

Recensiones

M^a TERESA ROMÁN LÓPEZ, *Buda: El sendero del alma*. Col. Aula Abierta, 1997. UNED.

Para un lector no iniciado en el pensamiento oriental, penetrar en el mismo a través del libro *Buda: El sendero del alma*, puede calificarse como una deliciosa y auténtica revelación. Aunque muchas nociones y conceptos resultan difíciles de entender y captar para la mentalidad occidental, el interesante prólogo de Diego Sánchez Meca y la escueta, pero clara introducción de la propia autora preparan el camino para poder entender lo que vamos a encontrar a continuación: La doctrina budista, en su esencia y en su significado. Es de gran utilidad el glosario de términos ubicado en las últimas páginas del libro.

Tras una breve descripción de la ya conocida, pero obligada, vida de Buda, se tratan temas tan interesantes como el desarrollo del pensamiento budista a través de una larga andadura histórica y la formación y tratamiento de las doctrinas filosóficas que surgieron a su sombra. Realmente, lo que me parece más interesante en esta lectura son los capítulos IV y V, titulados respectivamente: «La sabiduría del budismo» y «Sendero de la meditación». El primero expone la esencia de la doctrina y la práctica del pensamiento budista: «Las cuatro nobles verdades», en la búsqueda *por obtener la iluminación, el autodomínio y llevar a cabo las mayores renunciaciones*. «Desaparecer como un paisaje de sueños cuando uno despierta», la meta suprema del adepto budista –como indica la propia autora–, hasta llegar a la perfección de la sabiduría, la vacuidad del todo, el conocimiento de la verdadera naturaleza de la realidad empírica. La Dra. Román, gran conocedora de estas doctrinas explica estos conceptos filosóficos y la interpretación que han recibido por distintos pensadores de la categoría de H.V. Guenther y F. Capra.

En el capítulo V se trata del concepto, fundamentos y práctica de la meditación oriental, analizando la concentración como base para alcanzar esta última en su plenitud y, con ello, la purificación psicológica.

Como ya se indica en el *Abhidharma*, texto del siglo v a.C., significa introducirse en el *Visuddhimagga*, el «Sendero de la purificación». Con ello se alcanza el entrenamiento mental completo.

El *Visuddhimagga* empieza con unos consejos sobre el mejor entorno, las actitudes más idóneas para la meditación y el adiestramiento de la atención.

Así a través de etapas o niveles se asciende por la senda del discernimiento o de la percepción, para lograr conseguir el dominio de las absorciones y la sublime liberación material. Concluye con los efectos psicológicos al alcanzar el *Nirvana*.

Cuando la percepción del meditador madura plenamente es un *ser que se ha despertado* o un santo *arhat*, que ha obtenido además la plena libertad. Ha dominado el sufrimiento y las pasiones y está dedicado al bien de los demás.

Este libro supone poner a nuestro alcance una iniciación al conocimiento del pensamiento budista y los conceptos filosóficos, y tal vez éticos, de la sabiduría oriental, a la que los occidentales nos acercamos con miedo y curiosidad a la vez. Esta forma de exposición sólo puede realizarla una especialista en el estudio de este pensamiento. Vaya por delante nuestra felicitación y agradecimiento. No es fácil exponer con tanta claridad y erudición a la vez el complejo y a la vez apasionante mundo del budismo.

PILAR FERNÁNDEZ URIEL