

APRENDER A VIVIR: EMOCIONES, RELIGIOSIDAD Y CONOCIMIENTO DEL MUNDO EN EL BUDISMO DE LA SOKA GAKKAI ARGENTINA

Denise Welsch*

Title: LEARN TO LIVE: EMOTIONS, RELIGIOSITY AND WORLD KNOWLEDGE IN SOKA GAKKAI OF ARGENTINA

Summary: Although the anthropological study of emotions dates back several decades, studies related to its presence and uses in religious groups are more recent and with little development in Argentina. This paper contributes to the efforts to understand how emotions are evoked as part of religious practices by analysing Soka Gakkai International of Argentina's (SGIAR) Buddhism. My general argument is that Buddhism operates as a knowledge system that provides a set of conceptual tools that allows its practitioners to transform their subjectivities. I will stress the role that emotions have in this process, and how they are locally conceptualized according to some key Buddhist concepts, such as the ten states of life, karma, and the principle of oneness of individual and environment. This religious practice involves a process of emotion rationalization by classifying them in terms of upper and lower emotions. The incorporation of this worldview shapes SGIAR member's perceptions about themselves and others, as well as their decisions about how they should relate to them. These ideas about emotions, as both a goal to achieve and a means to do it, together with the Buddhist ritual practice, allow members to resolve and overcome difficult situations, feeling better and happier about themselves.

Key words: Buddhism, religion, Soka Gakkai, emotions

Resumen: Si bien el estudio antropológico de las emociones se remonta a varias décadas atrás, su vinculación con el de la religiosidad es más reciente y aun de poco desarrollo en Argentina. Este trabajo se propone contribuir a los esfuerzos por comprender los modos en que las emociones son evocadas como parte de las prácticas religiosas a través del caso del budismo de la Soka Gakkai Internacional de Argentina (SGIAR). El argumento general es que el budismo funciona como un sistema de conocimiento sobre la realidad y el ser que brinda a sus practicantes herramientas conceptuales que les permiten transformar su subjetividad positivamente a través de la reflexión sobre sus formas de actuar y de reaccionar ante diversas situaciones. Me centraré en el lugar que ocupan las emociones en este proceso y el modo en que son conceptualizadas localmente en función de algunos conceptos budistas clave: los estados de vida, el *karma* y el principio de unidad entre sujeto y entorno. Esta práctica religiosa conlleva un proceso de racionalización de las emociones al aplicar sobre ellas una clasificación que las categoriza en términos de inferiores y superiores. La incorporación de esa cosmovisión modela no solo la autopercepción de los miembros de SGIAR y el camino que seguirán, sino sus formas de percibir a los demás y de vincularse con ellos. Estas ideas sobre las emociones,

* Instituto de Ciencias Antropológicas, Facultad de Filosofía y Letras, Universidad de Buenos Aires E-mail: welschde@gmail.com

con su doble rol de meta a alcanzar y de medio para hacerlo, así como la práctica ritual budista, permiten a los miembros de SGIAR destrabar conflictos y superar obstáculos, logrando sentirse mejor y más felices.

Palabras clave: budismo, Soka Gakkai, emociones, religión.

Introducción

Los estudios antropológicos sobre las emociones tuvieron su puntapié inicial durante la década de los 80, cuando varios autores de la vertiente culturalista norteamericana se mostraron críticos ante el modo en que estas venían siendo consideradas desde un paradigma que las posicionaba como algo fisiológico. Si las emociones eran universales, producto tan solo de la constitución biológica del ser humano, las ciencias sociales nada tendrían que ver con ellas. Otros autores las consideraron como productos psíquicos, lo que también las dejaría fuera del ámbito de los estudios sociales. Estas perspectivas presuponían dicotomías que oponían de un lado a lo biológico, irracional, pre-social, psíquico, emotivo, y del otro, a lo social, cultural, racional, cognitivo.

Desde una mirada construccionista y culturalista de las emociones (Lutz, 1986; Lutz y White, 1986; Rosaldo, 2011) se criticó la proyección de las categorizaciones occidentales sobre otras sociedades cuyas formas de conceptualizar el mundo poco tenían que ver con aquellas, además del modo en que se naturalizaban desigualdades sociales como las de género. Michelle Rosaldo (2011), entre otros, se basó en la teoría interpretativista de la cultura de Clifford Geertz (2003a) para afirmar que las emociones son construcciones culturales, cuyos significados varían de una sociedad a otra y por lo tanto son aprehensibles en la medida en que se analicen en función de su propio medio cultural. Su

mirada, sin embargo, no dejaba de considerar cierta relevancia de lo físico, al postular que las emociones son “pensamientos corporizados”. En la década de los 90, esta corriente fue criticada por su perspectiva que limitaba las emociones al ámbito del significado. Para John Leavitt (1996) y David Le Breton (1999, 2012) se trata tanto de significados como de sensaciones corporales. Las emociones debían ser consideradas como eventos sociales, con significados dados por la cultura, pero también como algo que se origina en el cuerpo, que se expresa fisiológicamente a través de sensaciones, gestos y otras formas corporales no verbales. Siguiendo a Marcel Mauss (1979) con su trabajo pionero sobre la expresión obligatoria de las emociones, argumentaré que, a pesar del origen y expresión fisiológica de las emociones, es posible ejercer una influencia consciente sobre ellas basada en las concepciones culturales sobre su naturaleza originaria.

La perspectiva que considera tanto los aspectos socioculturales como los físicos es la que encontramos en los estudios que analizan las emociones en relación con fenómenos religiosos y espirituales en Argentina. Catón Carini (2009) analizó el modo en que, a través de las prácticas corporales rituales, los practicantes del budismo zen aprenden a controlar el sufrimiento y el dolor físico y espiritual. Algo similar es lo que encontró Agustina Gracia entre miembros del movimiento neohinduista *El Arte de Vivir* (2014) y los practicantes del

grupo Nueva Era Llave Mariana (2018). En todos estos casos, las concepciones religiosas acerca de la naturaleza del sufrimiento y de la constitución del ser articuladas con técnicas corporales específicas tienen un rol fundamental en las explicaciones que dan las personas al reflexionar sobre los cambios positivos que lograron. Por su parte, Nicolás Viotti (2009), ha indagado sobre estas cuestiones en grupos católicos carismáticos y Nueva Era, donde la libre expresión de las emociones, en particular del llanto, es promovida y valorada positivamente como señal de la presencia de lo sagrado. Como nota Viotti (2017), las emociones, y podemos agregar la corporalidad, parecen tener un papel importante en los “nuevos modos de creencias”, donde ambas cobran una mayor relevancia a la par del trabajo reflexivo, la interioridad y la búsqueda del bienestar. Este artículo contribuye al estudio de estas nuevas formas de religiosidad que parecen extenderse cada vez más en nuestra sociedad. Asimismo, es un aporte a los estudios sobre la Soka Gakkai, ya que no contamos con trabajos que analicen sus prácticas desde esta mirada.

Me gustaría empezar retomando una pregunta que plantea Michelle Rosaldo (2011) acerca de cómo se construyen los *selves*, afectos y personas en un medio cultural particular. Para esta autora, las acciones y los comportamientos son formas de crear las comprensiones de sí, que se dan siempre en el marco de experiencias en un mundo de significados, imágenes y lazos sociales. “La cultura”, sostiene, “es el lugar de creación de nuestras subjetividades” (2011, p. 99). Esta afirmación es pertinente para plantear la hipótesis que guía este trabajo: que la práctica religiosa, con sus símbolos, prácticas y redes

de sociabilidad, es un espacio donde los creyentes reconstruyen sus subjetividades al apropiarse, resignificar y corporizar concepciones acerca del mundo y del ser con el objetivo de mejorar sus vidas. Como en los grupos estudiados por los autores mencionados, en el budismo *Soka* practicado en la Soka Gakkai Internacional de Argentina (en adelante SGIAR) las emociones tienen un rol central. Son constitutivas del ser, por lo que el trabajo para controlarlas y manipularlas permite cambiar rasgos de la vida personal. -

Empezaré por describir brevemente algunos aspectos de la historia de la Soka Gakkai y el lugar ocupado por las emociones a lo largo de ella. Haré luego un repaso por algunas nociones clave de la filosofía budista (1) para entender cómo se conceptualiza a las emociones y el modo en que esta cosmovisión opera como una forma de organizar la experiencia y las relaciones con el mundo. Por último, me referiré a las ideas implícitas en la concepción que los miembros de SGIAR tienen de las emociones, que nos permiten inferir una caracterización local de las mismas como naturales, racionalizables e instrumentales, estrechamente vinculada con la capacidad de transformar el *self* positivamente. Esta investigación se basa en mi trabajo de campo etnográfico con miembros de SGIAR iniciado en el año 2010, que incluye la observación participante en distintas instancias de práctica religiosa y otras actividades de difusión organizadas por la institución, así como entrevistas abiertas y semi-estructuradas a sus miembros. Dada la complejidad de la filosofía budista, me apoyo asimismo en los materiales de estudio publicados por la Soka Gakkai y en trabajos académicos sobre la historia y filosofía

budista.

De la educación para la felicidad al budismo por la paz

La Soka Gakkai es una organización budista japonesa, conformada originalmente por pedagogos en busca de una reforma educativa. Más tarde pasó a ser una organización religiosa abierta al resto de la sociedad donde la práctica y el estudio del budismo se convirtieron en su razón de ser. Estos cambios en su desarrollo marcan también nuevas maneras de pensar las emociones, en especial, la felicidad.

Para el fundador de la, por entonces, Soka Kyoiku Gakkai (“Organización pedagógica para la creación de valor”), el maestro y director de escuela Tsunesaburo Makiguchi (1871-1944), la educación debía promover valores como la solidaridad y la armonía, desarrollando los potenciales de los niños de manera que se conviertan en adultos felices. Makiguchi había entrado en contacto con el budismo de Nichiren Daishonin poco antes de fundar la organización en 1930, y lo abrazó al encontrar en este los mismos ideales que tenía él. En ambos casos, el objetivo era la felicidad que, de esta forma, aparecía con un fin a lograr mediante la educación y el budismo (Gancedo, 2015; Pereira, 2001; SGI, 2013).

Años más tarde, luego de los años conflictivos que culminaron con la Segunda Guerra Mundial y el cierre de la Soka Kyoiku Gakkai, el discípulo de Makiguchi y también docente Josei Toda (1900-1958) reconstruyó la organización, pero cambiando el eje a la práctica y difusión del budismo. En adelante, la “misión” de los miembros de la nueva Soka Gakkai

(“Organización para la creación de valor”) sería luchar por la paz del mundo o *kosen-rufu*. Esta se lograría una vez que todas las personas hayan abandonado su egoísmo y alcanzado la felicidad, algo posible mediante la práctica del budismo Nichiren. Desde entonces, la felicidad no es solamente el fin de la práctica budista, sino un medio para el objetivo final de la paz (Welsch, 2018a).

Con la asunción del discípulo de Toda, Daisaku Ikeda (1928), en 1960 como tercer presidente de la organización, se inició el proceso de expansión global que llevaría, en 1975, a la creación de la Soka Gakkai Internacional (SGI). Esta funciona como articuladora de las sedes de todo el mundo, y también como promotora de los valores “humanistas” heredados de Toda: la paz y la lucha por el desarme nuclear, así como la defensa de los derechos humanos, el medio ambiente, la educación y la cultura (Bornholdt, 2008; Welsch, 2020).

La sede argentina se fundó en 1964 (Gancedo, 2015) y cuenta actualmente con una sede central en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, y varios centros culturales en distintos puntos de la Provincia de Buenos Aires y del resto del país. Su práctica principal es el *daimoku*, la entonación continua del mantra *nam myoho renge kyo*, que se realiza a diario de manera individual (Gancedo, 2012; Welsch, 2016). Los miembros de la organización se reúnen semanal y mensualmente en grupos llamados *han* (2). Estas reuniones se realizan en el domicilio de los miembros. En ellas, luego recitar conjuntamente el *daimoku*, se estudian los conceptos e hitos más importantes del budismo Nichiren y se comparten *experiencias* (3) personales con el budismo. Es en estas instancias donde las

historias de las figuras principales del linaje budista son recuperadas como modelos ejemplares de conducta y de aplicación de conceptos (Gancedo, 2013) a las experiencias de cada uno, lo que habilita un espacio de intercambio sobre los sentidos que se les atribuyen.

Aquí es donde la cuestión de las emociones se hace más visible, tanto en las *experiencias* narradas como en los consejos solicitados y orientaciones dadas a quienes estén lidiando con algún conflicto. Cabe destacar que el *diálogo* (entre miembros o con quienes estén camino a serlo) es parte fundamental de la práctica budista y el mecanismo de transmisión de saberes más común. No se da solo en reuniones, sino que se fomenta el contacto sostenido entre los responsables del *han* y de los demás grupos con el resto de sus integrantes. Esto nos permite apreciar la importancia de las relaciones sociales en la identificación e interpretación de varias cuestiones que afectan la vida, entre ellas, las emociones. Las personas experimentan emociones de todo tipo, pero es en este marco que los practicantes de este budismo buscan darles sentido para poder actuar sobre ellas.

Las emociones en el budismo

La cuestión de las emociones está presente en el budismo desde sus inicios (4). El príncipe Shakyamuni inició su camino de búsqueda luego de conocer la existencia de los sufrimientos de la vida: el nacimiento, la vejez, la enfermedad y la muerte. La idea de liberarse de estos sufrimientos lo impulsó a probar las diversas técnicas acostumbradas en su época, llegando finalmente a la iluminación. Tras ese despertar, comenzó a difundir lo que había

aprendido: que la existencia está gobernada por relaciones de causa y efecto simultáneas; que el dolor es inherente a la vida porque el efecto del nacimiento es el apego a este mundo; y que a pesar de ello puede ser superado mediante la práctica del Óctuple Camino. El concepto de *karma* aparece así en el budismo como referencia a la acumulación de causas en la vida de una persona. Si estas son negativas, lo será también el *karma* y por lo tanto los efectos de las acciones.

El budismo postula la posibilidad de “limpiar” el *karma* a través de las buenas acciones y de las prácticas promovidas por el Buda (el “Iluminado” o “Despierto”), asegurando la reencarnación en un mundo igual o superior (pero no inferior, por ejemplo, como animal) que permitirá, luego de varias vidas, romper con el ciclo de reencarnaciones y liberarse completamente del sufrimiento. Estas enseñanzas del Buda se difundieron rápidamente, llegando a reunir en su comunidad (*sangha*) una gran cantidad de hombres y mujeres buscando liberarse del dolor.

Tras la muerte del Buda, sus discípulos siguieron transmitiendo las enseñanzas que habían recopilado oralmente bajo la forma de *sutras*, pero con el tiempo las diferencias en las interpretaciones y las condiciones cambiantes de las sociedades en que se estaban difundiendo llevaron a la creación de diversas tradiciones. La corriente Mahayana (Gran Vehículo) se difundió principalmente por China, Corea y Japón. Varias de sus escuelas consideran el Sutra del Loto como el más importante, por ser allí donde se postula que todas las personas poseen inherentemente la naturaleza de Buda. Esto significa que el estado alcanzado por Shakyamuni

es accesible para todos (a diferencia de la otra gran corriente, Theravada, que aspira a lograr la santidad y convertirse en *arhat*). Seguir el “camino del Bodhisattva” es dedicar la vida al logro de ese objetivo. El Bodhisattva, sin embargo, se caracteriza por un inmenso amor compasivo hacia todos los seres que lo hace postergar su propia iluminación para ayudar a otros a encaminarse hacia ella. La figura del Bodhisattva se transformó así en uno de los ideales del budismo Mahayana.

En China, la escuela T’ien T’ai (s. VI) desarrolló la concepción de los “diez estados de vida” o “diez mundos” basándose en el Sutra del Loto. De orden ascendente, son: 1. estado de infierno; 2. hambre o de las entidades hambrientas; 3. animalidad o de los animales; 4. ira o de los *asuras*; 5. humanidad o de los seres humanos; 6. éxtasis o de los seres celestiales; 7. aprendizaje o de los que escuchan la voz; 8. comprensión intuitiva o de los que toman consciencia de la causa; 9. Bodhisattva; 10. budeidad. Estos “mundos” eran planos de la existencia habitados por los diferentes tipos de seres mencionados. Los seres humanos habitan en el de los humanos, pero de acuerdo con el *karma* acumulado pueden reencarnar en otro mundo. Si reencarnan como animales, habitarían en el mundo de los animales, así como de hacerlo como un Bodhisattva lo harían en el mundo de estos.

Según T’ien T’ai, los diez estados son inherentes a todos los fenómenos y se refieren a las formas en que se manifiesta la vida. En un mismo instante, aunque se manifiesta solo uno, una persona posee todos los estados en forma potencial, ya que cada uno de ellos se contiene a sí mismo y a todos los demás. A su vez, los

estados se manifiestan en los “diez factores de vida”, que se refieren a los aspectos invariables de la vida: apariencia, naturaleza, entidad, poder, influencia, causa interna, relación, efecto latente, efecto manifiesto, coherencia de principio a fin.

Los estados de vida y los factores son parte de una concepción más amplia, los “tres mil aspectos en un solo instante de vida”. Este sistema “contiene una visión del mundo que explica el vínculo de inclusión mutua que hay entre todos los fenómenos y la realidad suprema de la vida” (Ikeda, 2019, p. 120). No ahondaremos sobre esto, pero es importante notar que los factores explican, según la ley de causalidad, la conexión entre los estados manifestados y la realidad circundante. Es decir, una persona que manifiesta un estado de ira influirá sobre su entorno, al mismo tiempo que las condiciones de este influyen sobre ella. A esto se refiere el principio de unidad entre sujeto y entorno (*esho funi*). Por esto, se afirma que es importante cultivar los estados altos para evitar ser afectado negativamente por un entorno hostil. El punto fundamental de esta concepción es que afirma que toda persona contiene, de manera inherente y latente, la naturaleza de Buda. Al manifestarla, uno logra elevarse por encima de esa hostilidad sin dejarse llevar por ella y manteniendo un estado de vida elevado.

Esta concepción fue retomada por Nichiren Daishonin (1222-1282), formado y ordenado monje en la escuela Tendai (versión japonesa de T’ien T’ai). Tras un exhaustivo estudio del Sutra del Loto, Nichiren “reveló” en 1253 que la manera más eficaz de manifestar esa budeidad innata era la invocación del nombre del *sutra* y la devoción a él: *nam myoho rengue*

kyo, o “devoción al Sutra del Loto”. Nichiren proclamó además que esta práctica permitía manifestar la budeidad en la vida presente, y no luego de varias reencarnaciones. Desde esta perspectiva, la fe y perseverancia en la práctica del Sutra del Loto (la práctica del *daimoku*) permiten lograr una felicidad absoluta (en oposición a la felicidad efímera y superficial que se experimenta al conseguir algo material), identificada con el estado de Buda al alcance de cualquier persona abocada a dicha práctica. Ikeda (2004) aclara que este estado implica el logro de una felicidad y sabiduría que se caracterizan por estar siempre orientadas hacia el bien común y no hacia una actitud egocéntrica del individuo cerrado en sí mismo.

Estos contenidos son los estudiados durante las reuniones en la Soka Gakkai, sobre la base de numerosos libros publicados por Daisaku Ikeda. En estos retoma las ideas de Nichiren explicándolas de manera más sencilla para personas sin conocimientos previos de budismo y adecuándolas a la vida contemporánea. Ikeda ofrece una versión psicologizada de los diez estados y los presenta como estados interiores a las personas, y no ya como mundos físicos externos.

Ordenar, clasificar y actuar: los diez estados bajo una perspectiva simbólica

Dentro de los estudios simbólicos de la antropología, quiero recuperar algunos aportes de trabajos clásicos que considero relevantes para este caso. En primer lugar, la definición de religión dada por Clifford Geertz (2003a) tiene elementos clave para analizar la concepción de los diez estados: la religión como

una descripción del mundo, que lo ordena y modela, al mismo tiempo que posiciona al ser dentro de esa realidad cósmica y le “dice”, en función de dicha posición, cómo actuar frente a ella. Hay entonces una introducción de orden en el caos (como planteó también Levi-Strauss [1995] en referencia al mito) y una idea del conocimiento como motor de acción. Tanto para Geertz (2003b) como para Turner (2013) los símbolos religiosos vehiculizan significados de índole emotiva, normativa y moral. Desde esta mirada los símbolos informan aspectos de la realidad que permiten evaluar y orientar la conducta humana. Sumando a Leach (1985), la introducción de orden es al mismo tiempo la introducción de relaciones jerárquicas entre aquello que se ordena, lo que permite a la persona conocer su “posición metafísica” dentro de un esquema de cosas.

Estas ideas permiten pensar el modo en que los miembros de SGIAR utilizan de manera práctica la noción de los diez estados y las emociones que los caracterizan. Estas interpretaciones parten de sus lecturas y conversaciones sobre estos temas, por lo que en lo que sigue retomo también esta base y algunas consecuencias que ellos extraen y comparten durante las reuniones.

Como se puede inferir de sus nombres, hay estados que se identifican con emociones negativas relativas al dolor y al sufrimiento y otros donde predominan las emociones positivas. Se los clasifica en base a esta diferencia, y desde esa clasificación las personas organizan la realidad y sus relaciones con el mundo.

Los primeros cuatro son los “cuatro estados inferiores”, y quien los manifiesta se encuentra agobiado por la ira, el deseo, la angustia, depre-

sión, e insatisfacción constante. Los estados de humanidad y éxtasis se suman a los anteriores formando los “seis estados inferiores” y se caracterizan por la calma y alegría efímera. Estas emociones son acompañadas por el predominio de la razón y un esfuerzo por el “dominio del yo” (Ikeda, 2019, p. 131). La calma es producto del conocimiento de que se puede superar las emociones negativas, y la alegría del estado de éxtasis es resultado de haber alcanzado algún objetivo (material o espiritual). Si bien genuinas, ambas pueden desaparecer fácilmente por influencia de un entorno hostil, lo que los convierte en estados de gran fragilidad para la persona que puede volver a caer en la ira y depresión.

Los restantes son los “cuatro estados superiores”. En ellos se comprenden aspectos de la realidad última. Los de aprendizaje y de comprensión intuitiva (“los dos vehículos”) refieren a las formas de comprender las verdades del budismo, una mediante el estudio y la escucha, la otra mediante la intuición. Por último, los estados de Bodhisattva y la budeidad se caracterizan por el desarrollo de un gran amor compasivo y benevolencia hacia todos los seres. La felicidad absoluta, que caracteriza al Buda, es duradera e incorruptible, y Nichiren la identifica con la realidad suprema de la existencia.

Esta clasificación ordena las cosas, explica cómo se relacionan entre sí y las jerarquiza entre inferiores (negativas, no deseables) y superiores (positivas, deseables):

“Tenemos diez estados, la tendencia normal de los individuos son los estados bajos, para poder elevarse a los estados que son el

bodhi [iluminación], budeidad, hay que hacer un esfuerzo conjunto. Es como un gimnasta que no ejercita todos los días, no progresa nunca, porque los músculos se atrofian, vuelven a estar como antes... Y esto es igual, la práctica es para mantener el estado de buda, va subiendo escalones, y a medida que va subiendo hay que mantener, si no baja y vuelve al estado bajo, infierno, hambre, animalidad, ira...” (Graciela, 52 años, empleada administrativa; septiembre 2010).

En primer lugar, identificar el estado manifestado permite hacer una evaluación de la vida propia, entender el porqué de las circunstancias que se atraviesa e introducir un horizonte al que encaminarse: la budeidad, la felicidad absoluta. Aquí hay un matiz moralizante sobre lo que sería bueno y correcto para uno mismo. En segundo lugar, afirma que todos los fenómenos de la vida operan de la misma forma, por lo que comprender los diez estados equivale a comprender que todas las personas están afectadas por ellos, además de interconectadas. Alguien que se enoja y agrede lo hace por estar manifestando un estado inferior, y eso repercute negativamente sobre su entorno social. Al mismo tiempo, es persona que posee la naturaleza de Buda, aunque no lo sepa. Cuando logra tomar consciencia de ello puede reencauzar sus acciones evitando un conflicto mayor y, posiblemente, mejorar su situación.

El concepto del *karma* está relacionado con estos razonamientos. Cuando Nichiren introduce la idea de que es posible manifestar la budeidad en la vida presente, la transformación del *karma* adquiere una relevancia mayor, ya que los frutos de ese esfuerzo podrán disfrutarse también

en esta vida. Este es un elemento central para los miembros de SGIAR, por poner en primer plano el trabajo de reflexión interior para mejorar las circunstancias de su vida.

“Todo lo que vos hacés hoy, con una acción nueva, es una práctica que empieza a mover ese karma [negativo], y lo empieza a iluminar, empieza a modificarlo, inmediatamente (...) ese daimoku es una causa que vos grabaste, y esa causa, generó un efecto que queda latente, ahí moviste algo en tu causa interna. A medida que uno continúa con esta acción, y comprende cuál es la acción distinta que tiene que ir generando, empieza a deshacer eso (...) [el karma] es neutro, es acción. Si uno acciona bien, tiene buen karma, si acciona mal, tiene mal karma. (...) Uno se puede preguntar por qué me pasa esto a mí, y uno tiene que pensar con qué intención, con qué corazón lo hice. En el fondo, fondo, algo había... pasa que a uno le cuesta... pasa tiempo para que uno pueda comprender los sentidos (...) y ahí uno se pregunta, y ahora ¿cómo camino, quién soy?” (Graciela, 52 años, empleada administrativa; septiembre 2010).

Los significados vehiculizados por el concepto de los diez estados permiten posicionarse en el mundo (Geertz, 2003a), y esta noción de *karma* opera como un regulador moral que permite moverse desde esa posición y orientar la conducta hacia lo que se debe hacer para estar mejor. La idea de que no se requiere una sucesión de reencarnaciones para “limpiarlo”, porque se puede hacer en la vida actual a través de acciones cotidianas (practicar y difundir el budismo, ayudar a los demás, ser

amable con las personas y luchar contra las emociones negativas), es parte del atractivo que los miembros de SGIAR afirman haber encontrado en este budismo.

En todo este proceso, el trabajo de interpretación que debe hacer la persona es clave. Para encontrar la posición metafísica en que se encuentra, de acuerdo con esta suerte de escala de los *estados de vida*, es necesario interpretar los sentimientos y el dolor personal de acuerdo con los contenidos estudiados y discutidos con el grupo. Éste es parte necesaria del proceso (en tanto que es donde los significados se debaten y donde se explica cómo aplicarlos a la vida de cada uno), pero es el sujeto quien en última instancia organiza sus sentimientos y los orienta hacia su noción particular de bienestar. Ese orden se refleja en su realidad: la ira y la angustia vienen del interior (por ser inherentes) y pueden exacerbarse ante un ambiente hostil. Cuando esto sucede y la persona logra tomar consciencia de que puede cambiar esa realidad porque de ese interior pueden manifestarse emociones más beneficiosas, puede modificar su forma de relacionarse con ese entorno y responder de manera conciliadora, respetuosa o más abierta a la escucha. O puede decidir simplemente abandonar la discusión hasta poder controlar su enojo, o, si percibe que la hostilidad no terminará puede irse y moverse a un entorno más armónico.

Le Breton (2012) afirma que las emociones, en cuanto “pensamiento en movimiento” (p. 72), están fuertemente ligadas con procesos de cognición e interpretación de situaciones y que siguen lógicas personales y sociales. Como matices afectivos (p. 71), cambian todo el tiempo de acuerdo con el contexto específico, que a su

vez puede ser modificado por ese cambio. La cosmovisión budista informa la naturaleza de las emociones y los modos en que pueden ser controladas y manipuladas con el fin de alcanzar un estado de vida iluminado modificando con ello el entorno. Las personas, a través del estudio y práctica budista, incorporan estos saberes y los aplican a sus circunstancias, poniendo en acción una cosmovisión que por lo tanto no es meramente descriptiva, sino que, parafraseando a Eliade (1992), está viva y tiene una eficacia ritual (Turner, 2013) concreta a través del *daimoku*, fuerza motora de esta puesta en acción de las categorías.

Mi argumento puede resumirse de la siguiente manera: dentro de este esquema filosófico las emociones son naturales, racionalizables e instrumentales. El budismo funciona como un sistema de conocimiento que brinda los elementos necesarios para habilitar procesos de: 1. identificación y evaluación de la posición personal en relación con una totalidad mayor de la que forma parte inseparable; 2. control de las emociones y reflexión sobre ellas en términos causales; y 3. definición de cursos de acción que las reencaucen hacia una posible resolución del conflicto. En el apartado que sigue recurriré a la evidencia etnográfica de mi trabajo de campo para ver cómo esto opera entre los miembros de SGIAR y el modo en que ellos se refieren a los *estados de vida* en función de sus experiencias.

Las emociones en SGIAR: una guía para aprender a vivir

Los miembros de SGIAR, en su gran mayoría, no provienen de una tradición familiar budista y conocieron esta filosofía durante

su vida adulta, por lo que el budismo *Soka* es identificado con los budismos de conversos (Carini, 2019). Sus concepciones acerca del mundo y del ser se incorporan gradualmente en un trabajo continuo sobre el *self* de conocimiento, reflexión, dominio y cultivo de las distintas emociones que se experimentan en la vida diaria. Las categorías sociales -en este caso religiosas- no están ya incorporadas y en funcionamiento, como pensamientos corporizados (Rosaldo, 2011), sino que están en proceso de aprenderse e incorporarse mediante la práctica del budismo. Para esto son de gran relevancia las reuniones, como instancias de transmisión e incorporación de saberes que permiten la transformación reflexiva del *self*.

Los asistentes regulares a las reuniones semanales son generalmente personas adultas, algunos con muchos años en la organización y otros, la mayoría, con menor tiempo de práctica. Por el contrario, los jóvenes (muchos de ellos miembros desde su adolescencia) que asisten son pocos, aunque sí participan más activamente en otras actividades recreativas y culturales destinadas a ellos. En las reuniones encontramos también a las personas que hacen sus primeros acercamientos a SGIAR y que no conocen el budismo. Por estos motivos se le da un lugar importante al estudio y a la discusión sobre conceptos budistas y cómo aplicarlos. Esto hace que sean esenciales para la transmisión de saberes y, por ende, son también un buen espacio para observar el proceso de aprendizaje e incorporación del budismo.

En las reuniones, luego del *daimoku* grupal, se estudian temas o conceptos que aparecen formulados para la ocasión en los materiales de publicación mensual. La explicación de

conceptos se mezcla con comentarios, bromas, reflexiones y experiencias personales relativas a ellos. En una reunión, mientras leía la descripción de los estados inferiores, una mujer recurría a sus viejas formas de reaccionar como ejemplo:

“este [estado de ira] no lo conocemos, ¿no? ¡No sabemos qué es! [risas, sigue leyendo y comenta] ¿vieron los jefes, que si eeempre tienen razón y nunca van a decir “che, sabés que tenés razón, me equivoqué”? [ríen todos] ¡Cómo me peleaba yo! ¡Tenía la ira...!” (Susana, 55 años, cuentapropista; enero 2015).

Cuando llegó al de éxtasis, un joven contó una *experiencia* reciente:

“A mí me pasó, compré el auto hace poco [habla entre risas; lo interrumpen los aplausos y felicitaciones] ...y resulta que me llega la cuota y me va a aumentar todos los meses porque no eran cuotas fijas [se inclina hacia delante riendo; los demás ríen con él y se escuchan algunas exclamaciones “¡nooooo!”] ¡Pero tengo el auto! [más aplausos]” (Santiago, 25 años, empleado; enero 2015).

Susana introdujo en su explicación sensaciones que había tenido, dando a entender que ya no le afectaban, eran del pasado. Santiago contó entre risas algo que le había sucedido muy poco antes de esa reunión y que podría causar enojo y angustia, pero finalizó su comentario con un tono que mostraba una resignación teñida de satisfacción: había logrado su meta, eso era lo importante, y no el problema del encarecimiento de las cuotas que tendrá que

afrontar. En ambos casos, las risas y el tono jocoso que utilizaron exhibían una alegría que mostraba una superación y despreocupación ante situaciones adversas cotidianas.

En una entrevista realizada unas semanas más tarde, una mujer me relataba cómo la comprensión de conceptos como la ley de causalidad y los diez estados le permitieron transformar su forma de reaccionar y resolver conflictos emocionales y personales. Dicha comprensión, estuvo motorizada por la persistencia con el *daimoku*:

“me lo transmitieron en el momento justo, porque yo estaba... con una depresión total, incluso tomaba medicaciones (...) me quería ir de mi casa, le echaba toda la culpa a mi marido, también tenía problemas con mis hijos (...) pero mal, muy mal (...) entonces empecé a invocar, nam myoho rengue kyo, nam myoho rengue kyo... (...) todos los días... y me empecé a sentir mejor, empecé a dejar la medicación... porque esto de los diez estados, elevar el estado de vida, estaba en un estado de infierno... total. Y me empecé a dar cuenta porque también conocí la ley de causa y efecto, porque yo la ignoraba totalmente. Cuando supe, aprendí, de la ley de causa y efecto me di cuenta las causas que estaba cometiendo (...) empecé con ese trabajo interno, viste, todos los días (...) uno va elevando ese estado, viste, de los estados bajos, va viendo las situaciones, lo que te pasa en la vida cotidiana, lo va mirando de otra manera, cambiando la actitud”. (Silvia, 60 años, profesora de yoga; febrero 2015).

El *daimoku* aparece en este relato como la primera causa que le permitió sentirse mejor.

En paralelo, conocer los diez estados y la ley de causa y efecto le permitió detectar su estado de vida, analizar sus actitudes, las de quienes la rodeaban y los efectos que ella creaba con sus acciones: estaba generando causas negativas, es decir, *karma* negativo que modelaba las circunstancias de su vida. Gracias a eso pudo revertir las relaciones conflictivas con su padre y con su esposo modificando su actitud a una más abierta, obteniendo también el “coraje” para enfrentar y superar problemas de salud que tuvo después.

En los casos de Silvia y Susana encontramos un antes y un después que se asimilan a los estados inferiores y superiores respectivamente. Silvia, al identificar su posición dentro de la escala de los diez estados pudo trabajar para transformar sus actitudes y encaminarse hacia una mejor forma de relacionarse con su entorno. Para ella, “el budismo es un aprender a vivir, día a día”. En su ejemplo podemos apreciar el modo en que las emociones son controladas y manipuladas hacia el camino deseado.

Algo similar me decía Laura, una joven con quien me reuní informalmente en lo que se conoce como “visitas hogareñas”, destinadas a compartir *experiencias* en un marco más íntimo, entre dos o tres personas. Durante la conversación ella enfatizaba la importancia del *daimoku* como lo que permite obtener la fuerza para no dejarse vencer por ningún obstáculo:

“La práctica es todo, para todo tenés que hacer *daimoku*, en situaciones difíciles, por ahí estás re angustiada, llorando, sin concentrarte, no importa, vos hacelo igual” (Laura, estudiante, marzo 2020).

Las emociones negativas (llamadas a veces “funciones negativas”) son consideradas obstáculos que no deben entorpecer el camino de elevación de la vida. La depresión, la angustia y los miedos se presentan como obstáculos que deben ser pensados como desafíos y ocasiones para “poner a prueba la fe”. El *daimoku* es esencial, ya que es lo que permite manifestar, en lugar de esos sentimientos “bajos”, la budidad. El conocimiento, la comprensión de lo estudiado sobre los estados y los efectos de generar un *karma* negativo, da pie al proceso de transformación que, de acuerdo con estos testimonios, es habilitado mediante el *daimoku*. Las acciones individuales también se modelan a partir de la evaluación que se hace en torno al estado en que se encuentran los demás. Durante una reunión de estudio la anfitriona tomó la palabra para contar dos *experiencias*. El siguiente es un fragmento de mi registro de campo, elaborado a través de notas tomadas al finalizar la reunión:

| “Marina contó una segunda experiencia, “es más bien un objetivo que tengo”. En su trabajo conoció a una persona, por la que desde el comienzo se sintió rechazada. Comenta que en otro momento se hubiera hecho mucho problema y reaccionado de mala forma. Sin embargo, en un instante en que la miró, notó una profunda tristeza en su rostro, sintió que esa mujer estaba sufriendo mucho (...) se dio cuenta de que su misión era entregarle la ley [de *nam myoho rengue kyo*] para ayudarla a que alcance la felicidad. “Para eso pasó esto. Y es el objetivo que me propuse, es mi misión. Porque si no mi vida gira como una veleta y no puedo estar así”. Una vez más, todos aplauden.

Marta comenta que ella se encontró en una situación similar en su clase de pilates. Hay una compañera que la rechaza, (...) se entera de que esta mujer tiene muchos problemas que la están afectando. En una charla entre todo el grupo Marta empezó a hacer comentarios: “todos tenemos problemas, la cosa es como los sobrellevamos” (...) “Se la voy a ir llevando así, de a poco, con algunos comentarios. Pero como te pasó a vos, mi misión es ayudarla a que pueda ser feliz” (registro de campo, septiembre 2010).

Aquí opera una clasificación sobre otros: Marina y Marta perciben en las mujeres que las rechazan un profundo sufrimiento (en el caso de Marta confirmado por terceros), y “sienten” que su “misión” es ayudarlas a ser felices. Podemos encontrar aquí la actitud de un Bodhisattva, quien se dispone a ayudar a los demás para que puedan también elevarse hacia la budeidad. Comprender el estado en que estaban las otras mujeres les indicaba lo que debían hacer. Identificar el estado de otros es una guía para la acción del individuo, modela la actitud y la relación que se debe tener con otras personas que atraviesan situaciones difíciles. La filosofía budista explica que el mundo funciona mediante la ley de causalidad, por lo que todo suceso puede comprenderse buscando sus causas y sus efectos. Permite así comprender la naturaleza de los sentimientos y de las reacciones que se tiene ante ellos. El estudio permite traerlas a la consciencia, racionalizarlas y dejar de sentir que las cosas no podrían ser de otra manera. Este proceso de racionalización está acompañado por una evaluación que se hace patente en las categorías de

“estados inferiores” y “estados superiores”. Es frecuente que los relatos acerca de los cambios experimentados como fruto de la práctica del budismo sean interpretados en términos de un antes malo (de infierno e ira), y un después o un presente de una mayor armonía y conciencia que permite conducirse más conciliadoramente, reconociendo que la angustia y el sufrimiento pueden superarse. Esto hace que las emociones sean constantemente moralizadas, tratando de aspirar a las superiores como una forma de mejorar el *self*.

Palabras finales

En estas páginas intenté dar cuenta de una manera de entender las emociones y su funcionamiento en la vida de las personas informada por una cosmovisión religiosa particular y poco estudiada en nuestro país, el budismo. Como los trabajos citados anteriormente atestiguan, para esta religión y otras de origen oriental, las emociones son parte esencial del ser humano, y el cuerpo y el trabajo sobre él es frecuentemente la técnica más adecuada para manejarlas y liberarse del sufrimiento y el dolor. En el caso que presenté aquí, el budismo *Soka*, las técnicas principales son tres: la práctica meditativa del *daimoku*, el estudio y diálogo con otros practicantes y la reflexión sobre sí.

El cuerpo, a pesar de tener su lugar en la cosmovisión budista como manifestación fenoménica de la vida a través de la cual se manifiestan los estados inherentes a ella, no parece revestir una relevancia particular para los miembros de SGIAR al reflexionar sobre las formas de mejorar sus vidas. Por el contrario, varias personas manifestaron su alivio

cuando me contaron sobre el abandono de la costumbre japonesa de hacer el *daimoku* y la recitación de fragmentos del Sutra del Loto de rodillas sobre un almohadón en el suelo. En la entrevista citada, Silvia evocaba esa experiencia con la exclamación de “¡qué doloroso!”. Al contrario de lo analizado por Carini (2009) para el budismo zen, el dolor físico no se relaciona con la elevación espiritual en esta vertiente del budismo. El cuerpo es donde se manifiestan las emociones propias de cada estado de vida, pero no es sobre este que se debe trabajar para controlarlas.

Por otra parte, a diferencia de otros casos, la práctica religiosa no aparece como técnicas e ideas para transformar las emociones. Estas están en el centro de la cuestión como la materia prima sobre la que opera el sujeto a partir de la adquisición de un conocimiento particular sobre ellas. Es decir, la práctica religiosa consiste en gran medida en el trabajo consciente sobre las emociones que se efectúa a través de los sentidos vehiculizados en sus símbolos. Sus prácticas meditativas requieren un trabajo sobre la interioridad (no sobre la exterioridad del cuerpo) bajo la forma de reflexiones que permiten racionalizar las emociones para instrumentarlas adecuadamente hacia un estado espiritual superior, donde las predominantes y, por lo tanto, condicionantes del entorno sean las positivas. Estas generarían un *karma* favorable que aseguraría (en la medida en que persista este trabajo de reflexión y acción) un presente y un futuro cercano mejor. Es a partir de esto que el sufrimiento propio de la vida sería erradicado, no porque deje de existir aquello que produce dolor, sino porque se cuenta con las herramientas para afrontarlo.

El control de las emociones es posibilitado por la comprensión de su origen y de sus características. Entender que se puede actuar sobre ellas fue el elemento clave para quienes afirmaron haber logrado un cambio notorio en sus vidas. Este cambio no se refiere solamente a sentirse mejor, más alegre u optimista, sino también a nuevas formas de vincularse con otras personas. Estar atentos al sufrimiento de los demás, dedicar su tiempo a contarles *experiencias* y explicarles que, como descubrió el Buda en su despertar, el dolor es inherente a la vida, pero al mismo tiempo es posible liberarse de él. Y esto permite vivir mejor con uno mismo y con otros, ya que la mejora individual se manifiesta también en el entorno. Las emociones son el centro de la cuestión: son un medio, ya sea como algo que se intenta superar como algo que se desea cultivar. Y también son un fin, ya que aquellos estados a los que aspira quien practica este budismo se caracterizan por irradiar amor, compasión y felicidad. Y como vimos, alcanzarlos, lograr la felicidad, es a su vez el medio que permitiría acercarse un paso más a la paz del mundo.

Notas

1. Salvo indicación contraria, me refiero al practicado en SGIAR que se inscribe dentro de la tradición budista japonesa de Nichiren Daishonin.
2. Sobre la distribución de los miembros de SGIAR en grupos por zona de residencia, y divisiones de acuerdo con género y edad, ver Welsch (2018b). La categoría

- de “miembros” se usa localmente para distinguir a quienes han ingresado formalmente a SGIAR de quienes, a pesar de participar en las actividades, aún no lo han hecho. Este mismo uso hago a lo largo del texto.
3. Uso cursivas para denotar el uso local de esta categoría, que refiere a los sucesos interpretados en base a la filosofía budista, ya sea como “objetivos” o como “pruebas reales”.
 4. La reconstrucción histórica y filosófica de este apartado se basa en las siguientes obras: Eliade, 1999; Harvey, 2013; Ikeda, 2006, 2007, 2019; Williams, 2009.
- Bibliografía**
- Bornholdt, S.
- 2008 “Japanese Buddhism and Social Action: the case of Soka Gakkai in Brazil”. *Revista Nures*, 10. Disponible en: <https://revistas.pucsp.br/index.php/nures/article/view/7348> (14/11/2021)
- Carini, C.
- 2009 “La estructuración ritual del cuerpo, la experiencia y la intersubjetividad en la práctica del budismo zen argentino”. *Religião e Sociedade*, 29, pp. 62–94.
- 2019 “Etnicidad, utopía y globalización en la reinvencción del budismo tibetano. El caso de la comunidad Dzogchen Internacional”. *Sociedad y Religión*, 52, pp. 168–194.
- Eliade, M.
- 1992 Mito y realidad. Barcelona: Labor.
- 1999 Historia de las creencias y de las ideas religiosas. Vol. II. Barcelona: Paidós.
- Gancedo, M.
- 2012 “La práctica del budismo Nichiren en la Ciudad de Buenos Aires (Argentina)”. *Mitológicas*, 27, pp. 47–60.
- 2013 “Mito y ritual en el budismo Nichiren”. *Mitológicas*, 28, pp. 33–57.
- 2015 “Rostros de una diáspora. Comunidad japonesa y religiosidad en la Soka Gakkai Internacional (Argentina)”. *Horizontes Antropológicos*, 21, pp. 183–210. <http://dx.doi.org/10.1590/S0104-71832015000100008>

- Geertz, C. Cambridge University Press.
- 2003a *La interpretación de las culturas*. Barcelona: Gedisa.
- 2003b “Ethos, cosmovisión y el análisis de los símbolos sagrados” en *La Interpretación de Las Culturas*. Barcelona: Gedisa, pp. 118-130.
- Gracia, A.
- 2014 “Técnicas y discursos sobre las emociones en El arte de Vivir, una aproximación antropológica” en Flores, F. y Seiguer, P. (eds.) *Experiencias plurales de lo sagrado. La diversidad religiosa argentina en perspectiva interdisciplinaria*. Buenos Aires: Imago Mundi, pp. 163-180.
- 2018 “Curación, cuerpo y emociones en la “Llave Mariana”: un abordaje antropológico”. *Religião e Sociedade*, 38, pp. 136-158. <http://dx.doi.org/10.1590/0100-85872018v38n1cap06>
- Harvey, P.
- 2013 *An introduction to Buddhism. Teachings, history and practices*. Second Edition. New York: Cambridge University Press.
- Ikeda, D.
- 2004 *Disertaciones sobre los capítulos «Hoben» y «Juryo» del Sutra del Loto*. Buenos Aires: Soka Gakkai Internacional de Argentina.
- 2006 *El Buda viviente*. Buenos Aires: Planeta.
- 2007 *El budismo en China*. Buenos Aires: Planeta.
- 2019 *Develando los misterios del nacimiento y la muerte*. Buenos Aires: Azul Índigo.
- Le Breton, D.
- 1999 *Las pasiones ordinarias. Antropología de las emociones*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- 2012 “Por una antropología de las emociones”. *Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad*, 10, pp. 69–79.
- Leach, E.
- 1985 *Cultura y comunicación. La lógica de la conexión de los símbolos*. México: Cambridge University Press.

- Siglo XXI.
- Leavitt, J.
1996 Meaning and Feeling in the Anthropology of Emotions. *American Ethnologist*, 23, pp. 514–539.
- Levi-Strauss, C.
1995 *Antropología estructural*. Barcelona: Paidós.
- Lutz, C.
1986 “Emotion, thought and estrangement: emotion as a cultural category”. *Cultural Anthropology*, 1, pp. 287–309.
- Lutz, C. y G. White
1986 “The Anthropology of Emotions”. *Annual Review of Anthropology*, 15, pp. 405–436.
- Mauss, M.
1979 “A expressão obrigatória dos sentimentos” en: Cardoso de Oliveira, R. *Mauss*. São Paulo: Ática, pp. 325-335.
- Pereira, R.A.
2001 *O budismo leigo da Soka Gakkai no Brasil*. Universidade Estadual de Campinas, Departamento de Antropologia. Tese de doutorado, Campinas.
- Rosaldo, M.
2011 “Hacia una antropología del yo (*self*) y del sentimiento” en: Shweder, R. y LeVine, R. (eds) *Culture Theory. Essays on Mind, Self and Emotion*. Cambridge: Cambridge University Press, pp. 137–157. Trad. Carlos Argañaraz, Fichas del Equipo de Antropología de la Subjetividad Alquimias corporales, Paula Cabrera-Carlos Argañaraz, Bs. As., FFyL-UBA.
- SGI
2013 “Historia y principios de la Soka Gakkai”. *Budismo en Acción*, 1, pp. 80-96.
- Turner, V.
2013 *La selva de los símbolos*. México: Siglo XXI.

- Viotti, N.
- 2009 “Los hombres también lloran. Masculinidad, sensibilidad y etnografía entre católicos emocionales porteños”. *Ciencias Sociales y Religión/Ciências Sociais e Religião*, 11, pp. 35–58.
- 2017 “Emoción y nuevas espiritualidades. Por una perspectiva relacional y situada de los afectos”. *Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología*, 28, pp. 175–191. <https://dx.doi.org/10.7440/antipoda28.2017.08>
- Welsch, D.
- 2016 “Conociendo la Ley: La práctica de nam myoho rengue kyo en la Soka Gakkai Argentina”. *Ciencias Sociales y Religión/Ciências Sociais e Religião*, 18, pp. 101–116. <http://dx.doi.org/10.22456/1982-2650.64446>
- 2018a “Budismo por la paz y la cultura: Religión, activismo ¿e inserción política? en la Soka Gakkai de Argentina” en Tadvald, M., Wynarczyk, H. y Meirelles, M. (org.) *Religião, Sociedade e Política. Miradas socioantropológicas*. Porto Alegre: CirKula, pp. 119–132.
- 2018b “Passing on the Law. The Growth of Soka Gakkai International in Argentina”. *Int J Lat Am Relig* 2, pp. 22–40. <https://doi.org/10.1007/s41603-018-0046-5>
- 2020 “Los espacios de la Soka Gakkai: hacia la construcción de un budismo humanista”. *Espaço e cultura*, 47, pp. 140–164.
- Williams, P.
- 2009 *Mahayana Buddhism. The doctrinal foundations*, Second Edition. New York: Routledge.

