

¿Por donde empezar? La montaña rusa emocional

Dicen que Buddha afirmó que la vida es sufrimiento.

Esta frase quizá es excesiva, aparentemente esta vida es más bien una continua montaña rusa de emociones positivas y negativas. Lo que sí es cierto es que será raro que pasemos un solo día sin que alguna forma de sufrimiento o malestar emocional, sea ligero o intenso, nos afecte.

En realidad, es así «*by design*», estamos contruidos para que así sea. Es por ello que no importa si eres el mayor millonario del planeta o el más pobre de sus habitantes, tu vida, salvo patologías, sufrirá esas continuas oscilaciones emocionales entre estados de diversa índole pero que siempre incluirán positivos y negativos, en forma de sufrimiento. Puede haber períodos relativamente largos en que predomine el sufrimiento o bien lo contrario, pero la norma general será una oscilación emocional continuada independientemente de tu situación particular, sea esta objetivamente buena o mala, si es que tal objetividad existe.

Eso se deduce de la propia naturaleza del ser humano y su gran adaptabilidad, de alguna manera nos adaptamos con cierta velocidad a cualquier situación y esa situación pasa a ser nuestro punto de confort o neutro. Así llamamos y vivimos como negativo aquello que empeora nuestro punto de confort neutro y llamamos positivo y nos hace felices, a lo que lo mejora.

Las emociones son aquello que nos mueve, y por eso se usan para movernos de vuelta al punto de confort o al menos intentarlo cuando lo hemos perdido. Esa forma de movernos es la emoción negativa o sufrimiento, toda una familia de emociones. El cuerpo, a través de la evolución, no ha encontrado una manera mejor de lograr eso más que haciéndonos sentir mal hasta que lo logremos, hasta que logremos volver al punto de confort. Ese es el mecanismo por el cual el ser humano se mueve hacia posiciones que considera «mejores» o para salir de situaciones que considera «peores» que viene a ser lo mismo.

Eso aplica siempre, da igual cual sea tu punto de confort. Pues si logras mantener un estado de felicidad estable durante suficiente tiempo, se reajusta. Lo hace cada vez que cambie tu situación personal a una posición de confort diferente, sea mejor o peor. Ese reajuste lleva cierto tiempo pero ocurrirá.

Es decir, el punto neutro en que soy ni-feliz-ni-no-feliz es completamente móvil y nos adaptamos a él con velocidad.

Es por eso que una alegría permanente, es imposible. Y las oscilaciones emocionales, la norma.

Aunque te toque la lotería, serás feliz unos meses quizá, quizá ni eso, pero pronto será esa tu situación neutra (ser millonario) y cualquier pequeño evento negativo, de nuevo te provocará insatisfacción. Se ha producido un reajuste y ahora ser millonario no es ya una fuente de alegría. Es tu punto neutro.

En el lado positivo, ocurre lo mismo con un empeoramiento de la situación de confort. Llevará su tiempo, pero nos acostumbraremos, lo aceptaremos, nos resignaremos, como gustes llamarlo. Y un día empezaremos a encontrar pequeñas alegrías en nuestra supuesta desgracia. La situación de confort se ha reajustado de nuevo.

También es por eso que no hay una relación clara entre tu situación y la percepción de cómo de feliz eres. Ese «punto medio» en que uno no es ni feliz ni infeliz, se reajusta continuamente para adaptarse a tu situación actual. Por eso los países pobres tienen índices de felicidad que no son inferiores a los ricos, por ejemplo.

Esa es más o menos la dinámica de nuestro mecanismo emocional *grosso modo* y por eso la oscilación emocional es nuestra constante.

Así pues, no es factible la felicidad permanente porque nuestro mecanismo emocional intrínsecamente la evita. La neutraliza, la vuelve el punto neutro.

También podemos verlo como una forma de adicción a esas sustancias endógenas que son casi como drogas, en que rápidamente creamos tolerancia a cierta dosis y se vuelve «lo normal», si nos retiran dosis sufrimos y si nos la añaden disfrutamos. Pero son las variaciones en nuestra dosis lo que importa, y no cuanto de ello tenemos.

Es decir, tanto felicidad como sufrimiento son siempre relativos a nuestra situación y por eso siempre van a ocurrir, a menos que nuestra situación sea tan estable como la de un muerto o salvo patologías que rompan este mecanismo.

Por otro lado incluso las dosis de felicidad y sufrimiento son relativas.

Si nuestra vida es muy tranquila, pequeñas variaciones emocionales nos parecen relevantes y provocan estados emocionales que a otros pueden parecer casi desproporcionados, por eso la solución no es buscar un entorno más tranquilo, pues a menos que lo puedas mantener perfecto para siempre, las mínimas oscilaciones emocionales te molestarán más que a nadie. Te has vuelto muy sensible a las oscilaciones emocionales. Un gruñón.

Y lo contrario también ocurre, en una vida que sea una montaña rusa emocional, los pequeños detalles no te afectan, bastantes problemas tienes... Te acabas volviendo aparentemente insensible.

El resumen, muy einsteniano, sería que a nivel emocional todo es relativo, y dado que el sufrimiento es la variación sobre ese estado relativo base que

continuamente se reajusta, en su punto medio y que también se reajusta en las dosis que necesita en función de tu entorno, entonces es imposible evitar la aparición de sufrimiento reiteradamente y de forma continuada hagas lo que hagas y te pase lo que te pase, y entonces acabamos más o menos donde empezó Buddha.

Eso es así porque, como se suele decir, la naturaleza (vía la selección natural) no está interesada en tu felicidad, sino en que te reproduzcas y tus genes se transmitan, y para eso has de moverte, y la forma de moverte son las emociones. La naturaleza no te quiere parado, pasivo y satisfecho, sino en movimiento, luchando por sobrevivir, compitiendo y transmitiendo tus genes, y si has de sufrir para que eso pase, no es problema alguno (para ella).

Pero tú quieres estar tranquilo y satisfecho.

Dada esta situación, las doctrinas que pretenden erradicar el sufrimiento deben cambiar esta dinámica emocional, y eso es lo que hacen por diversos medios.

Pero antes de hablar de eso, podemos hablar de como todo esto, siendo probablemente común con todos los animales superiores, es mucho peor en el ser humano debido a su capacidad intelectual, ese regalo envenenado, pero que a la vez es también la llave que ofrece la solución.

Intelecto: la manzana envenenada

El mecanismo emocional visto antes es probable que aplique de igual manera a animales superiores que al ser humano, pero el ser humano tiene un problema añadido y es el uso desbocado de su conceptualidad, su capacidad de crear símbolos y manipularlos.

La inteligencia conceptual puede expresarse como lenguaje cuando usa símbolos externos, hablados o escritos, y lo llamamos pensar cuando solo usa símbolos internos dentro de la mente, sean auditivos o visuales, raramente de otro tipo. Realmente esta es la única diferencia relevante entre hablar y pensar.

Esta conceptualidad o intelecto, no es nuestra única forma de inteligencia pero eso lo trataremos más adelante, por ahora nos centraremos en esta. La capacidad de tratamiento simbólico aporta al ser humano una riqueza infinita. Nos permite cosas tan alucinantes como predecir hipotéticos futuros o manipularnos a nosotros mismos como un objeto, el yo. Por supuesto también ha hecho que dominemos el planeta.

Todo el universo humano es un universo simbólico o si no lo quieres tan radical, hay una capa simbólica añadida sobre todo lo que el ser humano percibe. En nuestras cabezas rebosan los símbolos, palabras, ideas, imágenes... hasta tal punto que a menudo ni se repara en que pueda haber otra forma de inteligencia, pero los animales seguramente no tienen demasiado intelecto, o ninguno, y algunos son bien listos.

En todo caso, la capacidad de proyectar un futuro hipotético, que requiere además de la creación previa del símbolo de «yo» como unidad permanente en el tiempo para colocarla en esa imaginación, nos permite obtener probabilidades de supervivencia mejoradas al poder evaluar diferentes escenarios futuros posibles y en base a ellos tomar decisiones que nos acerquen o alejen de esos escenarios.

Eso es fantástico, pero tiene un pequeño precio a pagar: el sistema emocional no queda desconectado de este proceso mental. En cierta manera con cada escenario imaginado, se asocia la carga emocional de ese escenario. No en toda su intensidad, pero sí al menos una parte de esa emocionalidad. Si predecimos algo malo, nos sentimos mal, si predecimos algo bueno, nos sentimos bien. No es un pensar «neutro» y ya está. No es mera teoría...

Es eso lo que produce que el movimiento emocional del ser humano sea mucho más elevado que el de cualquier animal: nuestra proliferación mental genera oscilaciones emocionales prácticamente cada minuto. El pensar desbocado, provoca una emocionalidad desbocada pues están asociados.

Así nos encontramos al más triste y sufridor de los seres del planeta: nosotros. Que hemos de pagar un alto precio por el simbolismo que nos permite dominar todo lo que hay. Ese precio es sufrimiento debido a un sistema emocional desbocado que deriva, en gran parte aunque no todo, del simbolismo aplicado sobre la idea de «yo» y de escenarios futuros. Aunque los escenarios pasados también afectan, lo suelen hacer en menor grado. En este caso hablamos de nuestra memoria episódica unida a la capacidad de fantasear con aquello que hubiera pasado si «yo» hubiera actuado diferente. Los animales muy probablemente tienen memoria episódica, pero también muy probablemente se usa para cuestiones operativas, como reconocerte como su amigo, y no tanto para plantear escenarios pasados alternativos de los que aprender, dado que eso requiere, de nuevo, procesado simbólico y con la idea de «yo» creada e incrustada en esos escenarios.

Pero ¿por qué tenemos desbocada nuestra conceptualidad?

Eso nos lleva a la segunda noble verdad según el budismo.

El bucle y la sed

Hemos visto antes que si sufrimos tanto, finalmente una de sus causas principales es la conceptualidad desbocada que acaba en una emocionalidad desbocada. Pero ¿por qué? ¿por qué estamos continuamente dando vueltas a las cosas?

En Tíbet dicen «los pensamientos cabalgan los vientos». Esta misteriosa frase solamente se puede entender sabiendo que en Tíbet «los vientos» es el movimiento de la energía emocional (a veces conocida como kundalini

cuando se activa radicalmente), es decir, en última instancia nuestras emociones.

Así que el pensamiento surge porque lo activa la energía emocional, y es aquí donde entramos en bucle, porque ese intelecto o conceptualidad, generará nuevas emociones que permitirán que «cabalguen» nuevos pensamientos.

Todos hemos vivido alguna situación de ese tipo, ese intuir como nuestro nerviosismo o angustia genera pensamientos alocadamente que nos ponen aún más nerviosos. Esto es especialmente cierto para las emociones negativas y bastante falso para las positivas, pues una emoción de amor o cariño puede tranquilizarnos y por tanto reducir los vientos y de rebote el surgimiento intelectual de pensamientos.

Así ocurren realimentaciones aflictivas, bucles, por deseo, amenaza, rechazo, miedo, rabia, etc... pero raramente por compasión, amor (que no deseo sexual), amabilidad, etc... No es raro pues que unas se clasifiquen como negativas y otras como positivas.

Aquí el budismo habla de ***tanha***, que podría traducirse como «sed». Mientras tenemos «sed de algo», el sistema de mente en bucle que hemos visto, opera.

Y así llegamos a la segunda verdad clásica: **el sufrimiento (*dukkha*) tiene su origen en el deseo (*tanha*).**

Pero ya vemos que no es solamente el deseo, son miedos, rechazos, ansias, etc... toda una colección emocional que se puede resumir en *tanha* (*sed de algo*) y que activa esa mente en bucle que hemos ido viendo antes debido a la forma en que trabaja el intelecto y todo este sistema-mente.

Así, la tercera noble verdad se deduce con rapidez, **si no hay *tanha*, no hay *dukkha*.**

Eso suena bien, incluso parece obvio, pero no parece fácil. Me estás diciendo que si no hay deseos, miedos, ansias, rechazos, etc... no sufro. Vale, puedo creérmelo pero no parece que hayamos hecho el problema más gestionable, ¿cómo hago para librarme de todo eso? No parece que sea posible.

En este punto es donde comienza el camino del método o métodos, pues incluso dentro del budismo hay muchos.

La razón por la que doctrinas tan diferentes como la theravada o el tantrismo se consideran budismo, es precisamente porque hasta aquí todas están totalmente de acuerdo, y a partir de aquí tratamos métodos. Ciertamente un método puede contener una posible verdad metafísica, como la ausencia de «yo» (sea lo que sea eso) pero fundamentalmente se usa porque es el método adecuado para la misión a lograr, extinguir *tanha*. Otras verdades, importantísimas en teoría, puede que no se traten en el

budismo en absoluto porque simplemente no son parte del método, no ayudan a extinguir *tanha*.

A las herramientas de un método o doctrina, también se les pueden llamar medio útil o medio hábil (*upaya*) sobretodo en Tíbet, donde los métodos han proliferado grandemente. Entre otras cosas porque casi siempre es un medio indirecto. Casi nunca atacaremos el problema de *tanha* de forma directa, por voluntarismo, como en el cristianismo por ejemplo donde se nos pide que no pequemos por voluntad férrea.

Así que a partir de aquí, hablaremos métodos posibles, habiendo muchos igualmente válidos. Entiende también que contrastar entre métodos basándonos en si lo que dicen es «una verdad» o no, es un error, pues son métodos. En algunos casos pueden incluso usar alguna falsedad menor para ayudarte, aunque eso será raro, pero hay casos como en el tantrismo donde sin duda ocurre eso.

Tampoco es que haya estrictamente métodos mejores que otros. El mejor método es el que se adapte mejor a ti, a tu situación, pero claro, no es trivial acertar con eso... es casi azar...

Haremos un repaso breve de métodos o doctrinas para luego centrarnos en uno. Aunque antes pasaremos también por los sellos de realidad, pues son fundamentales.

Respecto a la distinción entre doctrina y método, en algunas ocasiones van juntos (una doctrina igual a un método) y en otros casos no. Por ejemplo Zen Soto es doctrina y método propio, como Zen Rinzai o Theravada. Kagyu, Nyingma o Gelug son doctrinas, mientras que Mahamudra, Dzogchen o Tantrismo son métodos, van por separado y son intercambiables, por ejemplo hay meditadores Mahamudra que son Kagyupa (gente Kagyu) y otros Gelugpa.

Nirvanas y Samsara, fruición

Aunque aparentemente hay un solo Samsara, el budismo plantea diversos Nirvanas por raro que eso parezca.

Hemos hablado antes y en detalle, de los diferentes nirvanas [aquí](#) así que ahora solo esbozaremos superficialmente (como estamos haciendo en todas estas entradas) esos nirvanas para dar una visión amplia de los términos que se usan en el blog y en budismo.

Por Nirvana entendemos la cesación del sufrimiento, la definición del budismo es clara y no es ningún samadhi, ni conectar con dios, ni no-dualidad, ni siddhis o poderes, gozos, entendimientos, realizaciones, kenshos, ni otras muchas cosas que puedan sonar atractivas y hasta

necesarias o relacionadas de cerca, pero no son Nirvana (o Nibbana, como gustes).

Con esa definición tenemos:

1. Nirvana con residuo. Aquel que se obtiene en meditación y se pierde al salir de ella.
2. Nirvana adquirido o sin localización (nonabiding). Aquel que se obtiene en vida pero también fuera de meditación.
3. Nirvana natural. El estado base de todo ser que no sufra de ignorancia (podría aplicar a seres vivos sin cognición, por ejemplo). Usado poco y solamente en Mahayana aquí y allá.
4. Parinirvana o nirvana sin residuo. Estado o situación de un Buddha tras su muerte.

Cada doctrina hace foco en diferentes nirvanas, cuanto más se tienda a la cesación de las influencias externas que generan *tanha* (sed, deseo), más se hablará de parinirvana y nirvana con residuo, pues son los dos que implican una mayor cesación de las puertas sensoriales.

Cabe decir que «cesación del sufrimiento» es una situación que tiene grados, así muchos practicantes podrían afirmar que el sufrimiento ha cesado en un primer jhana o samadhi. Y en cierta manera tienen razón, no se sufre. Por eso el primer nirvana comentado, el que ocurre en meditación, es algo nebuloso y que casi todo aquel que ha obtenido una absorción meditativa sólida y profunda podría reclamar. Es algo bastante discutible. Para mi no es nirvana en absoluto, ni el octavo jhana, ni Nirodha samadhi, ni ninguna situación de la que salgas y pierdas esa liberación del sufrimiento, pero bueno... no se puede negar que estás un ratito sin sufrir.

El Nirvana adquirido es el nirvana del que hablaremos siempre que se trate de «convertir samsara en nirvana». Y es la idea de vivir esta vida sin sufrimiento. Nada más y nada menos. Sería el Nirvana objetivo del budismo más secular, pues seguramente no se cree en los renacimientos y lo que debemos rectificar es esta vida ignorante.

El nirvana natural es apenas más que una declaración de intenciones y no creo que aporte demasiado más que para los teóricos del budismo.

Y el paranirvana el mayor de los misterios, aquello que vive un Buddha tras morir y no renacer. Estado del que no sabría decir nada y casi nadie ha podido decir nada.

Cambiando algo de tema, por fruición en budismo se entiende todo aquello positivo que se deriva de la adquisición de algún nivel de sabiduría budista, es decir, el «vivir mejor» que obtenemos progresivamente a medida que avanzamos en la senda budista. Incluso desde los primeros estadios. Por ejemplo si tu meditación ha pasado de ser una obligación a ser gozosa, eso es también es fruición. No solamente el Nirvana.

Retomando el nirvana, típicamente el budismo primigenio hacía más foco en la cesación y el budismo Mahayana en ese «convertir samsara en nirvana».

Eso es así hasta tal punto, que el Bodhisatva Mahayana renuncia consciente e indefinidamente al parinirvana, que sin embargo es el cúlmen en el budismo primigenio. Así que la diferencia no es menor.

Y eso nos lleva a la necesidad de hablar de Buddhas y Bodhisatvas (y Arahants y Pratyekabuddhas y Sravakas).

Buddhas, Bodhisatvas, Arahants ...

Pues bien, hemos dicho que el Bodhisatva (que completamente realizado es el ideal más elevado del budismo Mahayana) renuncia consciente e indefinidamente al parinirvana (que es el estado más elevado del budismo primigenio).

¿Y eso por qué? ¿qué sentido tiene eso? ¿no es contradictorio?

Empecemos entendiendo que se quiere decir por Buddhas, Bodhisatvas, Arahants, etc...

En budismo primigenio solamente hay un Buddha: Siddharta Gautama.

Y cualquier persona completamente realizada y liberada del sufrimiento se denomina Arahant.

En budismo Mahayana una persona completamente realizada se denomina Buddha, todos ellos. Y además se asume que ya habían buddhas antes de Siddharta.

Ahora bien, en budismo se habla de otros Arya (nobles) que normalmente son personas que han puesto ya un pie firme y vivencial (no teórico) en el camino trascendental budista. Han captado de forma directa la verdad budista al menos en parte. Típicamente eso significa ser al menos Sotapanna en budismo primigenio o bien haber alcanzado el primer suelo o bhumi en budismo Mahayana.

Así un Bodhisatva en el budismo primigenio es alguien simplemente comprometido con el budismo. Un practicante budista. En cualquier estadio, aunque a partir de Sotapanna seguramente se le denomine más bien Arya.

Pero en el budismo Mahayana es además una persona que ha prometido no entrar en el parinirvana hasta haber liberado también a todos los seres sintientes. Y eso es así porque Mahayana eleva a una categoría suprema algo que ya existía inicialmente en el budismo pero quizá no tan potenciado: la compasión.

¿Por qué aparece la compasión en el budismo Mahayana con tanta fuerza?

Cuando hablamos de las emociones en la senda budista ([aquí](#)) dijimos que *grosso modo* teníamos dos grandes opciones:

- Eliminar toda emoción.
- Eliminar solamente las emociones negativas que provoquen dukkha.

Que ocurra una u otra no dependerá de tu gusto sino del método que uses o tus inclinaciones.

Ambas opciones eliminan *dukkha* lógicamente, pero la primera deja un individuo completamente ecuánime y sin apegos, pero también sin intereses o motivación destacable. Recordad que lo que nos mueve son las emociones. Por tanto teóricamente la perfección de esa situación haría que te cayeras al suelo y te dejaras morir, cosa que curiosamente dicen que le pasó a Ramana Maharsi (hasta que lo rescataron), es el ideal de muchos yoguis hindús y creo que está en el fondo de esa terrible tradición budista: la de ser momificado en vida ([sokushinbutsu](#)) una forma de suicidio lento, que aunque surge en tiempos Mahayana tiene una clara orientación hacia la cesación personal y no sigue el ideal del bodhisatva con esa huida precipitada de este mundo.

La hipótesis, y esto solo es una hipótesis, es que ese tipo de situaciones se dieran a menudo en el budismo pre-mahayana, quizá el budismo reaccionara a esta situación hace ya casi dos milenios y como contramedida descubriera que el amor y la compasión permitían seguir ayudando gozosamente al resto de la humanidad mientras *dukkha* quedaba superada también completamente. Ese sería el nirvana adquirido tratado antes y esa es la transmutación de samsara en nirvana.

Y lógicamente una vez transmutado, no hay necesidad de huir de él. De ahí que se plantee ese renacimiento en este mundo una y otra vez caso que fuera posible.

Así el Bodhisatva haciendo su voto y mostrando su compasión da lugar a un modelo de Nirvana notablemente diferente al de la pura cesación en el parinirvana.

Esta doble promesa: de liberación personal y luego global, teñida de compasión, es la mente de Bodhicitta, la mente del Bodhisatva.

Por cierto, que el Bodhisatva completamente realizado se denomina Mahasatva, por si lo leéis por ahí.

Ahora bien ¿es el Mahasatva Mahayana entonces equivalente al Buddha primigenio? ¿Sí, no o ninguna de las anteriores?

Eso nos lleva a la doble realización Mahayana y la razón por la que a veces en Mahayana se habla de Sravakas y Pratyekabuddhas.

Sravakas, pratyekabuddhas, no dualidad y la doble realización Mahayana

Lo primero a decir es que la descripción de Sravakas y Pratyekabuddhas varía ligeramente de un texto a otro. Aquí usaremos una definición que se usa bastante y permite distinguir con claridad la doble realización Mahayana y por qué no siempre se ve exactamente igual un buddha Mahayana y uno pre-Mahayana (antiguamente: Hinayana).

El resumen rápido es que si en Mahayana se considera que para ser buddha hace falta una doble realización y previamente se hablaba de solamente una, y los Sravakas y Pratyekabuddhas son aquellos sabios que solo han realizado una de las dos. Así:

- **Sravaka** significa literalmente simplemente discípulo, y se usa a menudo solamente con ese significado, pero se usa en Mahayana para indicar los practicantes budistas que se centran básicamente en la realización de Anatta o no-yo o como la gustes llamar. En ese sentido se les relaciona también con la doctrinas pre-mahayana. De hecho a menudo se usa como sinónimo de Hinayana (no es correcto, pero se usa). Pero en Mahayana se considera que esto no es suficiente.
- **Pratyekabuddha**, significa literalmente «buddha solitario» pero se refiere típicamente a sabios que no han tenido contacto con la enseñanza budista de Anatta o bien no la aceptan, y por ello, según la tradición Mahayana, realizan que la realidad es insubstancial de una forma u otra (por ser un sueño, por ser mente, por estar vacía de entidades, etc...) pero no realizan Anatta por las razones que sean. Así por ejemplo un sabio advaita o neo-advaita es un pratyekabuddha para el budismo, pues mantienen la visión de atman, de identidad separada, pero realizan la realidad como un espejismo o sueño.

Vistos estos dos términos, ya es evidente cual es la doble realización Mahayana:

- Realizar Anatta/anatman en uno mismo.
- Realizar todo fenómeno como insubstancial (por una razón u otra). Sunyata, si quieres, aunque hay otras opciones.

Así el budismo Mahayana considera que hay que realizar ambas cuestiones para poder considerarse Buddha. Tanto sujeto como objetos deben verse como insubstanciales y en cierta manera, falsos (pero también en cierta manera existentes).

Esto no es nuevo pues en los sellos de realidad ya hablamos de la insubstancialidad de la realidad como una de las realizaciones relevantes.

De hecho, por ejemplo en el modelo de los diez bhumis del bodhisatva, Nagarjuna afirma que tras el séptimo bhumi, el bodhisatva ya ha ido más allá que los Sravakas y podría obtener su nirvana si quisiera, pero no lo hace para dar cumplimiento a la liberación del resto de seres sintientes.

Mahayana por otro lado afirma, que el progreso hasta la budeidad completa, está condicionado por la compasión, sin ella es imposible. No hay doble realización Mahayana sin compasión, eso es así porque tal como se ha dicho, si no hubiera tal compasión antes de completar el camino Mahayana el practicante entraría en parinirvana pues nada le retiene aquí, y por tanto aquí acaba su senda.

Lo cual es decir lo mismo pero de otra manera, que cuando afirmábamos que hay que mantener emociones positivas (amor, compasión...) para evitar una realización demasiado ecuánime que no nos permita seguir en este plano de realidad.

Es esta doble realización de sujeto y objetos vacuos, la que convierte el budismo Mahayana en no-dual, pues no diferencia esencialmente el sujeto de los objetos, son esencialmente lo mismo y por tanto no hay dualidad, no hay entidades separadas por lugar alguno. Solo hay universo en movimiento. Y el movimiento ocurre por origen inter-dependiente (que ya hemos comentado antes).

Y con esto ya acabamos esta serie (a menos que queráis añadir puntos a comentar).