asia sus discípulos, se estructuraron una serie de textos o tratados. Al respecto no tenemos la seguridad de que estos expresen a cabalidad sus palabras. “Se dice que, inmediatamente después de la muerte de Buda, se recitaron sus enseñanzas tal como se las recordaba. Según la tradición, se las reunió en una especie de corpus apropiado para la memorización y la transmisión oral.” (Williams y otros, 2013, p. 53). Por ello, durante este trabajo nos hemos propuesto examinar con objetividad y sentido crítico tal material para discernir sobre la leyenda que engloba a esta interesante figura y los testimonios tardíos en los que fueron inscritos sus planteamientos, todo ello sin desestimar ni despojar de relevancia lo que el budismo antiguo de la India nos ofrece. Seguramente, la apertura a los testimonios sobre las enseñanzas de Buda¹³ nos permitirá percibir la riqueza y el valor filosófico, literario e histórico que poseen; tal vez, para disfrutar de una fructífera lectura sea necesaria la apertura de sentido en la que se transforma el entendimiento y se amplía la mirada.

De manera que en este segundo capítulo se planteará una interpretación sana y activa del budismo distinta a la que realiza Nietzsche, se afirmará que la visión del mundo y el entendimiento de la vida que residen al interior de este sistema de pensamiento no suponen inactividad o resignación frente a los acontecimientos duros con los que se debe sortear a lo largo de la existencia, pues su extensa comprensión sobre la condición humana concede claridad y conocimiento que se proyectan en una experiencia distinta del sufrimiento; para respaldar lo dicho hasta aquí será necesario en un primer momento ahondar en la raíz del sufrimiento y en un segundo momento examinar las cuatro nobles verdades que contemplan su existencia y su correcto tratamiento. Todo ello servirá para comprender de qué manera podemos en nuestro ciclo

¹³ A saber, quien hace siglos en la India fue denominado como Buda (El Despierto) era alguien que, a pesar de encontrarse en una posición privilegiada, llena de goces, lujos y privilegios logró distanciarse de ellos para dedicarse a entender los aspectos constitutivos de la vida y de la experiencia humana a raíz de observar la enfermedad, la vejez y la muerte, es decir, al observar el sufrimiento. Asimismo, logró comprender la naturaleza transitoria y efímera de las formas que adopta la materia en este mundo.

vital experimentar sanamente lo doloroso y la transitoriedad¹⁴ que se ciñe sobre las distintas formas que adopta la materia.

Si bien Nietzsche planteaba la necesidad de resignificar el sufrimiento y abrazarlo para adquirir la fortaleza que permite vivir al interior de un mundo indeterminado en constante devenir, nos toparemos con que el budismo también dirige sus prácticas y formulaciones hacia estas coordenadas, pues nos acercan a la adquisición de un estado físico y mental saludable, nos conducen a una armonía en la que es posible amar al mundo pese a todas sus inconsistencias y arbitrariedades, nos brindan la sabiduría para percibir los sufrimientos y procesarlos sin que ello suponga una perturbación negativa. Lo anterior es un síntoma de salud y fortaleza respecto al devenir, es una respuesta activa a una realidad constituida por el sufrimiento, allí el dolor no es injusto ni arbitrario dado que es un predicado necesario de la existencia; asimismo, es una forma de vivir que se corresponde con el nihilismo activo defendido por Nietzsche, en el que la exposición continua al sufrimiento es condición de posibilidad para la adquisición de salud. De esto se desprende la capacidad para autogobernarse, para afirmar la vida pese a la destrucción, el cambio y la fugacidad de todo lo existente.

Sin embargo, en obras como el *Nacimiento de la tragedia* (2009) o *El Anticristo* (2004), Nietzsche se opone a una interpretación sana y activa del budismo al clasificarlo como una forma más de nihilismo pasivo, es decir, este tipo de nihilismo implica debilidad, pasividad frente a los conflictos y obstáculos e incapacidad para hacerle frente al sufrimiento; además, existe allí la búsqueda por una vida plena alejada de toda perturbación o escenarios propicios para el sufrimiento, lo que representa una huida de la realidad y una desestimación del mundo en la medida en que se evade la condición fundante de la existencia de los seres: el sufrimiento. De manera que en el nihilismo pasivo existe la pretensión de fuga respecto al dolor y esto termina despojando a los individuos de la capacidad para hacerse responsables de su sufrimiento o resignificarlo activamente.

¹⁴En el budismo la transitoriedad es una característica de todo lo existente (así como el sufrimiento y la insustancialidad o no-yo], en este sentido, el cambio, el movimiento y la transformación es una constante a lo que se someten todos los objetos y eventos que componen la realidad.

En oposición a la interpretación nietzscheana del budismo, a lo largo del presente trabajo nos hemos propuesto demostrar que al interior de las enseñanzas de Buda existe: la valoración positiva de las capacidades humanas para resignificar el dolor; la adquisición de la *Gran Salud* que permite vivir en armonía al interior de un mundo intempestuoso; la superación del nihilismo pasivo que es un pensamiento de renuncia hacia la vida; la redención que es posible solamente en este mundo en el que habitamos; el diagnóstico de la condición humana y el remedio a la experiencia negativa, precaria y pesimista del dolor.

Cabe resaltar que nuestro propósito es demostrar la relevancia y la pertinencia de una resignificación nietzscheana del budismo, pues en él encontramos una permanente actividad y una aguda reflexión en torno a las condiciones de la existencia y las posibilidades de sufrimiento, notamos una amplia comprensión del dolor la cual libera de la necesidad de recurrir a especulaciones metafísicas o suprasensibles. Asimismo, advertimos que en esta tradición brota un entendimiento de que los acontecimientos y los elementos presentes en el mundo son transitorios y están expuestos a transformaciones.

En suma, este segundo capítulo nos acercará un poco más a las similitudes existentes entre las filosofías nietzscheana y budista en cuanto al problema del sufrimiento; nos planteará un escenario en el que también es posible, por medio de sugerencias, consejos y prescripciones acerca de cómo conducirnos, adquirir salud frente a la exposición constante a lo doloroso; en concreto, todo ello redundará en la manifestación de un principio de inmunidad en el que la superación continua de resistencias (sufrimientos, pruebas y obstáculos) se configura como la superación de sí mismo, lo que da lugar a un proceso activo en el que la fortaleza se opone a la debilidad y la salud se alza sobre la enfermedad. Adicionalmente, para el desarrollo de esta interpretación del budismo serán tenidos en cuenta algunos términos presentes en el canon escrito en lengua pali que nos apoyarán en la comprensión y el estudio del fenómeno del dolor en el mundo. Al respecto,

Dicho canon consiste en tres secciones. Es por esa razón por la que se lo conoce como el Tripitaka, en sánscrito, o el Tipitaka, en pali, las «tres cestas». En la tradición del Theravāda, que usa el Canon pali, se sostiene que todos los contenidos del Tipitaka provienen del propio Buda, ya directamente, ya a través de su activa

aprobación de la enseñanza de otros monjes iluminados. (Williams y otros, 2013, p. 54).¹⁵

Finalmente, nos limitaremos a lo expuesto por la corriente Theravāda dado que nos resulta interesante la completitud y la diversidad de material que existe en torno al canon pali que es la base de esta antigua tradición; no obstante, dicha tradición dista de ser la primera en organizar y sistematizar las enseñanzas del Buda pues estas también se encuentran traducidas y ordenadas por distintas sectas y en diferentes lenguas como: el tibetano, el sánscrito y el chino. Más aún, es difícil probar que la lengua pali fue la que Buda utilizó para compartir su doctrina debido a que esta pasó primero por una tradición oral de muchos años y luego se compiló en textos. Sobre esto Williams y otros (2013) sugieren que

[...] sería un error pensar, sin cuestionamientos, que la secta Theravāda es el budismo original y que su canon es la palabra original de Buda. Hubo en los primeros tiempos otras sectas del budismo, y secciones muy sustanciales de sus versiones de los cánones sobrevivieron ya en fragmentos originales, ya en traducciones tibetanas o, lo que es aún más importante, chinas. Como hemos dicho, cada secta se consideraba a sí misma, simplemente, el budismo original y tenía su canon por la palabra original de Buda. (p. 55).

Si bien existen otras escuelas o corrientes¹⁶ del budismo que contienen fructuosas y extensas descripciones de la condición humana y la naturaleza de la realidad, estas no serán tenidas en cuenta en este documento.

2.1 El sufrimiento como condición fundante de la experiencia humana

Ante todo, desde la óptica del budismo el sufrimiento o *dukkha* en lengua pali es un elemento indisoluble de la experiencia humana y surge por los deseos insatisfechos, por la ignorancia en torno a los procesos o a las dinámicas que configuran la vida y por la incapacidad para enfrentarse permanentemente a situaciones permeadas por la intranquilidad, la aflicción, el disgusto, el abatimiento o la angustia. “La vida humana es para el budismo una corriente salvaje, una tormenta marina, la crecida torrencial de los

¹⁵Específicamente, de estas tres cestas podemos decir que: la primera *Vinaya Pitaka*, se refiere a pautas que establecen el estilo de vida de los monjes; la segunda *Sutta Pitaka*, contiene una serie de discursos divididos en cuatro conjuntos o *Nikāyas* (*Dīgha*, *Majjhima*, *Samyutta* y *Anguttara*); la tercera *Abhidhamma Pitaka*, consiste en el análisis de los principios que determinan los procesos mentales y físicos, en la descripción del modo en que las cosas son y de la causalidad de todo lo existente.

¹⁶Budismo: Mahāyāna, Vajrayāna, Zen, etc.

ríos en época de lluvia” (Arnau, 2007, p. 21), es decir, vivir es una experiencia dolorosa, caótica, turbulenta y

Ese torbellino líquido se llama *Samsāra*. El término sánscrito significa fluir atropelladamente y también extraviarse, errar, deambular. La existencia, para la imaginación de la India, se concibe como un vagar sin rumbo ni propósito. [...] El *Samsāra* es una inquietud esencial y un torrente de ansiedad. Nada en él se detiene, nada está quieto. (Arnau, 2007, p. 21).

De acuerdo a la cita anterior, en el budismo encontramos la hipótesis o la idea de que la existencia humana (que es sometida a la transitoriedad) se puede hallar contenida en un bucle, en una circularidad, en la rueda del *samsāra* en la que los seres vivos vuelven a la existencia una y otra vez de manera indefinida a experimentar el sufrimiento bajo distintas condiciones. Este es un proceso dinámico y en continuo desarrollo que implica incontables renacimientos. Al respecto, será necesario hacer algunas precisiones que no pueden pasarse por alto en cuanto a la transitoriedad que se ciñe sobre la existencia, y sobre la dinámica que opera en torno al *samsāra*. Esto nos servirá para comprender de manera más objetiva las ideas que se desarrollan en el budismo. Si bien esto supondrá acercarnos a descripciones un tanto ontológicas las cuales están al margen del objetivo de este trabajo, es preciso dar luz sobre estas nociones y ofrecer una breve explicación.

En el budismo la transitoriedad o impermanencia es una característica de la existencia y se extiende a la actividad mental, a la identidad, a las sensaciones, a los sufrimientos, a todos los seres y a los objetos que componen el mundo (cada cosa se encuentra sometida al cambio). Es decir, todo lo que compone la realidad se encuentra sujeto al surgimiento, a un cierto desarrollo, a una posterior degradación y, finalmente, a una desaparición. Del mismo modo en que una semilla sembrada que consecutivamente germina y se convierte en una planta produciendo flores y frutos los cuales están destinados a marchitarse y perecer, así sucede con todos los organismos debido a las transformaciones, el nacimiento y la aniquilación a las que están sometidos. En consecuencia, la existencia se configura en torno a la inevitable transitoriedad e impermanencia.

El cambio continuo evita la existencia de un “yo” o de un alma inalterable. En el budismo “[s]e afirma que no hay nada en la realidad que corresponda a palabras o ideas tales como ‘yo’, ‘mío’, ‘pertenencia’, etc. En otras palabras, el yo no es un hecho”

(Conze, 1978, p. 23). Si existe sufrimiento es porque nos aferramos a la creencia de que somos algo con una identidad definida y permanente; asimismo, sentimos dolor porque nos aferramos a los objetos, las personas, las circunstancias y los lugares e ignoramos que todo ello se encuentra permeado por la transitoriedad —en otros términos, las cosas carecen de una esencia primaria dado su constante cambio, es decir, su impermanencia—. En concreto, la ausencia de un alma inalterable (en pali, *anattā*¹⁷) se debe al carácter cambiante de la existencia; partiendo del hecho de que todo cambia podemos pensar en que nosotros mismos en todo momento dejamos de ser un “yo” estable y permanente, lo que observamos en nuestro interior es en realidad una serie de procesos (físicos y mentales) y percepciones. Sobre esto, Conze (1978) nos dice:

“Esta doctrina del Anattā es muy profunda. Se presume que se necesitará más de una vida para llegar a su fondo del modo en que ha sido legada por la tradición budista.

[...] Se nos conmina a luchar contra la convicción intelectual de que hay algo como un “yo”, un “alma”, o una “sustancia” [...] No se niega que el yo, etc., sean datos del mundo tal como aparece al sentido común. Pero como hechos de la realidad última debemos rechazar el yo y todas las ideas afines. Este paso tiene un corolario importante. Si no existe la cosa que se llama “yo”, tampoco hay una cosa que se llame “persona”, porque una “persona” es algo que está organizado alrededor de un supuesto núcleo interno, un punto central de crecimiento, un “yo”. (pp. 22-23).

Si bien no existe un yo, debemos preguntarnos: ¿qué es lo que se somete a continuos renacimientos?, ¿qué es lo que transita la rueda del saṃsāra? Específicamente, lo que transita incesantemente durante distintas vidas es una serie de conciencias (flujo de experiencias) que se enlazan debido a distintos factores, es decir, debido a la ley de causalidad¹⁸ según la cual todos los fenómenos y seres en el universo existen debido a causas que se siguen y que se relacionan unas con otras. De manera que la conciencia o el cúmulo de percepciones es aquello que se mueve a través del saṃsāra, ocupando distintos cuerpos que al estar sometidos a la transitoriedad (y, a su vez, a la impermanencia) surgen y perecen; así, los distintos individuos que puedan transitar en

¹⁷En pali el prefijo *an* implica una negación y la palabra *attā* puede traducirse como alma, por ello el termino *anattā* se asocia con la ausencia de un alma o de un “yo”.

¹⁸Al respecto, Williams y otros (2013) afirman que la ley de causalidad consiste en que: “Existiendo esto, existe aquello; surgiendo esto, surge aquello; no existiendo esto, no existe aquello; cesando esto, cesa aquello [...] Esto es la causalidad para el pensamiento budista antiguo. Es una relación entre hechos, y es así como se llama cuando, si X tiene lugar, sigue Y, y si X no tiene lugar, no sigue Y” (pp. 100-101)

medio de este proceso no serán iguales ni idénticos. Además, la conciencia depende de diversas condiciones causales que son la razón de la diferencia entre los distintos cuerpos en los que tiene lugar dicha serie de conciencias. Adicionalmente, según lo planteado por Tola y Dragonetti (1979):

Esta serie de conciencias que constituyen al individuo no se detiene con la muerte si el individuo que muere ha realizado actos que tienen como consecuencia una nueva “reencarnación”. En este caso, una de esas conciencias viene a ser la *última* conciencia, no de toda la serie de conciencias, sino de un segmento de esa serie, que es concebido como una vida o una existencia; la conciencia que le sigue, ligada a la anterior por la ley de causalidad y perteneciente a la misma serie de conciencias, viene a ser la *primera* conciencia de un nuevo segmento de esa serie, que es concebido como una nueva vida o una nueva existencia. La cesación de la última conciencia y el surgimiento de la primera conciencia son simultáneos, como la subida y la bajada de los brazos de una balanza. La última conciencia es concebida como la muerte, la primera como el nacimiento. (p. 106).

Por lo anterior cabe resaltar que la serie de conciencias alude más que a una reencarnación a un renacimiento, en el que no se conserva un espíritu o un alma —a diferencia de la perspectiva hinduista¹⁹, según la cual existe una esencia permanente que atraviesa la existencia y, por ende, la materialidad—; entonces, la última conciencia ha sido también primera en un proceso de cambio e impermanencia. En relación al *samsāra*²⁰, la existencia se encuentra sumergida en un flujo de transformaciones en virtud de una ley de causalidad que subyace a los fenómenos y su incompreensión genera sufrimiento debido a la inconformidad e ignorancia humanas que cimientan la pretensión de permanencia y estabilidad. Esta causalidad pone en movimiento todo cuanto existe y, por lo tanto, la existencia es la fugacidad en la que no hay cabida para un yo inalterable (*anattā*). Frente a ello, Williams y otros (2013) señalan que el mundo es un torrente de causa y efecto (sin estabilidad) y, por ello, distinto a la estabilidad que procuramos como un refugio del cambio y el perecimiento; dicha estabilidad es ficticia al ser creada como parte del aferramiento a la seguridad y la permanencia.

¹⁹En el hinduismo se puede encontrar la creencia de un alma (*attā*) individual o espíritu que se desplaza de una vida a otra reencarnando. Esto es descrito en los *Upaniṣads*. Siguiendo a Tola Y Dragonetti (1979): “[...] esa creencia ha sido llevada al dominio ético, haciéndose de ella el instrumento de la retribución de los actos: el hombre que ha realizado acciones buenas se reencarna en condiciones felices, el que ha realizado acciones malas lo hará en condiciones desgraciadas.” (p. 96).

²⁰ Cfr. p 98. De acuerdo a Williams y otros (2013), el *samsāra* se compone de *tilakkhaṇa*, que es su triada característica: el sufrimiento (*dukkha*), la ausencia del yo (*anattā*) y transitoriedad (*aniccā*).

Sin embargo, pensar en cómo se accede a lo inefable, pretender describir el mundo y la realidad por medio de definiciones ontológicas o metafísicas, no es el propósito del análisis y el contraste entre las enseñanzas de Buda y los planteamientos de Nietzsche que se ha venido efectuando a lo largo de este trabajo. Si bien el Buda no poseía la intención de responder preguntas en torno a la duración o extensión del universo pues “dar respuesta a esas preguntas, sencillamente, no tiene nada que ver con alcanzar la liberación” (Williams y otros, 2013, p. 61), sí consideraba al *saṃsāra* (el continuo ciclo de nacimiento, muerte y renacimiento) como algo real y propio a todos los seres.

Ahora, situados desde lo que nos concierne, el *saṃsāra* será considerado como un experimento mental del cual se pueden extraer elementos importantes para modificar las acciones que ejercemos y la manera en la que habitamos el mundo. Así como se habló al final del primer capítulo sobre la idea del *Eterno Retorno* como una realidad hipotética, nos es lícito pensar en el *saṃsāra* como un escenario tentativo que permite replantearnos la forma en la que quisiéramos vivir si la vida corriera la suerte de repetirse incontables veces. Es decir, en ello hay un sentido reflexivo dirigido al modo en que se vive. Si seguimos el camino desarrollado en este texto, nos topamos con dos filosofías prácticas que mueven a la acción e incitan a trabajar en un determinado estilo de vida, encontramos en ellas algo muy cercano y muy íntimo volcado a la transformación de nuestra existencia.

2.2 Carácter pragmático del budismo

Siguiendo a Conze (1978), si observamos con detalle, el budismo es un sistema de pensamiento pragmático, considerando que “[e]l valor de un pensamiento debe juzgarse por lo que se puede hacer con él, por la calidad de vida que resulta de él.” (p. 18). En otros términos, las acciones, los esfuerzos y toda actividad mental se encuentran completamente enfocados a la transformación de la experiencia de la vida. Es necesaria la ejecución del pensamiento en acciones pues la mera contemplación no basta. Además,

[...] El budismo, que por su origen e intención es una doctrina de la salvación, siempre ha estado marcado por su actitud inmensamente práctica. No fomenta la especulación sobre temas que no sean pertinentes a la salvación. El hecho básico de la vida es el sufrimiento. Si un hombre fuese herido por una flecha, no se negaría a

que se la sacaran antes de saber quién la disparó, o si el hombre que lo hizo era soltero o casado, alto o bajo, rubio o moreno. (p. 18).²¹

En cuanto al objetivo de este trabajo, es necesario aclarar que se ha venido reflexionando acerca del problema del sufrimiento desde las perspectivas nietzscheana y budista enriqueciendo así nuestro entendimiento sobre ello, estas perspectivas después de haber sido puestas a dialogar nos han mostrado sus similitudes y sus diferencias. Por otra parte, a lo largo de este documento ha sido relevante considerar las implicaciones prácticas que tiene el budismo pues sus parámetros o pautas poseen la finalidad de transformar nuestras acciones y redirigir nuestros pensamientos para entenderlos. De este modo, lo que tenemos frente a nosotros es un camino que nos permite transitar el dolor sin que ello resulte generando una somatización negativa o una experiencia traumática. Más aún, nos topamos con el hecho de poder transitar el dolor (que es inevitable) sin que ello redunde en sufrimiento (que es opcional).

De acuerdo al texto *El anticristo* “Es el budismo la única religión propiamente positivista en la historia [...] ya no proclama la ‘lucha contra el pecado’ sino, reconociendo plenamente los derechos de la realidad, la ‘lucha contra el sufrimiento’.” (*El anticristo* §20, Nietzsche, 2004, pp. 45-46). Esta lucha nos traslada nuevamente a la acción dirigida a los distintos escenarios en los que ha de surgir lo doloroso. En consecuencia, Nietzsche y Buda proceden a elaborar un diagnóstico del problema del sufrimiento en la existencia humana y posteriormente apuntan sus coordenadas a la adquisición de una *Gran Salud*. La medicina que conduce a ello consiste en el conocimiento de que la realidad (que es impermanente) opera en torno a lo intempestuoso y a lo caótico y en una terapia o ejercicio dirigido al interior de los individuos que deviene en una transformación radical.

Basados en la cita anterior, veremos que Buda fue equiparado a un médico en la medida en que realizó una sistematización basada en las Cuatro Nobles Verdades que coinciden con el diagnóstico y posterior tratamiento de una enfermedad, de manera que

[...] tenemos, primero, el diagnóstico: *la verdad del sufrimiento* inherente en toda existencia condicionada; luego, la identificación de la causa o causas de la enfermedad: *la verdad del origen del sufrimiento*; en tercer lugar, la curación

²¹Esta salvación se da respecto a una experiencia negativa del mundo y a la ignorancia. Según Solé-Leris y Vélez (2008) tal ignorancia consiste en un conocimiento defectuoso de tres características de la existencia que son enunciadas en el budismo, a saber, ver lo impermanente como permanente, lo que es sufrimiento como felicidad y lo que es insubstancial como substancial.

deseada: *la verdad de la cesación del sufrimiento*; y, finalmente, el tratamiento a seguir para conseguir dicha curación: *la verdad del camino que conduce a la cesación del sufrimiento*. (Solé-Leris y Vélez, 2008, p. xxvii)

Por otra parte, basándonos en Williams y otros (2013), el camino que conduce a la cesación del sufrimiento, es decir, el camino óctuple, consiste en: i) la visión correcta, que a veces es explicada como la visión de la verdad de las cuatro nobles verdades, lo que significa que hablamos, pensamos y actuamos en conformidad a la realidad y con cómo son las cosas verdaderamente; ii) la intención correcta, que se fundamenta en intenciones libres de apegos a los placeres mundanos o al egoísmo y que están animadas por la benevolencia y la compasión; iii) el habla correcta, que no contiene falsedad, que no genera divisiones, que no es hiriente, ni es una mera conversación ociosa; iv) el actuar correcto, que consiste en abstenerse de causar daño a los seres vivos, en no apropiarse de lo ajeno y en general llevar buenas conductas; v) el medio de vida correcto, o sea el sustento que no implique la infracción del hablar y del actuar correctos; vi) el esfuerzo correcto, que consiste en el esfuerzo para impedir el surgimiento de estados mentales malsanos (permeados por la codicia y el odio) que no hayan aparecido y el esfuerzo para abandonar los estados malsanos que ya lo han hecho, y asimismo es un esfuerzo para suscitar estados saludables (como el desapego, el amor o la sabiduría); vii) la conciencia correcta, que se basa en la conciencia constante con respecto al cuerpo, a los sentimientos, a la mente y a los procesos físicos y mentales, de modo que al conocerlos es posible ver su naturaleza impermanente, sus momentos de surgimiento y de declive, y al distinguirlos se puede erosionar toda base para el anhelo y, por tanto, para las fuerzas que promueven el sufrimiento; viii) la concentración correcta, que se relaciona con la tranquilidad interna, consiste en la unidireccionalidad de la mente que se concentra firmemente en un solo objeto liberado del dominio del deseo. Finalmente, los puntos i y ii están relacionados con la sabiduría, los puntos iii, iv y v con la moralidad, y los puntos vi, vii y viii con la práctica mental. En consecuencia, todos estos procedimientos suponen una incesante actividad, un permanente estudio de sí y un cuidado de sí (esto será tratado con detalle en el tercer capítulo), sirven como justificación para una de las afirmaciones defendidas en este trabajo: el budismo es nihilismo activo, es movimiento y es resignificación del sufrimiento.

Recapitulando, la existencia se configura en torno al sufrimiento por lo que nuestras acciones, interacciones, modos de vida y deseos están ligados a experiencias dolorosas. Veremos que, al igual que en la tragedia griega, en el budismo nos encontramos con una realidad casi monstruosa en la que vivir supone atravesar horrores, pérdidas y dificultades; advertimos allí también “cosas serias, tristes, oscuras, tenebrosas” (*La visión dionisiaca del mundo* §1; Nietzsche, 2009, p. 245). Del mismo modo en que Prometeo es castigado por robar el fuego y ofrecerlo a los humanos para que lo usaran y vivieran con cierta dignidad, por lo que debió ser encadenado y expuesto al desgarramiento de su cuerpo por parte de un águila que comería eternamente su hígado pues dada su inmortalidad su cuerpo se regeneraría y sería sometido a tal castigo por siempre; asimismo, los humanos deben fluir en una circularidad infinita, deben transitar eternamente por la tierra y experimentar incesantemente el dolor, la agitación y el abismo que hay en existir. De ahí que en el budismo se considera que la existencia es un ciclo perpetuo que carece de un inicio o de un fin. En concreto,

Buda aceptó la cosmovisión básica de los marginales, cuya declaración más antigua se encuentra en las primeras Upanisads, a saber: la vida en este mundo es intrínsecamente dolorosa, puesto que cada persona está atrapada en el interminable ciclo de la transmigración y, por lo tanto, no puede encontrar jamás una satisfacción perdurable. Según esta interpretación, las acciones de una persona (karma) en su existencia presente son las que causan el renacimiento después de la muerte. En tal caso, la liberación del ciclo de renacimientos solo puede provocarse mediante la detención de las fuerzas del karma en nuestra vida presente. (Williams y otros, 2013, p. 66).²²

En efecto, si consideramos que al momento de nacer la naturaleza nos impone el envejecimiento progresivo, que al transcurrir nuestra vida padecemos enfermedades e innumerables dolencias físicas y que morir es un destino inevitable al que todos nos someteremos, entonces comprobamos que nuestra existencia se encuentra configurada y delimitada de principio a fin por la experiencia del sufrimiento [*dukkha*]; sin embargo, en esta inevitable realidad lo que se encuentra bajo nuestro control es la posibilidad de asumir con sabiduría las condiciones del mundo en que nacemos y de relacionarnos con

²²Ahora bien, en la cita anterior el termino Upanisads se refiere a una serie de textos escritos en sánscrito en los que se habla de aquello que es Brahman (lo absoluto, el ser más elevado, fundamento de todo lo existente], de la naturaleza de la realidad y del sentido de la existencia. Por otra parte, el termino karma (en *pali kamma*, significa acción) se asocia con las consecuencias externas e internas que tienen las acciones humanas; esto no es un destino ineludible sino el resultado o el efecto de ciertas prácticas.

él de manera lúcida y armoniosa. En este sentido, aquello que compone la existencia de un individuo sumido en la ignorancia (respecto al carácter sufriente del mundo) y que no ha logrado el despertar es básicamente *dukkha*.

Sobre esto último, cabe aclarar que alguien que comprende el sufrimiento como un elemento constitutivo de la condición humana es quien

[...] ha despertado completamente a la verdad final de las cosas y que, por ende, se ha emancipado, se ha liberado de una vez para siempre de todas las formas de sufrimiento. Es también aquel que, por compasión suprema, ha enseñado a otros el modo de alcanzar la liberación. (Williams y otros, 2013, p. 19).

Para tal despertar no es condición necesaria tener una naturaleza divina, pues un Buda puede ser cualquier individuo que después de un incansable esfuerzo desarrolle una conducta que esté en sintonía con el ciclo de la vida; que obtenga la capacidad para acceder a un entendimiento claro sobre la existencia humana y la transitoriedad de todo lo que se manifiesta en el universo²³; que adquiera la sabiduría que transforma la manera habitar en el mundo. Es decir, todo individuo alberga en su interior la potencialidad para llegar a ser un Buda y alzarse sobre la ignorancia, todos tenemos la capacidad para desarrollar la concentración, la disciplina y la claridad superiores para comprender las raíces del sufrimiento (que serán descritas en este mismo apartado) y para modificar nuestras conductas; pero lo que nos diferencia de un Buda es que no hemos abierto en nosotros las potencialidades superiores que nos sitúen en un estado mental de lucidez y armonía con el devenir mundo. En resumen, “[u]n buda es superior al resto de nosotros porque «conoce las cosas tal como son». Nosotros, en cambio, nos revolcamos en la confusión, en la ignorancia (sánscrito: *avidyā*, pali: *avijjā*). Por consiguiente, somos infelices y sufrimos.” (Williams y otros, 2013, p. 19).

En síntesis, el despertar está al alcance de todos, pero, para llegar a tal estado tan revelador y transformador, es necesario experimentar el mundo y comprender (sin sucumbir) nuestra posición en él, es preciso saber que existir supone dificultades, incertidumbres, sufrimientos, degradación y generación, que el hecho de habitar en el mundo está condicionado por la continua creación y muerte de los organismos. Así pues, el despertar acontece después de adquirir el conocimiento de que todo es impermanente

²³Al interior del universo de sentido budista, todos los fenómenos y cosas existentes no poseen un fundamento o una esencia dada la impermanencia que se ciñe sobre todo. Esto se entiende como insubstancialidad, que es una característica de la existencia.

y que el sufrimiento es la condición fundante de la existencia humana; asimismo, este surge a partir del descubrimiento y aplicación disciplinada del camino óctuple.

2.3. La liberación de la experiencia enfermiza de *dukkha* y *taṇhā*

Respecto al termino *dukkha*, según Williams y otros (2013) es problemático traducirlo como sufrimiento porque supone una amplia gama de aspectos relacionados a la existencia humana.

Es bastante lo que se ha escrito en contra de la traducción de este término por «sufrimiento». Tal vez esto esté animado por la sensación de que manifestar que todo en nuestra vida no iluminada es sufrimiento suena bastante pesimista, aunque a veces se añade que el budismo es, de hecho, realista —porque dice las cosas como son— y optimista, porque enseña el modo de superar el *dukkha*. (p. 71).

Así pues, *dukkha* puede entenderse en tres sentidos distintos: el primero está ligado a las sensaciones de dolor físico tal como el que se experimenta al recibir un golpe o enfermar; el segundo se encuentra asociado a la transformación, allí se expresa un dolor que deviene de la transitoriedad (como se especificó más arriba, esta es una característica de la realidad y un componente del *samsāra*) o impermanencia (*anitya* en pali) a la que se someten todos los objetos internos como pensamientos o sentimientos y externos como lugares, cosas y formas que adopta la materia. “Así, hasta la felicidad es *dukkha* porque incluso ella está sujeta a cambios [...] este tipo de *dukkha* es omnipresente en el *samsāra*.” (p. 71). Específicamente en la existencia humana este carácter cambiante se expresa en los procesos de envejecimiento, enfermedad y muerte. El tercero hace referencia al condicionamiento que la realidad impone a los individuos. Notamos que por el hecho de habitar este mundo dependemos de ciertas condiciones que determinan los límites de nuestras acciones: “formamos parte de un mundo compuesto de condiciones inestables y poco fiables, un mundo en el que el dolor y el placer, la felicidad y el sufrimiento están unidos en toda clase de formas.” (p. 71).

Conviene subrayar que al interior del budismo el termino *dukkha* es más amplio de lo que parece y no se limita tan solo al sufrimiento. Este contiene en sí mismo un significado más profundo y describe distintos procesos que se desarrollan al interior de la existencia. De hecho, el budista no se cierra a la posibilidad de ser dichoso y feliz, de experimentar gozo y serenidad. En realidad, el problema está en que aun estas cosas que podemos valorar como positivas y deseables son distintos tipos de *dukkha* (como hemos visto, este puede decirse, entenderse o manifestarse de muchas formas). De manera que

“aun teniendo en cuenta este sentido amplio de *duhkha* en el budismo, el caso es que Buda eligió la palabra corriente *duhkha*, dolor, sufrimiento, para comenzar su diagnóstico médico de la situación existencial de los seres.” (Williams y otros, 2013, p 71).

Es así que todas las facetas, emociones, experiencias y posibilidades de la vida son *dukkha*, no por que representen solamente dolor sino debido a que suponen transitoriedad y condicionalidad, ya que son propias de individuos que no han atravesado por la lucidez y el despertar; por consiguiente, en español la palabra sufrimiento no consigue expresar la variedad de elementos que sí llega a representar el término *dukkha* en lengua pali. En palabras de Williams y otros (2013): “[p]ara Buda, desde su perspectiva de iluminado, todo nuestro ser como individuos no iluminados es, en efecto, «sufrimiento», y es así como uno espera que un renunciante indio diagnostique el interminable ciclo del remorir.” (p. 72).

Ahora bien, retomando lo expuesto al principio de este capítulo, en el budismo está el sufrimiento de base y se sistematiza en las cuatro nobles verdades. Basándonos en Bhikkhu Bodhi (2019) y en los discursos del canon pali que son atribuidos al Buda, estas verdades consistirían en lo siguiente:

[E]sta, oh monjes, es la Noble Verdad del Sufrimiento. El nacimiento es sufrimiento, la vejez es sufrimiento, la enfermedad es sufrimiento, la muerte es sufrimiento, asociarse con lo indeseable es sufrimiento, separarse de lo deseable es sufrimiento, no obtener lo deseado es sufrimiento.

[E]sta, oh monjes, es la Noble Verdad del Origen del Sufrimiento. Es este deseo que genera nueva existencia, que asociado con placer y pasión se deleita aquí y allí. Es decir, el deseo sensual, el deseo por la existencia y el deseo por la no existencia.

[E]sta, oh monjes, es la Noble Verdad de la Cesación del Sufrimiento. Es la total extinción y cesación de ese mismo deseo, su abandono, su descarte, liberación, no dependencia.

[E]sta, oh monjes, es la Noble Verdad del Sendero que conduce a la Cesación del Sufrimiento. Simplemente este Óctuple Noble Sendero; es decir, Recto Entendimiento, Recto Pensamiento, Recto Lenguaje, Recta Acción, Recta Vida, Recto Esfuerzo, Recta Atención y Recta Concentración. (pp. 103-104).

En otras palabras, la primera noble verdad consiste en que la existencia humana está ligada al sufrimiento; la segunda noble verdad, en que el origen del sufrimiento es el deseo o anhelo; la tercera noble verdad, en que el cese del sufrimiento se consigue a partir de la eliminación del deseo; la cuarta Noble Verdad, en que el camino óctuple es el medio para eliminar el deseo o anhelo.

Como hemos visto, dado el conflictivo escenario en el que se desarrolla la existencia humana y considerando su inevitable encuentro con lo doloroso, surge la necesidad de hacerle frente a esta situación de una manera audaz que difiera de los métodos y las explicaciones precarias acerca del sufrimiento que fueron tratadas en el primer capítulo. Allí se argumenta en torno a la culpabilidad o al pecado como los detonantes de experiencias dolorosas, lo que no conduce a ninguna transformación sana y activa en los individuos; al respecto, observamos como Nietzsche plantea que estas explicaciones son propias del cristianismo y promueven una experiencia enfermiza en la que se evade el dolor y se despoja a los individuos de la capacidad para resignificarlo, careciendo de los medios para alcanzar una comprensión más profunda de su condición y proponer una interpretación sana del devenir del mundo. En oposición a dichas maneras limitadas de abordar este problema, encontramos la respuesta que ofrece el budismo, que consiste en que el sufrimiento brota del desconocimiento de la dinámica transitoria que opera sobre la realidad, del apego a situaciones, lugares, personas, objetos o sensaciones y del deseo por cosas que no se tienen. Así, la vida se configura en torno al constante desear que es insatisfecho. Sobre esto, Arnau (2007) nos dirá que “[l]a condición humana es fruto del deseo y, al mismo tiempo, es la condición necesaria de todo querer. Querer ser, querer hacer, querer lograr son asuntos fundamentalmente humanos.” (p. 51).

En lo que se refiere al querer, este puede ser entendido como un anhelo insaciable, como una sed (en pali: *taṇhā*) inagotable que origina el sufrimiento. Específicamente, tal anhelo se sitúa en tres planos, a saber: el de los placeres sensoriales, asociado a sensaciones físicas y a la percepción; el de la existencia que no cesa (a modo de vida eterna), anhelo de que la vida no se agote, que no se extinga; el de la cesación absoluta (asociada a la inexistencia), el anhelo por acabar con la existencia, por terminar con la vida. Asimismo, la *taṇhā* se encuentra vinculada con la mente, razón por la que su extinción no tiene lugar en el campo de las acciones o en los procedimientos ascéticos, “sino gracias a la transformación mental por medio de la meditación. Para el budista, el factor mental es crucial. La liberación trata de la mente.” (Williams y otros, 2013, p. 74).

De modo que existe una amplia gama de objetos, fenómenos o situaciones sobre los que puede existir anhelo y posteriormente sufrimiento. Por otro lado, si pensamos en

el hecho de que alguien quiera alcanzar el despertar y la iluminación, a primera vista esto puede resultar irónico o paradójico. Sin embargo,

Un budista quiere la iluminación en el sentido de que querer algo es una condición para emprender, libre e intencionadamente, prácticas con el objeto de alcanzarlo. Es, en efecto, incorrecto anhelar la iluminación y, dado que la vía budista está, precisamente, diseñada para poner fin al anhelo, querer la iluminación es querer las prácticas que eliminarán, entre otras cosas, el anhelo de la iluminación misma. No hay ninguna contradicción en esto. (Williams y otros, 2013, p. 73).

Respecto a las prácticas que eliminan el anhelo, estas son en realidad los procedimientos que componen el camino óctuple expresado en la cuarta noble verdad. Tal camino tiene un sentido pragmático en tanto que todas sus instrucciones tienen como objetivo ser de ayuda y ser de utilidad para transitar el dolor de un modo coherente, activo y completamente sano. Allí la negación del sufrimiento representaría una enfermiza fuga de la realidad, significaría una mala aplicación del sendero que suprime los anhelos dado que es necesario asumíroslos, entenderlos y superarlos.

Como se ha dicho, para lograr alcanzar un estado saludable y lúcido Buda sistematizó una serie de procedimientos plasmados en el camino óctuple que guiaría a los individuos a un despertar en el que se experimentaría armonía con la vida y sabiduría frente a la transitoriedad y el sufrimiento que rigen sobre el mundo. Al parecer la aplicación correcta y la disciplina frente a estas pautas conduciría a la liberación de una experiencia negativa frente a lo doloroso. Esta sistematización es fruto de un conocimiento transformador que fue enunciado por Buda después de convivir con algunos monjes y descubrir que sus privaciones y autoflagelos dirigidos al cuerpo no conducían al despertar o al cese del sufrimiento, por lo que decidió apartarse en soledad al bosque sin importar el tiempo que fuera necesario y alcanzar por sus propios medios el conocimiento que lo liberaría e iluminaría. Así, la revelación y el entendimiento al que llegó Buda en el bosque fue plasmado en el *Discurso de la puesta en movimiento de la rueda del Dhamma*. Allí comunicó las cuatro nobles verdades. El *Dhamma*²⁴

²⁴ A saber, Dhamma “es una palabra importante del contexto cultural indio, en cuyo seno surgió el budismo. Al emplear el término «Dhamma» para sus enseñanzas, Buda escogió a propósito una palabra que tenía por fin indicar a los demás que él verdaderamente sabía y que enseñaba cómo eran, finalmente, las cosas [...] El Dhamma es lo que realmente es. Es la doctrina de la realidad. Es un medio de liberación del sufrimiento, así como de la liberación misma. Buda es quien comprende este Dhamma, que permanece oculto a los ojos ignorantes de los hombres, hasta que aquel, un Iluminado, viene y, compasivamente, lo revela al mundo.” (Williams y otros, 2012, pp. 26-27).

(enseñanza) es la explicación del ordenamiento y el funcionamiento de la existencia, es un compendio de enseñanzas, un conocimiento transformador y

[...] una verdad independiente, el modo en que las cosas son en realidad, que también incluye en la misma categoría el apropiado código de conducta y la serie de prácticas para alcanzar la óptima y completa liberación de todo sufrimiento y renacer. (Williams y otros, 2013, p. 39).

Ahora, la liberación del sufrimiento no es una huida ni una negación pues este es un elemento fundante de la realidad que debe ser estudiado, comprendido y superado en el sentido en que deje de representar un acontecimiento tortuoso y poco deseable. La clave en ello es llevar una existencia lúcida y consciente del devenir del mundo. De modo que

[...] el monje budista considera a los obstáculos (el deseo por el mundo, la malevolencia y la maldad, la desidia y la pereza, el desasosiego y la inquietud, la duda, las vacilaciones), que aún no ha abandonado, como «una deuda», «una enfermedad», «la prisión», «la esclavitud», «un camino peligroso»; y, cuando los abandona, los ve entonces como «la cancelación de una deuda», «la curación de una enfermedad» [...]. (Dragonetti & Tola, 2010, p. 77).

En lo que se refiere al propósito de este trabajo, es de gran relevancia detenernos y reflexionar en torno a la salud que suponen los planteamientos budistas frente al sufrimiento humano. Si las experiencias dolorosas que engloban la existencia son inevitables y lo horroroso e intempestuoso representa una constante, entonces lo esencial, lo transformador y lo valioso de la práctica del budismo es el conjunto de elementos que ofrece para asumir de manera inteligente y vigorosa el sufrimiento, para adquirir fortaleza e inmunidad ante él.

En este diagnóstico de la condición humana que detecta el apego y la ignorancia como una enfermedad, la salud es alcanzada por medio del camino óctuple y la cura para tal enfermedad ocurre en presencia de una transformación mental que redunde en el cambio radical de los individuos. Así pues, “[e]l Buda no nos ofrece paliativos que dejan las dolencias intactas debajo de la superficie; más bien, rastrea nuestra enfermedad existencial hasta sus causas más fundamentales, tan persistentes y destructivas, y nos muestra cómo las mismas pueden ser totalmente desarraigadas.” (Bhikkhu Bodhi, 2019, p. 30), la agudeza con la que Buda estudia las causas del sufrimiento y posteriormente formula su antídoto (el camino óctuple) conduce a la inmunidad, lo que significa al cese de una experiencia enfermiza del dolor. De esta manera, en la filosofía budista hallamos una postura sana frente a un mundo transitorio, encontramos la exigencia por un

constante movimiento y una práctica continua pues el contenido de la cuarta noble verdad, es decir, el camino óctuple solo tiene sentido si se vive de acuerdo a él en todo momento. Este precisa de una permanente aplicación. Por consiguiente, la inactividad, la mera contemplación y la pasividad no conducen al despertar.

Para terminar este capítulo, debemos recordar que Nietzsche desarrolla una serie de ideas acerca de tres enfermedades (expresadas en el primer capítulo): resentimiento, mala conciencia y ascetismo, las cuales contaminan a los individuos y los fuerzan a asumir juicios que niegan la realidad, a aceptar explicaciones suprasensibles que dotan de aparente sentido sus vidas y su incesante sufrimiento. Específicamente, el filósofo alemán sitúa al budismo como una expresión del ascetismo en la medida en que procede a privar y mortificar el cuerpo en función de ideales supraterráneos. Sin embargo, una lectura del budismo como la anterior es insatisfactoria y no concibe la crudeza y la sinceridad con la que las enseñanzas de Buda describen la condición humana respecto a los acontecimientos dolorosos y transitorios experimentados en el mundo a partir de la sensibilidad brindada por el cuerpo. Así pues,

La esencia de la vida es el sufrimiento [...] más allá del placer y el dolor, la suma de las experiencias es siempre dolorosa, porque el placer es efímero y la vida termina sucumbiendo a la vejez, la enfermedad y la muerte. (Villegas, 2016, p. 34).

Si bien el sufrimiento es un hecho fundante de la vida, esto no supone que debamos fugarnos de él o evadirlo, sino que nos es preciso estudiarlo, conocerlo, luchar contra él y extraer de todo ello fortaleza y sabiduría para vivir.

Igualmente, notamos que la confianza en las capacidades humanas para superar el sufrimiento de la existencia prescindiendo de algún tipo de poder más allá del mundo terrenal, la presencia de una *Gran salud*, la redención en el aquí y ahora, el movimiento y la actividad en oposición a la simple contemplación y reflexión teórica, la afirmación de la vida, la integración en el devenir y la transformación creativa del sufrimiento se encuentran presentes en las formulaciones y las prescripciones realizadas por Nietzsche y Buda. De manera que si en el primer capítulo partimos de una interpretación negativa y enfermiza del budismo a modo de nihilismo pasivo, en este segundo capítulo nos topamos con un fuerte desarrollo práctico de las ideas budistas lo que las distancia de ser una huida del mundo y las sitúa en sintonía con la filosofía vitalista de Nietzsche, con el nihilismo activo que resignifica continuamente el sufrimiento.

Finalmente, Nietzsche no es budista ni los budistas son nietzscheanos. Ninguna de estas dos perspectivas acerca de cómo conducirnos de manera coherente y sana por la vida es idéntica a la otra, dado que ambas guardan sus particularidades. Sin embargo, lo que podemos rescatar de estudiar las consonancias y disonancias de las filosofías nietzscheana y budista es el hecho de que esto permite enriquecer nuestro entendimiento acerca del problema del sufrimiento humano. Análogamente, estas dos filosofías que en este trabajo han sido tratadas fuera de un enfoque ontológico o metafísico son vitalistas, pues no renuncian a los retos y los sufrimientos que supone la existencia; son pragmáticas en el sentido en que cada acción, esfuerzo o pensamiento debe estar enfocado a la superación activa del sufrimiento y a la adquisición de la salud; en ellas escuchamos un dulce llamado a integrarnos con armonía en el devenir del mundo; también, en ambas localizamos una serie de prácticas e ideas enfocadas al principio de inmunidad por el cual lo doloroso del mundo deja de ser una experiencia enfermiza: este se sitúa como un atributo del nihilismo activo en el que el sufrimiento es resignificado permanentemente, y tal inmunidad respecto al dolor (también presente en el budismo) permite vivir serena y sabiamente.

En consecuencia, lo anterior nos permite rastrear la “miopía” con la que Nietzsche analizó el manejo del dolor presente en las enseñanzas de Buda; de este modo, la subestimación hecha por parte del filósofo alemán en cuanto a los procedimientos y prescripciones budistas para sortear con el sufrimiento resultó en una mala interpretación y en una lectura incompleta de la vitalidad, la riqueza y la utilidad de los planteamientos presentes en el budismo. En este sentido, tanto para Dionisio como para Buda la existencia es dolor, pero esta constante que define la vida supone (para ambos) una decidida e inquebrantable resignificación, implica una transformación de sí que puede estar basada en procedimientos artísticos o en distintas prácticas como las que son planteadas en el camino óctuple.

Ahora, la valuación y la reflexión que hemos venido realizando indica que lo importante de los planteamientos de Nietzsche y Buda es su practicidad, sutileza y vigencia para ayudarnos a sortear, transitar y superar lo doloroso e indeterminado que implica habitar este mundo. Lo revelador del mensaje emitido por estos dos maestros del

sufrimiento es la posibilidad de responsabilizarnos de nuestros actos, de nuestra actividad mental y de la forma en que percibimos lo intempestuoso de la realidad.

Capítulo III

(Propuesta)



**Conocimiento de sí y cuidado de sí en
las filosofías griega y budista**

3. Conocimiento de sí y cuidado de sí en las filosofías griega y budista

Basándonos en todo lo planteado hasta este punto, nos ha sido posible comprender que frente al problema del sufrimiento humano las formulaciones nietzscheanas y las budistas convergen en la idea de que el dolor debe ser enfrentado, estudiado y superado; esto supone una permanente actividad y un continuo esfuerzo del que brotan la sabiduría para habitar el mundo y la *Gran salud* que es fruto de un manejo adecuado dicho dolor.

Después de haber estudiado el sufrimiento desde estas dos perspectivas en los capítulos uno y dos, logramos advertir sus concordancias y entendimos que a partir de la mera contemplación pasiva de este elemento fundante de la condición humana no es posible acceder a una experiencia saludable y de armonía; en realidad, el conocimiento respecto al dolor debe implicar acciones volcadas a la superación de una somatización enfermiza del mismo, notamos que el pensamiento debe estar vinculado a un ejercicio continuo en el que se llevan a cabo procedimientos (como los expresados camino óctuple) que se corresponden con el nihilismo activo defendido por Nietzsche. Encontramos que esta permanente actividad, esta “gimnasia” concede el acceso a un modo de vida que se encuentra en sintonía con el devenir del mundo y con el constante cambio e impermanencia que atraviesan a todo lo que compone la realidad.

Igualmente, en el desarrollo de este trabajo hemos reconstruido la interpretación nietzscheana del budismo; dilucidado los procedimientos que ofrece tal sistema de pensamiento al momento de abordar el problema del sufrimiento para así acceder a un estado físico y mental saludable; planteado una resignificación de las enseñanzas de Buda en la que es posible enfrentar lo doloroso sin evadirlo. Lo anterior nos ha proporcionado el cimiento y las bases para formular una respuesta al problema del sufrimiento en la experiencia humana y nos ha documentado lo suficiente para proponer que la permanente actividad encontrada en las ideas budistas conduce a una transformación en la experiencia vital de los individuos y al gobierno de sí mismos.

Ahora bien, la propuesta que se desprende de todo lo expuesto hasta este punto y en la que se profundizará en el presente capítulo consiste en que al interior del budismo observamos una filosofía práctica que se distancia de la pasividad, de la inactividad o de

la carencia para hacerle frente al sufrimiento; análogamente, en esta tradición percibimos una fuerte tendencia a proyectar en el terreno fáctico las consideraciones y las reflexiones en torno a la existencia humana (la quietud no lleva a la salud, a la fortaleza ni a la auténtica transformación). A partir de ello comprendemos que lo dicho por Buda conserva una riqueza y una vitalidad tan notorias que puede realmente aplicarse a nuestras vidas, a nuestra cotidianidad y traducirse en actitudes o conductas más sabias, en decisiones que estén armonizadas con el fluir y el transitar de las cosas; en síntesis, nos topamos con una genuina herramienta para conducirnos serenamente por el mundo y adquirir el control de nosotros mismos.

En lo que se refiere a este tercer capítulo, continuaremos indagando acerca del problema del sufrimiento que ha sido la base de este trabajo. En un primer momento nos enfocaremos en la similitud existente entre el conocimiento de sí y el cuidado de sí (que fue desarrollado en la antigua filosofía griega del periodo helenístico²⁵) y los planteamientos budistas al respecto; por lo que a lo largo de este apartado haremos énfasis en la relevancia que se concede al hecho de trabajar en nosotros mismos y en nuestra capacidad para enfrentarnos de manera activa a la vida y a los sufrimientos que en ella se gestan. Después, se evidenciará como aquel cuidado de sí está vinculado con la ejecución de ejercicios espirituales que orientan a los individuos y que solidifican un estilo de vida (se precisará en el carácter práctico que surge de todo ello).

Por otra parte, resaltaremos que existe una afirmación de la vida en los rituales o en las celebraciones dionisiacas que trastocan la experiencia de los individuos y en la comprensión budista acerca de la causalidad, la impermanencia y el sufrimiento que configuran la realidad de todos los seres, puesto que en ambos escenarios se percibe el dolor como una condición necesaria de la existencia encontramos una exaltación a la vida (en la medida en que afirmar el sufrimiento es afirmar la vida). Sin embargo, no debemos perder de vista que existe una diferencia entre el camino basado en los rituales (las experiencias) dionisiacos y el camino apoyado en la comprensión budista de la

²⁵ Siguiendo a Hadot (2000) “Tradicionalmente, la palabra "helenístico" designa el periodo de la historia griega que abarca de Alejandro Magno, el Macedonio, hasta el Imperio romano, por tanto de finales del siglo IV a.C. a finales del siglo I a.C.” (p. 105). Específicamente, en el periodo helenístico tuvieron lugar: el movimiento sofista; la irrupción de Sócrates en Atenas; las escuelas de Platón, Aristóteles, Teofrasto, Epicuro, Zenón, etc.; las tradiciones del escepticismo, el estoicismo y el cinismo.

existencia y la condición humana; precisamente el primero es esencialmente estético y el segundo fundamentalmente mental. En este sentido, en los griegos trágicos que son referentes para Nietzsche no se evidencia una elaborada práctica mental como en los budistas Theravādas; en cambio aquella práctica de sí y actividad mental es más cercana al periodo helenista griego.

Así pues, dicha práctica de sí que se vincula con el ocuparse de sí no se encuentra de manera homogénea en toda la tradición griega, en realidad solamente “en cierta parte de la antigüedad el propósito del conocimiento es servirse de él para hacer reflexiones por las cuales se ejercita en la ocupación o cuidado de sí mismo” (Cristancho, 2005, p. 57).

Dado lo anterior, planteamos que del contexto griego trágico emanan una valoración positiva de la existencia y una respuesta fuerte y vitalista frente a condiciones crueles, arbitrarias e intempestuosas; mientras que del contexto budista theravāda surge una interpretación sana del sufrimiento apoyada en el desarrollo de prácticas y reflexiones en cuanto a nuestras acciones y modo de vida (recordemos que para el camino óctuple es crucial reflexionar y entender nuestra manera de hablar, desear, pensar, esforzarnos, etc.). Adicionalmente, en ambos contextos reposa una experiencia saludable respecto al cambio y la transitoriedad que operan sobre cada fenómeno u objeto en el mundo.

Finalmente, explicaremos de qué manera al interior del budismo theravāda, la filosofía nietzscheana (y paralelamente la tradición griega clásica) se encuentra un profundo sentido práctico que supone un modo de vida activo y dinámico el cual dota con la capacidad para superar la somatización enfermiza del dolor. En suma, problematizar en torno a lo anterior enriquecerá nuestro entendimiento acerca del problema del sufrimiento (eje de este trabajo) y respaldará una de las ideas que hemos defendido en los capítulos anteriores: es fundamental resignificar nuestra percepción respecto a lo doloroso para extraer elementos positivos de experiencias crueles, devastadoras o difíciles y llevar a cabo acciones que nos acerquen a un estado físico y mental saludable, a una condición en la que nos relacionemos con el dolor sin que esto genere sufrimiento.

3.1 Conocimiento, cuidado y ejercicios espirituales

La comprensión acerca de los procesos que subyacen a las experiencias en las que estamos inmersos es algo que nos revela la simpleza y la naturalidad con la que podemos asumir el mundo, nos posiciona en una armonía en la que vemos sin perturbación el cambio y el devenir que se despliega sobre nuestra existencia; de todo ello brota una *Gran Salud* que concede la capacidad para darse en el mundo de un modo tal que los sufrimientos son experimentados, abrazados, comprendidos y superados, que también libera de la necesidad de crear explicaciones supraterrrenales acerca de las causas del sufrimiento las cuales privan de la fortaleza para vivir en un mundo caótico.

En esta medida, el budismo nos revela un modo de ser similar al de la tragedia griega en la que el sufrimiento es aceptado e interiorizado de manera sana, como vimos en el primer capítulo, dentro de la tragedia se tejen una ritualidad y una estética (acciones y procedimientos continuos) en las que el dolor es representado como un elemento fundante de la existencia. Lo anterior es un signo de salud, puesto que expresa una maravillosa capacidad para observar un mundo incierto, enfrentarlo con valentía y después integrarse con armonía en la realidad. Ahora bien, resignificar nuestra condición como sujetos sufrientes a partir de distintas acciones es un factor común entre estas dos perspectivas y por ello encontramos una interesante similitud, razón por la cual afirmamos que sus planteamientos son completamente vigentes, pertinentes y prácticos, que sus aportes son terapéuticos y nos permiten asumir la vida de una manera coherente y sabia sin caer en explicaciones negativas del devenir y la transitoriedad.

Con todo, debemos recalcar (como se hizo más arriba) que existen diferencias entre la tragedia y el budismo Theravāda. Si en la tragedia detectamos herramientas como los rituales, el teatro, la música, el canto o la danza, todos ellos (procedimientos estéticos) proyectados a una resignificación del sufrimiento; en el budismo Theravāda divisamos las pautas del camino óctuple: visión correcta, intención correcta, habla correcta, actuar correcto, medio de vida correcto, esfuerzo correcto, conciencia correcta y concentración correcta, como instrumentos orientados a resignificar la experiencia negativa y enfermiza del dolor (todo esto apoyado en la práctica mental). Así pues, detectamos una disyunción entre procedimientos estéticos y un camino de práctica mental (que convergen en la idea de relacionarse con el sufrimiento de manera

saludable); es pertinente pensar que estas dos tradiciones contienen puntos de encuentro y desencuentro, que no son idénticas y poseen sus particularidades.

Después de lo desarrollado en este trabajo y teniendo en cuenta lo complejo de describir la totalidad de distintas tradiciones sugerimos que es válido considerar lo siguiente: el movimiento, la actividad y las acciones presentes tanto en la tragedia como en el camino óctuple son recursos interesantes y valiosos para abordar de manera sana las posibilidades de sufrimiento que surgen a lo largo de la vida; no obstante, debemos aclarar que esto sólo funciona con la práctica continua mediante dichos recursos (la *Gran Salud* es un proceso inacabado que requiere de práctica constante y esfuerzo). Del mismo modo que los griegos antiguos enfrentaban los horrores de la existencia, los budistas Theravādas poseen una gran habilidad para enfrentarse al sufrimiento y extraer elementos positivos de ello, percibir saludablemente el dolor, superar el nihilismo pasivo (situados desde una reinterpretación nietzscheana) y habitar serenamente un mundo caótico.

Una vez perfiladas estas conexiones observamos como la comprensión del sujeto presente en la filosofía budista acierta al proponer que los individuos se encuentran en un mundo cambiante y propicio para la aparición del sufrimiento –que debe ser superado–. Estos factores generan agitación, ansiedad y perturbación. Sin embargo, siguiendo a Panaïoti (2013), si en el budismo se habla de la superación del sufrimiento, esta en realidad se refiere al hecho de “ya no interpretar la vida como desalentadoramente insatisfactoria [...] como deprimente, desesperadamente dolorosa.” (p. 165). En consecuencia, es oportuno para todos replantear aquella condición de individuos sufrientes y crear mecanismos que faciliten el acceso a una experiencia de vida en la que se transforma el modo habitual para procesar el dolor que brota de la incapacidad para adaptarse a los cambios, las pérdidas, los obstáculos y las incertidumbres. Pese a la existencia de una realidad dolorosa que nos excede, frustra y desconcierta contamos con la capacidad y con los recursos para sobreponernos a ello e integrarnos en la dinámica transitoria y cambiante a la que estamos sometidos todos los seres, “semejante tarea en relación con uno mismo es necesaria, justa [...]” (Hadot, 2006, p. 23).

En efecto, para la tradición budista Theravāda el hecho de conocer la condición humana y de entender el dolor supone ciertas conductas (plasmadas en el camino óctuple) que den respuesta a ello; mientras que para la tradición griega trágica enfrentar el sufrimiento implica rituales o prácticas estéticas que resignifiquen el dolor y afirmen la vida. En lo que se refiere a los griegos del periodo helenista, estos expresan un profundo interés por la práctica mental lo que posibilita trasladar la reflexión a las propias prácticas y el modo de vida del sujeto para posteriormente hacer modificaciones. En síntesis, la resignificación del dolor realizada por los griegos trágicos es equiparable a la habilidad de los budista Theravādas para superar el sufrimiento; por otra parte, los griegos del periodo helenístico tienen un proceder similar al de la tradición budista en la medida en que ponen su intención en el conocimiento del individuo y su cuidado (el hecho de examinar el curso de la vida y discernirlo permite transformarlo).

Específicamente, lo interesante del budismo Theravāda y de los griegos del periodo helenista es el poderoso vínculo entre el saber y la praxis, el interludio que se compone entre los pensamientos y las acciones²⁶. Así, la acumulación inoficiosa de conocimientos acerca de cómo transitar el dolor se constituye como una incoherencia pues es como si se tuviera a disposición el antídoto para una enfermedad, pero deliberadamente se decidiera no suministrarlo. Al respecto, podemos hacer énfasis en que durante “la Antigüedad el principio delfico «conócete a ti mismo» (gnothi seauton) era un tema completamente subordinado al «ocuparse de sí mismo» (epimeleia heautou)” (De la Peña, 2008, p. 19); en consecuencia, el conocerse a sí mismo no debe desplazar, reducir ni dilatar el ocuparse de sí mismo. Es necesario conjugar el conocimiento de nuestro sufrimiento con las acciones que nos proporcionen salud y fortaleza frente a ello.

Por tanto, la sabiduría requiere la adopción de un modo de vida y la contestación a un llamado por hacernos responsables de nosotros mismos, por estudiar el modo en que reaccionamos a los estímulos del mundo; además, demanda un ejercicio de autocritica, un replanteamiento que nos mueva a la materialización de unos hechos. En palabras de Hadot (2006), tiene sentido cultivarnos a nosotros mismos con constancia y

²⁶ Ahora, en el contexto del periodo griego helenístico dichas acciones o practicas tienen como finalidad “la ocupación de sí mismo que, si bien difiere de cada escuela helenista, todas ellas convergen en tal fin.” (Cristancho, 2005, p. 53).

¡Emprender el vuelo cada día! Al menos por un momento, por breve que sea, mientras resulte intenso. Cada día debe practicarse un “ejercicio espiritual” –solo o en compañía de alguien que, por su parte, aspire a mejorar– [...] Esforzarse por despojarse de sus pasiones, de sus vanidades. [...] Huir de la maledicencia. Liberarse de toda pena u odio. Amar a todos los hombres [...]. (p. 23).

Si en la cita anterior se habla de ejercicios espirituales estos hacen referencia a una cierta actividad bastante sensible, íntima y que nos afecta de una manera especial, aquellos se relacionan con una transformación en la personalidad y con una terapia dirigida al modo en que interiorizamos las condiciones y los eventos del mundo que habitamos; específicamente, “[...] en la Antigüedad la filosofía era inseparable de la espiritualidad, es decir, [...] la cuestión filosófica del acceso a la verdad era inseparable de la posibilidad de una metamorfosis subjetiva” (De la Peña, 2008, p. 20). Adicionalmente, si se alude al término “espiritual” es porque este “permite comprender con mayor facilidad que unos ejercicios como éstos son producto no sólo del pensamiento, sino de una totalidad psíquica del individuo” (Hadot, 2006, p. 24).

Por otro lado, situados desde el sentido práctico que se ha resaltado continuamente en este trabajo, no debemos perder de vista que las enseñanzas de Buda nos presentan un detallado estudio del sujeto (un conocimiento de sí) en el que se parte de la universalidad del sufrimiento para comprender las posibilidades y las circunstancias en las que se mueven los seres humanos, así como el margen de acción que estos poseen; es decir, este conocer se refiere a nuestra manera de pensar, obrar, hablar, desear, vivir.

Análogamente, dicho conocimiento de sí implica un cuidado de sí; no obstante, ninguno de los dos debe subordinar al otro. Ahora, tal conocimiento y tal cuidado suponen unas acciones volcadas a ocuparnos de nosotros mismos; por ello, entender que nuestra existencia es atravesada por el sufrimiento nos conduce a desarrollar prácticas que liberen de una experiencia negativa respecto a este. En concreto, este cuidado de sí hace alusión a “[...] la posibilidad de autogobernarse y modelar la existencia propia por medio de un conjunto de ejercicios espirituales que aseguran la creación y reinención continua de sí mismo.” (De la Peña, 2008, p. 20); allí es necesario llevar a cabo transformaciones en nosotros mismos y modificar radicalmente nuestra manera de asumir la vida. En palabras de Foucault (1994), el cuidado de sí está vinculado con “una forma de comportarse que se ejerce sobre uno mismo, a través de la cual uno se hace

cargo de sí mismo, se modifica” (p. 17); por otro lado, este cuidado de sí mediado por los procedimientos adecuados puede provocar una metamorfosis positiva de los individuos y dotarlos con los recursos y las habilidades necesarias para enfrentar el sufrimiento que se extiende sobre el mundo.

3.2 ¿Qué podemos concluir del pensamiento nietzscheano, de las tradiciones griega y budista respecto al sufrimiento?

En lo que se refiere a la tragedia griega, esta era un signo de vitalidad y de armonía con el carácter transitorio y caótico del mundo; una mirada imperturbable al vacío e indeterminación de la existencia; era una postura desafiante ante las limitaciones, las atrocidades, los dolores y la fugacidad presentes en la vida; una manera de habitar en el mundo, de pensar y de filosofar que

significaba “la búsqueda, la práctica, la experiencia mediante las cuales el sujeto efectúa en sí mismo las transformaciones necesarias para tener acceso a la verdad”, y ello en la medida en que “el sujeto no tiene derecho, no goza de la capacidad de tener acceso a la verdad”, por lo que “es preciso que el sujeto se modifique, se transforme, se desplace, se convierta en distinto de sí mismo para tener acceso a la verdad” (De la Peña, 2008, p. 20).

Las modificaciones y las transformaciones que los individuos realizan en sí mismos les permiten pasar del dolor y la enfermedad a la salud y la vitalidad, les brindan la capacidad para actuar, les conceden la fortaleza para valorar positivamente la existencia, el surgimiento y el aniquilamiento, el cambio, el devenir y encontrar belleza allí. Incluso les otorgan la jovialidad para sostener reiteradamente una experiencia abismal, para amar incondicionalmente una realidad transitoria, para no caer en la renuncia ni en la negación del mundo. De ahí que “el destino ineludible de todo hombre es [...] actuar dentro de ese universo terrible y cooperar en esa creación de errores, engaños y desgracias en que se resuelve el mundo.” (Jonquieres, 1978, p. 50). A riesgo de caer en la desesperanza o el abatimiento es necesario exponerse a una realidad plagada de horrores, sobreponerse a ello y desarrollar procedimientos estéticos, ejercicios creativos para asumir el mundo con todas sus inconsistencias y arbitrariedades; por tanto, “[l]a tragedia querría, en ese contexto, significar que el hombre debe actuar a pesar de todo [...]” (p. 50).

Dicho lo anterior, las acciones, el movimiento y las respuestas activas respecto a una realidad intempestuosa son indispensables para vivir sanamente. Aquello tiende a la resignificación del sufrimiento (no a la resignación pasiva) y a la reivindicación de la

existencia; en realidad, el actuar pese a las condiciones dolorosas del mundo se asocia a la celebración de lo dionisiaco y de lo terrible en aras del crecimiento de la fuerza, de la adquisición de salud y del manejo adecuado del dolor. Por ello, “[a]l superar el gran desafío de mirar este mundo monstruoso con una mirada inquebrantable, y aun así declararlo “bello” en lugar de “malvado”, el tipo saludable asegura la mayor victoria [...] Esta es la más alta autosuperación [...]” (Panaïoti, 2013, p. 129). Esta superación de la visión negativa de la realidad –conquistada por el sujeto trágico– conlleva a una *Gran Salud* que redunde en la metamorfosis de los individuos a la cual, precisamente, subyacen: una permanente actividad, una continua resignificación del sufrimiento y una radical afirmación de la vida.

En particular, este modo de ser fundado en la tragedia griega da forma a un “pesimismo de individuos fuertes” que coincide con el nihilismo activo. Si hablamos de pesimismo es porque allí se considera a la existencia como un cúmulo de sufrimientos y deseos insatisfechos; por otra parte, si establecemos una relación entre dichos pesimismo con los individuos fuertes en porque ellos son capaces de enfrentar una realidad de este tipo, de precipitarla y de valorarla como un camino que conduce al dominio y al gobierno de sí, como un puente para la adquisición de inmunidad respecto al dolor. En síntesis, al interior de la tragedia se gesta un pesimismo que está fuertemente vinculado con la destreza y el coraje para ver el mundo tal como es, que fija su rumbo con destino a la obtención de un estado saludable al que se llega únicamente por medio de las acciones; adicionalmente,

El pesimismo de la fuerza se niega a emitir un juicio moral sobre la vida y arroja en cambio un juicio estético positivo: este mundo es hermoso [...] es fundamentalmente activo: da un paso adelante y busca comprometerse con el sufrimiento [...] rechaza todo lo que tenga un efecto adormecedor, porque quiere el sufrimiento como condición para el gozo de la superación de obstáculos. (Panaïoti, 2013, p 105).

En cuanto al budismo, en él rastreamos también la habilidad para observar los horrores de la existencia y los padecimientos sin que ello genere alteraciones negativas, desde sus planteamientos podemos detenernos, identificar las condiciones conflictivas de la existencia y responder a ello con sabiduría; no obstante, lo anterior dista de ser un proceso sencillo pues requiere de entrenamiento y de disciplina para poner en marcha los procedimientos plasmados en el camino óctuple que capacitan para superar el

sufrimiento. Así como un atleta debe adecuar su cuerpo y ejercitarse para la exigencia de distintas pruebas, como el músico debe practicar y trabajar con dedicación en la interpretación de un instrumento, en el budismo es necesario desarrollar ciertas conductas a modo de hábitos para enfrentar el dolor y superarlo. Siguiendo a Cavallé (1999), en la doctrina transmitida y estudiada por el budismo reside una propiedad empírica, casi médica, en cuanto a la lectura que se hace del sufrimiento (p. 16). Esto la ubicó en coordenadas similares a las de la filosofía práctica que fue desarrollada en el periodo clásico griego (más específicamente el periodo helenístico en el que fue bastante marcada la práctica de sí). Más aún, uno de los propósitos de su enseñanza era exponer aquello que conduce a la liberación del sufrimiento. Allí Buda se sirve del diálogo y no de explicaciones dogmáticas o acríticas.

Recapitulando, en las enseñanzas de Buda al igual que en la tragedia griega el entendimiento que se tiene de nuestra compleja situación en el mundo es bastante asertivo, real y sincero; puesto que se plantea que la existencia resulta configurándose desde la experiencia del sufrimiento y posteriormente se desarrollan mecanismos que serán proyectados en acciones adecuadas para el manejo de la angustia, la insatisfacción y el abatimiento. Igualmente, en el budismo identificamos un conocimiento de sí en cuanto a los elementos que siendo interiorizados generan dolor: la transitoriedad, el cambio, los anhelos que no cesan; y un cuidado de sí, que se refiere a las acciones dirigidas a la superación de lo doloroso. En concreto, basándonos en Serrano de Haro (2011), el dolor del cual hablamos “[...] se ha manifestado justamente doliendo, doliendo en primera persona, a mí mismo, en mi cuerpo, en mis propias carnes [...]” (p. 32); de modo que nos referimos a una experiencia muy íntima que puede brotar de la somatización de “penas, de tristezas, de depresiones pues existen cuadros clínicos en que el dolor como vivencia no se corresponde con una lesión” (p. 35) o de afectaciones físicas en algún órgano. Por ende, esta es una vivencia que trastoca nuestra manera de habitar el mundo, que nos afecta intensamente, que precisa de atención y de la formulación de alternativas o procedimientos que indiquen cómo transitar sabiamente tal experiencia.

Ahora bien, en la tragedia todo gira en torno al padecimiento al que fue sometido Dionisio, en obras teatrales se recrean sus tormentos, se celebra la superación de ellos y

se afirma la reinvención del sátiro en un dios. También se desarrollan rituales (descritos en el primer capítulo) o procedimientos estéticos para interiorizar aquel tormento y vivirlo enérgicamente. De un modo igualmente eficaz para abordar el problema del sufrimiento, en el budismo se parte de este y del modo como atraviesa a todos los seres, se comprende tal fenómeno, se diseña el camino óctuple como un dispositivo terapéutico para tratar una enfermedad (la somatización enfermiza del sufrimiento), se fijan unas acciones y se realiza la transformación de los individuos. A aquella subyace un proceso dinámico e inacabado. Además, el diagnóstico o el análisis que hace Buda respecto a la condición humana incluye la posibilidad de cuestionarlo, de pensarlo y de comprenderlo. Este

[...] invita a investigar y apela a la experiencia personal como el criterio último para determinar su validez. La enseñanza tiene que ver con el surgimiento y cese del sufrimiento, lo cual puede ser observado dentro de la propia experiencia de uno. Ni siquiera establece al Buda como una autoridad irrecusable, sino que nos invita a examinarlo para determinar si merece nuestra plena confianza y confidencia. Finalmente, ofrece un procedimiento paso por paso, a través del cual podemos poner la enseñanza bajo prueba y, haciéndolo así, descubrir la verdad última por nosotros mismos. (Bhikkhu Bodhi, 2019, p. 17).

Después de haber delimitado los dos enfoques anteriores referentes al problema del sufrimiento, lo que queremos destacar es la similitud, la diligencia y la maestría con la que los budistas Theravādas y los griegos trágicos (presentados por Nietzsche)²⁷ asumen una postura activa frente al sufrimiento y, en consecuencia, reivindican la vida. Aquello que se pretende rescatar es la potencia creativa que acogen estas dos posturas y el modo en que pueden ser de utilidad para reconsiderar y reconfigurar nuestras prácticas. Una vez hecho este paralelo, notamos el carácter funcional y pragmático de ambas posturas, advertimos la utilidad de sus consideraciones en cuanto a las posibilidades de los individuos y concluimos que el tratamiento eficaz del sufrimiento se desarrolla a partir del enfrentamiento, la superación y la afirmación de este.

Finalmente, después de haber explorado distintas maneras de emprender el análisis del problema del sufrimiento y sin perder de vista la actividad o la practicidad

²⁷ Al respecto, no existe evidencia histórica suficiente para demostrar que los griegos del periodo trágico fueron en realidad tal como los describe Nietzsche. El filósofo alemán hace un estudio y un análisis del culto a lo dionisiaco por parte de aquellos griegos en su obra *El nacimiento de la tragedia* de la cual nos hemos servido para hacer el paralelo entre la forma de asumir el dolor por parte de los trágicos y de los budistas Theravādas. Por tanto, es importante considerar que probablemente nos estemos topando con una versión histórica de los griegos permeada por la opinión de Nietzsche.

que se ha resaltado los tres capítulos que componen este trabajo, llegamos a identificar un proceder similar en las filosofías nietzscheana y budista y la tradición griega clásica en la medida en que desde estos tres modelos explicativos es posible acceder a un estado saludable por medio del tratamiento apropiado del dolor; tal estado se fundamenta en la actividad incesante, en la resignificación, en la creatividad, en la fortaleza y en la profunda, íntima y reveladora experiencia de resistencia e inmunidad frente al sufrimiento. El nihilismo activo, la contemplación de la belleza que contiene el horror y la crueldad del mundo y la liberación del sufrimiento budista convergen en acciones concretas y en la transformación drástica de los individuos; por consiguiente, en estos tres escenarios “[l]a meta final no se obtiene abruptamente, sino pasando a través de una serie de estados que transforman al individuo mundano [...]” (Bhikkhu Bodhi, 2019, p. 19).

Específicamente, del pensamiento nietzscheano diremos que es dinámico, que su invitación a la transvaloración y a la resignificación en pro de la vida nos permite realizar esta inversión o reinterpretación de su juicio respecto a las enseñanzas de Buda. Después de haber expuesto como el budismo al superar el sufrimiento no evade la vida y como al estudiar este fenómeno formula unas prácticas para transitarlo y adquirir salud en ese proceso, nos es lícito ubicar a esta tradición dentro del nihilismo activo, dentro del vitalismo, dada su magnífica capacidad para resignificar y enfrentar el sufrimiento. Si bien, el filósofo alemán en su obra nunca situó al budismo como una tradición en la que se accede a un estado de *Gran Salud*, nosotros hemos argumentado repetidamente que las enseñanzas de Buda constituyen un acertado diagnóstico de la condición humana y que plantean procedimientos eficaces para afrontar de manera sana y activa el sufrimiento.

Referencias Bibliográficas.

- Arnau, J. (2007). *Antropología del budismo*. Barcelona, España: Kairós.
- Bhikkhu Bodhi (2019). *En palabras del Buddha: una antología de Discursos del canon pali*. Trads. Abraham Vélez, Aleix Ruiz y Ricardo Guerrero. Barcelona: Kairós.
- Cappelletti, A. (1972). Los fragmentos de Heráclito. Caracas, Venezuela: Editorial Tiempo Nuevo.
- Cavalle, M., Vélez, A., & Catena, M. (1999). *Hinduismo y Budismo. Introducción filosófica, Conferencias en la Facultad de Filosofía de la UCM*. Madrid, España: Etnos.
- Conze, E. (1978). *El budismo: su esencia y su desarrollo*. Ciudad de México, México: Fondo de Cultura Económica.
- Cristancho, A. J. (2005). Sobre el apetito voraz por el conocimiento. *Franciscanum. Revista de las ciencias del espíritu*, (140), pp. 51-64. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3435/343529891005.pdf>
- Cuevas, J. M. R. (2002). Hybris y sujeto. Ética y estética de la existencia en el joven Nietzsche. *Diálogo filosófico*, (52), pp. 77-93. Recuperado de https://www.ciudadredonda.org/admin/upload/files/1cr_t_adjuntos_31.pdf
- De La Peña, F. (2008). El psicoanálisis, la hermenéutica del sujeto y el giro hacia la ética en la obra tardía de Michel Foucault. *Sociológica*, 23(66), 11-25.
- Deleuze, G. (1998). *Nietzsche y la filosofía*. Barcelona, España: Editorial Anagrama.
- Foucault, M. (1994). *Hermenéutica del sujeto*. Madrid, España: La Piqueta.
- Hadot, P. (2006). *Ejercicios espirituales*. Madrid España: Editorial ciruela.
- Hadot, P. (2006). *¿Qué es la filosofía antigua?*. Ciudad de México, México: Fondo de Cultura Económica.
- Heidegger., M. (2000). *Nietzsche I*. Trad. Juan Vermal. Barcelona, España: Editorial Destino.
- Jonquieres, P. (1978). Nietzsche y la tragedia. *El Basilisco: Revista de materialismo filosófico*, (2), pp. 47-52.
- Kirk y Raven. (1974). *Los filósofos presocráticos*. Madrid, España: Gredos.
- Lemm, V. (2015). Nietzsche y la biopolítica: cuatro lecturas de Nietzsche como pensador biopolítico. *Ideas y Valores*, 64(158), pp. 223-248.

- Marín, S. E. (2006). *Pensar desde el cuerpo: Tres filósofos artistas: Spinoza, Nietzsche y Pessoa*. México: CONACULTA.
- Nietzsche., F. (2009). *El nacimiento de la tragedia*. Madrid, España: Alianza.
- Nietzsche., F. (1990) *La ciencia jovial*. Trad. Jara José. Monte Ávila Editores.
- Nietzsche., F. (2000). *La voluntad de poder*. Madrid, España: Editorial EDAF S.A
- Nietzsche., F. (2003 a). *Así habló Zaratustra*. Madrid, España: Alianza Editorial.
- Nietzsche., F. (2003 b). *La filosofía en la época trágica de los griegos*. Madrid, España: Valdemar.
- Nietzsche., F. (2004). *El Anticristo*. Córdoba, Argentina: El Cid Editor.
- Nietzsche., F. (2005). *La genealogía de la moral*. Madrid, España: Alianza Editorial.
- Panaïoti, A. (2013.) *Nietzsche and Buddhist philosophy*. United Kingdom: Cambridge.
- Serrano de Haro, A. (2019). Introducción a la fenomenología del dolor: la experiencia del dolor físico desde el punto de vista filosófico. *Revista d'Humanitats*.
- Solé-Leris, A. y Vélez, A. (2008). *Majjhima Nikāya. Los sermones medios de Buddha*. Barcelona, España: Editorial Kairós.
- Tola, F., y Dragonetti, C. (1979). Saṃsāra, anaditva y nirvana. *Boletín de la Asociación Española de Orientalistas*, (15), pp. 95-114.
- Tola, F., y Dragonetti, C. (2012). *Diálogos mayores de Buda*. Madrid, España: Trotta.
- Triana, J. E. (2001). Nietzsche y la Salud. *Revista Colombiana de Filosofía de la Ciencia*, 2(5), 75-82.
- Villegas, L. (2016). *Sāmkhya kārikā. Las estrofas del Sāmkhya*. Barcelona, España: Editorial Kairós.
- Williams y otros, P., Tribe, A., y Wynne. (2013). *Pensamiento budista: Una introducción completa a la tradición india*. Trad. Agustina Luengo. Barcelona, España: Herder.

Anexo 1. Glosario

Anattā. Es no-yo, es decir, es la ausencia de una identidad perdurable o de una esencia inalterable exenta de cambio; también es insustancialidad en el sentido en que todo lo que existe al estar sometido a la transitoriedad (y por ello a distintas transformaciones) carece de una forma en particular que prevalezca.

Brahman. Es la “realidad última del cosmos en las Upaniṣads” (Williams y otros, 2013, p. 364).

Dukkha. Puede ser entendido como el sufrimiento que atraviesa la experiencia de todos los seres, Siguiendo a Solé-Leris y Vélez (2008), dukkha es uno de los tres atributos de la existencia y es explicado en las cuatro nobles verdades. Allí se plantea el origen del sufrimiento, su cesación y la manera de conseguirla. Ahora bien, en la tradición budista se habla de tres tipos de dukkha: el primero está asociado a sensaciones de dolor físico; el segundo se vincula con el sufrimiento que se produce por la experiencia del cambio, por la transitoriedad; el tercero hace referencia al condicionamiento, a la cadena de causas que condicionan la existencia de los seres.

Ignorancia (*avijjā*). Se entiende como la causa del sufrimiento. En concreto, “[c]uando se habla de la ignorancia como causa del sufrimiento, en la tradición budista a menudo se la explica como ignorancia, precisamente, de las cuatro nobles verdades” (Williams y otros, 2013, p. 76). También es una interpretación errónea de la realidad, de la transitoriedad y de lo doloroso, o sea, es el desconocimiento de las cosas como realmente son (transitorias).

Origen Condicionado. Tiene que ver con una cadena de causas que son responsables del surgimiento y la degradación de los fenómenos presentes en el mundo, de los cambios que se dan en todo lo existente. Asimismo, el sufrimiento depende de ciertas causas. Por medio del descubrimiento de esas causas es posible llegar al cese del sufrimiento. Por otra parte, “nuestra propia existencia como individuos encarnados es el resultado de la unión de causas apropiadas, y existimos en la medida en que las causas apropiadas nos mantienen en la existencia.” (Williams y otros, 2013, p. 99).

Samsāra. Es flujo, es transmigración (el tránsito de una serie de conciencias de un cuerpo a otro) o rueda de la existencia. En este ciclo la existencia se encuentra determinada por la finitud, en otras palabras, por la muerte, la enfermedad y la degradación. Específicamente,

dicho ciclo se compone por *tilakkhaṇa*, es decir, el sufrimiento, la transitoriedad y la ausencia de un “yo” o alma inalterable (insustancialidad).

Taṇhā. Es anhelo, es deseo o sed, es un estado mental que se origina por la ignorancia, es la causa del sufrimiento. Asimismo, es el que “produce el renacer, acompañado por el apego apasionado, dando la bienvenida a esta y aquella (vida). Es el anhelo de placeres sensuales, el anhelo de existencia y el anhelo de no-existencia” (Williams y otros 2013, p. 72).

Tilakkhaṇa. Las tres características del universo, específicamente: transitoriedad o impermanencia, sufrimiento y no-yo (insustancialidad).

Transitoriedad o impermanencia (*anitya*). A saber, cada fenómeno existente se encuentra sometido al cambio, a permanentes transformaciones y por ello todo es impermanente; específicamente, la transitoriedad es “una marca fundamental de lo existente” (Arnau, 2007, p. 47) y compone el saṃsāra (permanente ciclo de nacimiento, degradación y renacimiento) junto con el sufrimiento (*Taṇhā*) y la ausencia de “yo” (*Anattā*). El conjunto de estos tres elementos se conoce como *tilakkhaṇa*.

Upaniṣads. Textos sagrados hinduistas escritos en idioma sánscrito, de los que datan como los más antiguos conocidos algunos de los siglos VIII – IV a.C. Debido a que el idioma sánscrito transitó de la escritura en letra brahmi hasta la escritura bráhmica devanagari, se aseguró una pronunciación dada por la memoria, por lo que regularmente la pronunciación de este nombre corresponde a *Upanishad*. Estos escritos se encuentran en dos formas: poema y prosa, que responden al período protosāṃkhya, pues en sus líneas se aprecian elementos de esta escuela y también del yoga y de la etapa prebudista.

Se conoce la existencia de 105 upaṇiṣads, aunque la tradición afirma 108. Además, como autor se reconoce al legendario escritor Vyasa, de la escuela Advaita en la antigüedad hinduista, a quien también se le atribuye la autoría del Mahābhārata. Sin embargo, la autoría se debate entre distintos personajes como: Yajñavalkya, Uddalaka Aruni, entre otros; por lo tanto, esta cuestión no es definida con claridad al estar permeada por la ficción.

Estos textos se consideran como la re-organización del Ṛgveda que es un texto aún más antiguo (aprox. 1500-1200 a.C., siendo registro de la escritura en la Edad de Bronce). Se trata de la composición de himnos del período védico temprano dedicados a dioses védicos

que se organiza en diez libros, cada uno conocido como “mandala”. Aquella reorganización —vinculada a Vyasa (S. III) — permitió la integración de comerciantes y artesanos del norte de India que, conforme al sistema de castas, no accedían a la comprensión de textos. Por ello, los Upaniṣads representan un nuevo modelo de participación que conformaba un gobierno más flexible. Además, los Upaniṣads presentan un monoteísmo dirigido a Brahṃā que se diferencia del politeísmo del Ṛgveda.