

¿QUÉ ES PRAJNA?

Prajñā (sánscrito) o paññā (pali) se puede traducir como «sabiduría», «comprensión», «discernimiento» o «saber hacer». Podemos definirlo como:

En budismo, se refiere especialmente a la sabiduría espiritual basada en la realización directa de alguna de las verdades y principios budistas, la asimilación de conceptos como el de transitoriedad, surgimiento dependiente, anātman (insustancialidad), Shunyata (vacío), etc.

Prajñā es la sabiduría que es capaz de extinguir las klesa (aflicciones) y llevar a la liberación.

Hasta aquí la definición más o menos standard (de wikipedia). Pero vamos a aterrizarla un poco.

Primero, prajna es saber o conocer o entender o darte cuenta de algo, es sabiduría o comprensión. Si no te parece que aprendes algo o entiendes algo a un nivel u otro, no te engañes, no ha habido adquisición de prajna. Ha pasado alguna otra cosa, quizá relevante pero otra cosa.

Segundo, por «realización directa» se entiende «no mediado por palabras o símbolos», es decir no-conceptual. Es «ver» algo con claridad o un «saber hacer» nuevo como bien dice la wikipedia, por eso prajna es fundamental en la fase de «el ver» (tercer camino tibetano). También el Sotapanna (el que ha entrado en la corriente en budismo primigenio) tiene como una de sus características principales «entender completamente» Anatta y también el 1er Bhumí del Bodhisatva es tener una primera visión de vacuidad.

Existe y es necesario el entendimiento intelectual o conceptual pero de los dos el de mayor relevancia será siempre el no-intelectual, siendo el intelectual simplemente la ayuda para dirigirnos hacia el otro (establecimiento de la visión correcta o punto de vista correcto).

El entendimiento no-conceptual puede tomar diversas formas, algunas seguramente nos sorprenderán, porque normalmente tenemos una idea de lo que es «saber/conocer/aprender» que es tremendamente simbólica, es decir, mediada por símbolos.

Algunas de estas formas serían:

- Cognitiva: Entendimientos que no sabemos expresar con palabras (típicos de los momentos eureka vistos hace poco).
- Comportamental: Nuevas formas de actuar y vivir espontáneamente más alineadas con nuestra integridad (y sus emociones asociadas). Acciones que incluyen la meditación.
- Trasformativa. Cambios en la estructura de la mente.

Vamos a ver qué es cada caso.

Lo primero, el evento cognitivo, es entendimiento no-conceptual fruto de un momento eureka. Es el resultado típico de los koans y de otros momentos cumbre de entendimiento profundo.

Típicamente los otros dos tipos de adquisición de prajna pueden iniciarse también con un momento eureka, aunque no siempre. En sendas graduales ocurrirán típicamente sin el evento eureka inicial.

Lo segundo, la sabiduría comportamental, es justo eso, como cuando aprendemos a no reaccionar con emociones negativas ante eventos externos. O cuando aprendemos a calmarnos rápidamente o a meditar correctamente. Incluso un jhana surge de ese tipo de cambios, en este caso aprendiendo a concentrarnos correctamente. También el cumplimiento ético espontáneo, etc... son resultado de cambios comportamentales.

En este caso la metáfora no espiritual sería: cómo aprender a ir en bicicleta...

En las sendas de budismo primigenio (Theravada, por ejemplo) este segundo factor de prajna, siendo gradual en su caso (lo es casi siempre), es muy relevante y el primero en cambio, se trata muy poco.

Mientras que quizá en Mahayana se tiende a dar más importancia al tercero que ahora veremos, y a veces, en mi opinión quizá algo exageradamente (como con la proliferación de koans), al primero. El caso más radical de sobre-exageración del primero sería toda doctrina que afirme la posibilidad de budeidad súbita y completa (sin necesidad de cultivo previo o posterior).

Y llegamos al tercer caso que es muy relevante en Mahayana, pues una de las bases del mismo (sobre todo por influencia Yogacara) es que las transformaciones mentales son claves para el progreso espiritual acelerado (que dé tiempo a dar frutos en una sola vida).

Estas transformaciones suelen ser tan relevantes que definen los estadios de progreso en doctrinas como Mahamudra, con los cuatro yogas. Realizar rigpa en Dzogchen, también lo es, Kensho y Satori lo son, etc...

Son Realizaciones con mayúscula, porque también suelen ser un evento puntual pero además transforman la mente, a veces de forma sutil y a veces de forma nada sutil. Esa transformación es sólida, no es un evento puntual, permanece. Dependiendo del caso quizá se pierda más adelante o sea para siempre, pero no es solamente el evento puntual.

A veces es difícil caracterizar, describir esos cambios. Lo mismo encontrarás el mismo cambio transformativo descrito como «Realizar Atman» en términos no budistas que como «Realizar la vacuidad de la mente». Y otros maestros más modernos dicen y decimos «la capacidad de la mente (awareness realmente) para no apegarse a ningún contenido concreto», etc...

Es interesante ver que a pesar de que muchas de estas realizaciones tienen la componente cognitiva del «siempre fue así», la realidad es que la mente ha cambiado y que solo tras cambiar puede verificar que «siempre fue así».

Así que en cierta manera «no siempre fue así», pero en cierta manera se puede decir lo contrario. Y si no entiendes esto, bueno, cuando realices entenderás. Tampoco es tan importante.

Ponemos ejemplos de todo esto, en este caso sobre la ausencia de sujeto:

1. Cognitivo. Si súbitamente entiendo la ausencia de sujeto completamente, sin dudas, y me doy cuenta de que eso es muy difícil de explicar a otros. Estamos en el primer caso.
2. Comportamental. Si mis acciones demuestran ausencia de egoísmo de forma espontánea y sin reticencias, reflexión o esfuerzo (que no significa entregarse a los demás y que hagan contigo lo que quieran, esto no es cristianismo, sino ser ecuánime entre lo propio y lo ajeno). Estamos en el caso dos.
3. Trasformativo. Si mi mente cambia y lo que queda es una mente ya sin sujeto aparente se mire como se mire. Eso es el tercer caso (y tampoco es fácil explicarlo con palabras).

Seguramente si tenéis un bagaje espiritual amplio habréis visto o leído (¡o vivido!) casos de los tres tipos.

En los tres casos consideramos que «eso» es prajna, aunque en el tercero quizá no siempre se considere así en todas partes sino que se lo coloca en el nivel superior (en el de los resultados y fruición).

Es discutible si en el tercer caso, se puede llegar a él por otros medios que no sean prajna (sabiduría) como por ejemplo por entrenamiento de la mente no basada en prajna como samatha y zazen sin prajna.

Es posible, pero estoy convencido de que incluso si eso es posible (que no lo sé), ocurrirá de forma mucho más eficiente si además se añaden prácticas de prajna (típicamente vipssánicas aunque no siempre). Además muchos maestros del pasado han dicho que no es posible, por ejemplo se dice con claridad en el Zuochan Ming que vimos hace unos días:

Sin sabiduría, ni siquiera verás una sombra durante años.

Por desgracia, este estar sentado firmemente en la oscuridad profunda es como la muerte.

Incluso después de miles de años, seguiría siendo exactamente lo mismo.

Si crees que esto es el chan/zen, nunca entenderás por qué Buda levantó una flor y sonrió.

Así que mi opinión es que muy probablemente si tu camino no incluye prajna será mucho más lento. Quizá demasiado para notar demasiados cambios en una vida.

También puede pasar un evento que contenga los tres puntos, sería un evento espiritual relevante. Aunque la parte comportamental yo diría que siempre va a ser gradual.