



Consejos para padres budistas  
Sangharákshita

Traducción: Shakyavamsa  
© Sangharákshita  
© de la traducción Librosbudistas.com

**Introducción:** el siguiente texto es la transcripción de una charla informal que Sangharákshita dio a padres budistas que practicaban el Dharma (el sendero budista) en el entorno del centro budista de Londres. Aunque sus comentarios están dirigidos a personas en aquel contexto (es decir padres ingleses con un compromiso serio con la práctica del Budismo) espero que personas en otras circunstancias encontrarán temas de interés en sus comentarios.

Vayiranatha ([librosbudistas.com](http://librosbudistas.com))

Hay 15 consejos...

1. Recuerden que primeramente son budistas y después padres
  2. No temas enseñar a tus hijos budismo
  3. Dense cuenta de que ser padres les pone frente a dificultades
  4. Forma parte de la asociación de padres y maestros
  5. Habla con tus hijos
  6. Restringe la televisión
  7. Que sus niños lleven una dieta sana
  8. Socializa a tu hijo
  9. No sean posesivos
  10. Enseñen a sus niños a hablar debidamente
  11. Lleven a sus hijos a festividades budistas apropiadas para ellos
  12. Que tus hijos conozcan a tus amigos budistas
  13. Enseñen a sus hijos a respetar el medio ambiente
  14. Enseñen a sus hijos a tener empatía
  15. No se sientan culpable por haber cometido errores
- 

Según los consejos del Buda a Sigalaka, una de las seis relaciones que ha de ser honrada y respetada es la de padres e hijos. Nos da la impresión de que esto era algo sobre lo que Sigalaka ya sabía alguna cosa, puesto que él adoraba las seis direcciones, en primer lugar, por deferencia a los deseos de su padre. Mucho se podría decir sobre las obligaciones de los hijos hacia sus padres. Sin embargo, aquí me centraré en las obligaciones de los padres hacia sus hijos.

Yo no soy padre, pero ciertamente he tenido la oportunidad de observar el carácter del hecho de ser padre por medio de mi comunicación con amigos y discípulos que son padres, por medio de la observación de lo que ocurre a mi alrededor y por medio de la lectura y el contacto con la media en general. Quizá en esto sea relevante eso de él que contempla, ve casi todo el juego. Sobre la base de tal experiencia como la que he tenido –aun siendo esta indirecta- me arriesgaré a ofrecer una lista de puntos que cualquier padre budista hará bien en tener en cuenta. No voy a entrar en el tema de si uno debe o no tener hijos. Es simplemente un hecho establecido que mucha gente, incluidos budistas, los tienen, y que hay por consiguiente una necesidad de considerar como desenvolverse de la mejor manera en esta importante relación.

Las observaciones que quiero hacer –muchas de las cuales son de simple sentido común- están expresadas en la forma de quince puntos, el primero de los cuales es:

### **1. Recuerden que primeramente son budistas y después padres**

Si son ustedes ambas cosas, budistas y padres, mejor piensen que son budistas que son padres, en vez de padres que son budistas. Hay una gran diferencia entre estas dos posturas. Diciendo esto, no estoy, ciertamente, animando a los budistas a que pongan a sus hijos en segundo lugar. No estoy sugiriendo que si quieres irte de retiro y tu hijo está enfermo lo dejes a merced de otra persona y te vayas. En absoluto. El budismo viene primero en el sentido de que es del budismo, de principios budistas, de donde sacas

los principios para tratar de ser un padre, o una madre, budista y no tan sólo un padre, o una madre.

Los seres humanos tenemos en común el ser padres con casi todas las especies animales; ser padres no es un gran logro, casi todos los seres humanos lo son. Pero aunque es fácil hacerse padres, ser buenos padres es verdaderamente muy difícil y ser padres budistas lo es todavía más, ya que eso trae consigo aplicar, o tratar de aplicar, principios budistas a las relaciones con los hijos. Este punto subyace en todos los otros que quiero dar.

## **2. No temas enseñar a tus hijos budismo**

Hoy en día hay gran cantidad de ideas confusas sobre que se debe enseñar a los hijos. Se dice con frecuencia que no debemos interferir en lo que piensen los demás; debemos alentar a la persona a que piense por sí misma. Los hijos no deben ser indoctrinados, sino que se debe permitir que crezcan con mentes abiertas, libres, casi en blanco. Entonces, cuando sean lo suficientemente mayores, ellos decidirán por sí mismos si quieren ser cristianos, budistas, agnósticos, musulmanes, hare krisnas o lo que a ellos más les llame.

Esa forma de pensar no es nada realista. Mientras cuidadosamente te abstienes de enseñarles a tus hijos budismo, te abstienes, tal y como lo ves, de indoctrinarlos, toda suerte de agentes van a trabajar mucho indoctrinando a tus hijos con valores muy diferentes a los tuyos, lo quieras o no. A los niños se les indoctrina constantemente: en la escuela o en la guardería, por medio de la televisión, de las películas, del ambiente general de nuestra sociedad. No pienses que si te abstienes de indoctrinar a tus hijos ellos serán completamente libres de elegir entre distintas cosas cuando alcancen uso de razón, cuando sea que eso ocurre (si de hecho se llega a alcanzar).

Por consiguiente, no temas enseñar a tus hijos budismo –o, mejor dicho, comunicarles algo del espíritu del Dharma. La sociedad, en el sentido más amplio, les va a comunicar toda suerte de mensajes, alguno de los cuales pueden definitivamente tener efectos negativos sobre ellos. Luego no te frenes en darles la influencia positiva del Dharma. No tienes que intentar enseñarles doctrinas budistas difíciles de comprender, como la ley del surgimiento condicionado. No tienes que hacerles leer *A Survey of Buddhism* en su tierna edad. Puedes empezar muy pronto enseñándoles libros con ilustraciones de la vida del Buda, o las historias tradicionales de las vidas previas del Buda. A todos los niños les gustan las historias, y es de esperar que la televisión no excluya completamente el contar cuentos en casa. Así podrás introducirles en el mundo de la cultura budista y darles algo del sentimiento del budismo.

Algo más que puedes hacer –algo más que debes, de hecho, hacer- es dar ejemplo. A medida que tus hijos crecen y empiezas a comunicarles tus valores –digamos, tu compromiso con el habla ética- es importante que tú mismo demuestres ese compromiso en tu forma de vida. Como todos los padres saben, los niños notan rápidamente las discrepancias. No hay que decir a tu hijo o hija que está mal decir mentiras y decirles cuando alguien llama a tu puerta “di que no estoy en casa”.

También comunicas algo del espíritu del Dharma a tus hijos a través del ambiente que prevalece en casa. Es importante que cuando los niños vuelvan de la escuela o de alguna otra actividad, sientan que el hogar es un buen sitio en que estar: quizás tranquilo, quizás animado y alegre, pero feliz y positivo, con un ambiente de afecto y seguridad. Quizás algún día se den cuenta que ese ambiente tiene algo que ver con el hecho de que eres budista y que meditas; pero independientemente de que vean o no esa conexión, sentirán el beneficio de vivir en un ámbito positivo.

### **3. Dense cuenta de que ser padres les pone frente a dificultades**

No creo que necesiten los padres que se les recuerde que por ser padres están frente a dificultades, porque es caro criar a los hijos, o porque puede haber hijos difíciles, o porque se pasan noches en vela... Pero uno está frente a dificultades en otro sentido también –frente a dificultades con el mundo, en el sentido más amplio. Como padres budistas, ustedes tratan de educar a sus hijos en acuerdo con principios budistas. Pero esos principios están lejos de ser reconocidos por el resto del mundo. Le dices algo a tu hijo, pongamos por caso, pero el mundo le dice algo un tanto distinto, incluso lo opuesto.

Cualquier budista tiene que luchar para mantener de ese modo sus principios, pero como padres tienen que librar esa batalla por sus hijos, además de por uno mismo. La medida en que hay que proteger a los niños de influencias exteriores, particularmente cuando son muy pequeños, es un tema muy polémico; de todos modos sólo se les puede proteger en cierto grado. Pero es importante y útil reconocer que tratar de educar a los niños según principios budistas es un desafío tremendo, porque el resto del mundo –consciente o inconscientemente, intencionadamente o sin intención- tiene constantemente sobre ellos una influencia distinta, y sobre ti también.

### **4. Forma parte de la asociación de padres y maestros**

Ahora llegamos a algo más específico. Tarde temprano tu hijo empieza a ir a la escuela. Mi cuarto punto es, por consiguiente: forma parte de la asociación de padres y maestros. No dejes a los maestros la educación de tus hijos durante las horas de escuela. Se podría casi decir que la educación es demasiado importante para dejársela a los maestros; de igual modo que se dice a veces que la política es demasiado importante para dejársela a los políticos. Bien puede ser que los maestros estén haciendo una labor excelente, pero ellos también están frente a dificultades –ser maestro es en cierto modo igual de difícil que ser padres.

Si tienes niños en edad escolar es, por eso, buena idea conocer a los maestros. Habla con ellos sobre tus hijos, sobre los niños en la escuela en general, discute con ellos también los problemas a que ellos se ven enfrentados como maestros. Hoy en día los maestros lo pasan muy mal. Hay más y más casos de maestros atacados físicamente por estudiantes, este tipo de cosas les hace la vida verdaderamente difícil. Si formas parte de una asociación y organización de profesores y padres puedes contribuir con ideas y sugerencias para que la escuela sea mejor para todos los niños que allí van. Puede que incluso tengas la oportunidad de llegar a ser presidente

y así incluso tener la gran oportunidad de influenciar en la escuela de modo creativo y positivo.

## **5. Habla con tus hijos**

Habría quien diga que este punto debería dirigirse más a los padres que a las madres, pero yo no voy a hacer tal distinción. Es muy importante, si son ustedes padres, que hablen con sus hijos. Conversen con ellos seriamente – no les hablen como a inferiores. Si te hacen una pregunta, tómalala en serio. Si así lo haces, quizás te sorprenda lo difícil que es responderla. Incluso los niños pequeños son inteligentes y perceptivos y pueden salirte con preguntas un tanto extraordinarias a veces.

Uno de los recuerdos más felices de mi propia infancia -hacia finales de los años veinte y principio de los treinta- es mi padre pasando tiempo hablando conmigo. A las seis o las siete, él volvía del trabajo –cuando tenía trabajo, pues aquellos eran tiempos de desempleo- y venía a mi habitación. Yo estaba ya acostado, se sentaba sobre la cama y hablaba conmigo por media hora o por una hora. Mi madre a veces se impacientaba porque tenía la cena preparada y se estaba enfriando, pero a él le interesaba más hablar conmigo. Solía hablar de todo tipo de cosas, particularmente de sus experiencias del tiempo de la guerra –él fue herido de gravedad en la Primera Guerra Mundial, que hacía pocos años que había terminado. No solamente mi padre hablaba conmigo; a mi, conforme me hice mayor, siempre me resultó muy fácil hablar con él.

Luego, hablen con sus hijos. Compartan sus pensamientos serios con ellos, en la medida que sean capaces de entenderlos. Eso quiere decir encontrar tiempo para pasarlo con ellos. No estén tan ocupados que no puedan hablar con sus hijos. Incluso, reserva tiempo, si estás muy ocupado, igual que lo reservarías para ver a un amigo. Por supuesto, no es que tengas que sentarlos delante de ti y decirles “Venga, vamos a hablar un ratito”. Los tendrás que coger en el momento oportuno. No siempre tendrán ganas de hablar cuando tú tengas tiempo.

## **6. Restringe la televisión**

Es difícil, por no decir imposible, mantener un estado mental claro y positivo –mantener la atención consciente, diría el budista- al menos que hagas algo que limite la medida en que absorbes todo el estimulante bombardeo de información de la vida moderna. Y, por supuesto, hoy en día mucho de este viene de la televisión. Hay un gran debate en marcha sobre si hay o no una conexión causal entre la violencia tal y como se ve en la televisión y la violencia en el hogar y en las calles. Algunos expertos dicen que no hay una conexión real, otros que si que la hay y a la persona corriente le es muy difícil saber la verdad del asunto.

Pero desde el punto de vista budista podemos estar seguros de una cosa: Resulte o no en violencia real, la violencia vista en televisión ciertamente no mejora el estado mental del espectador. Pasar varias horas cada semana, o incluso cada día, viendo programas cuyo contenido es en gran medida violento, sólo será en perjuicio del estado mental, ya sea uno adulto o un niño receptivo y susceptible.

Habría quien diga que los niños tienen derechos, incluido el derecho de ver la televisión cuando les plazca. Pero como ya he mencionado en otra ocasión, pienso que es mejor no expresarse con el lenguaje de los derechos, sino, en su lugar, pensar en términos de deberes. Los padres –y los padres budistas en particular- tienen el deber de restringir lo que ven sus hijos la televisión.

La restricción no sólo ha de aplicarse a lo que ven, sino también al tiempo que pasan sentados frente al televisor. En estudios se ha demostrado que muchos niños en Occidente padecen de obesidad. Esto, en parte, es debido a dietas insanas –el tema de mi siguiente punto- pero también a que no hacen suficiente ejercicio. Y no hacen suficiente ejercicio porque, según parece, es más interesante apalancarse frente al televisor. Experimentos han mostrado que ver la televisión también perjudica a la imaginación – esencialmente, mientras uno recibe pasivamente lo que los productores de televisión deciden presentar, simplemente no tiene que hacer uso de su propia imaginación.

Restringir ver la televisión será, por supuesto, difícil. Una madre budista que conozco dice que sus hijos sentían que se les privaba de algo por no tener televisor en casa, pues les hacía sentirse diferentes a todos los demás niños en la escuela, ya que no podían participar en discusiones sobre lo que los demás habían visto la noche anterior. Al final, la madre, si bien poco dispuesta, tuvo que ceder a su continua insistencia, aunque consiguió restringir en cierta medida lo que veían la televisión. Obviamente, operan en esto cuestiones potentes. No obstante, uno ha de mantenerse firme en este asunto.

## **7. Que sus niños lleven una dieta sana**

Este punto podría parecer obvio, pero, de nuevo, las condiciones actuales están en contra. Viviendo en la ciudad, como yo vivo, y manteniendo los ojos bien abiertos, una de las cosas que se ve es niños comiendo por la calle. Por supuesto, lo que comen normalmente es comida basura: Chocolate, helados, hamburguesas y patatas fritas. Los padres deben hacer lo que puedan para combatir esta costumbre tan corriente. No hay necesidad de seguir las últimas tendencias dietéticas o ser fanáticos, como lo éramos en los años sesenta cuando todos seguíamos la dieta macrobiótica. Pero quien cocine en la familia deberá tratar de darle una dieta equilibrada y hacer que se desista de los snacks entre comidas.

Debemos, por supuesto, procurar que nuestros hijos no fumen. Otra cosa que he notado cuando voy por la calle es que muchos niños en edad escolar fuman. Los veo cuando salen de la escuela –no tendrán más de doce o trece años- sacar el paquete de cigarrillos y encender uno. Luego, de nuevo, los padres budistas deben mantenerse firmes con sus hijos cuando estos llegan a esa edad en particular.

Esto era muy distinto cuando yo era niño. Ni siquiera se me había ocurrido fumar a esa edad, pero cuando cumplí los dieciséis años mi padre me dijo: “hijo, tienes dieciséis años. Puedes fumar si quieres.” Sin embargo, no lo hice –no hasta que fui alistado en el ejército. Incluso entonces, fumé sólo durante poco tiempo, porque no me gustaba y no he fumado desde entonces. Es desalentador ver que chicos y chicas tan jóvenes han adquirido

ya el hábito de fumar. Luego, por favor, trata de que tu hijo no fume –bueno no simplemente trates, impídeselo. Ejerce tu autoridad paternal, o maternal. Sé que tal autoridad ha sido hecha trizas hoy en día, pero los lastimosos trozos que te queden de ella, ejércelos en lo que en este punto nos concierne.

## **8. Socializa a tu hijo**

Este es un punto sobre el que quiero insistir. Tus hijos no te pertenecen a ti sólo. No son simplemente miembros de tu familia. Ellos son, o serán, miembros de la sociedad, parte de una comunidad más amplia, y han de ser educados, incluso entrenados, de modo que puedan funcionar de un modo positivo como miembros de la sociedad. De nuevo, esto trae consigo el ejercicio de cierta disciplina. Por ejemplo, los niños deben ser educados para que respeten la propiedad ajena y para que tengan en cuenta los sentimientos de los demás. De otro modo, lo pasarán muy mal en el mundo más adelante. Puede ser que tú aguantes rabietas, mal comportamiento y conducta desconsiderada, pero el mundo no aguantará tales cosas.

Luego socializa a tus hijos. No se los impongas a los demás. Se ve a padres hacer esto. Jaimito o Mari se están portando mal y siendo muy desconsiderados con otras personas, pero los padres sonríen con indulgencia –¡Ah! es así la pequeña, o el pequeño- y los demás deben aguantarlo y pensar que son una dulzura de niños. De hecho, los demás es mucho más probable que piensen “que crío más espantoso”.

La buena educación no está de moda hoy en día, asociada como está con valores burgueses, con la educación de la clase media y todo ese tipo de cosas; la tendencia es a tirar “el bebé” de la buena educación “con el agua sucia del baño” de la moda sociológica. Pero tenemos que hacer lo que podamos para recuperar al “bebé”. Investigaciones recientes han identificado una relación definitiva entre la mala educación y la delincuencia juvenil, lo que sugiere que la parte de la socialización que consiste en inculcarles a los niños buena educación no ha de ser subestimada.

## **9. No sean posesivos**

Por supuesto, tu hijo es tu hijo, con todo lo que eso quiere decir y eres por cierto tiempo responsable legalmente por él, o ella. Pero trata de no pensar “es mi hijo”. No desarrolles la actitud de que nadie tiene porque hablar a tu hijo ni regañarle si se está portando mal. En una comunidad sana y positiva cualquier adulto podrá regañar a cualquier niño que se esté portando mal donde sea. Desafortunadamente, en la sociedad occidental esto no es actualmente posible. En la India uno ve que ocurre esto, pero en Occidente las personas parecen resentirse de que alguien se entrometa, como ellos lo llaman, en el comportamiento de sus hijos.

Los padres budistas, obviamente, no deben tener este tipo de actitud, en parte, porque como budistas intentamos no tener apegos, o como mínimo reducir nuestros apegos, y, en parte, porque los padres budistas forman parte de la Sangha budista. No debe importarte que un compañero budista considere apropiado llamar la atención a tu hijo por alguna falta al buen comportamiento. Si tu hijo va al centro budista contigo y, mientras tú estás

ocupado haciendo alguna cosa, él está alborotando por allí, cualquier compañero budista debe poder decir “venga, Toni, deja de hacer ruido” sin que te resientas ni te sientas ofendido.

Un aspecto muy importante de no ser posesivos es dejar que tus hijos se vayan cuando llega la hora de que dejen el nido de los padres atrás y marchen hacia el mundo exterior. Debes de haberlos educado de tal modo que puedan marcharse libremente, fácilmente, sin sentimientos de culpa y con confianza. Y tú habrás de sentirte, si bien algo triste -lo que es inevitable- bastante complacido y contento e incluso, quizás lo admitas, un tanto aliviado de ver que se van, sintiéndote además preparado para que tu relación con ellos pase a tener otras bases.

Hay un verso muy interesante sobre este tema en la obra hindú titulada Manusmriti. El verso hace referencia al padre y al hijo, pero es aplicable a la relación de padres y madres con sus hijos. Dice así: Cuando tu hijo tenga dieciséis años, deja de verlo como a un hijo y trátalo como a un amigo. Esto, por supuesto, se vuelve mucho más factible cuando el hijo deja la casa. Cuando tu hijo o hija vaya a visitarte, trata de no verlos como a los hijos que vuelven al nido buscando alguna comodidad, trata de verlos como a buenos amigos que vienen a casa para conversar.

## **10. Enseñen a sus niños a hablar debidamente**

A veces cuando voy por ahí y oigo hablar a la gente –no sólo a los niños, sino a los adultos también- me asombra la extrema pobreza de su vocabulario. Los estándares parecen estar cayendo en lo tocante al lenguaje y a la comunicación verbal en general. Por consiguiente, es muy importante que a los niños se les anime a expandir su vocabulario y a hablar con corrección gramatical. El habla es el medio principal de comunicación entre nosotros; a no ser que lo dominemos seremos simplemente incapaces de comunicarnos más allá de un cierto nivel.

Asegúrate de que tus hijos crecen no solamente hablando, sino hablando realmente su idioma, hablando con corrección y elegancia, con atención a la gramática y al uso correcto de las palabras. No tengas miedo de corregirlos. Hay profesores que mantienen que a los niños no se les ha de corregir nunca, porque eso les socava la confianza propia, pero es una confianza propia muy débil la que puede ser socavada así. Si a uno no se le corrige, seguirá haciendo siempre errores, y esos errores se convierten en hábitos. Luego corrige a tus hijos cuando se les peguen expresiones incorrectas de amigos de la escuela y, por supuesto, cuando muestren cualquier tendencia al mal uso de la lengua.

El habla es algo tan maravilloso. Es una de las grandes creaciones de la raza humana. Debemos usarla, así como enseñar a que nuestros hijos la usen, tan completa, efectiva y bellamente como nos sea posible. Enseñar a nuestros hijos a que hablen bien les da acceso a algo que es verdaderamente muy precioso.

## **11. Lleven a sus hijos a festividades budistas apropiadas para ellos.**

En esto es mejor ir por el camino medio; en vez de dejar siempre a tus hijos en casa cuando hay una festividad budista, o siempre llevarlos contigo: trata de saber que festividades o celebraciones son las apropiadas para ellos. No todas lo serán. Un programa que incluya mucha meditación, por ejemplo, no será apropiado para niños pequeños; no es justo esperar de ellos que se estén sentados por períodos largos de tiempo, ni siquiera más de unos minutos.



Pero a los niños les gusta participar, les gusta hacer cosas, luego si la celebración incluye una puya festiva, naturalmente tráelos; obviamente, tras consultar a quien organice la festividad.

He notado que a los niños les gusta hacer ofrendas al altar: eso es algo que pueden hacer, es sencillo y poético, y a ellos les gusta. Podrían incluso preparar ellos mismos sus ofrendas antes y traérselas para ofrecerlas a su manera.

No insistan en que los niños han de participar en todo –habrá ocasiones en que no sea apropiado- pero cuando sea posible, inclúyanlos. Quizás en ocasiones pueda haber una festividad especial para niños.

## **12. Que tus hijos conozcan a tus amigos budistas.**

Esto quizás pueda parecer obvio, pero no siempre ocurre. En cuanto a los ingleses, específicamente, hay un proverbio que dice que la casa de un inglés es su castillo, y tenemos la tendencia a no bajar el puente levadizo. Es parte del carácter inglés la tendencia a mantenerse algo separado de los demás, así como a mantener separada nuestra vida doméstica de nuestra vida social. Pero si tienes niños, es una buena idea asegurarte de que pasan tiempo con tus amigos budistas, o al menos de que tienen algo de relación con ellos. Muy frecuentemente esto ocurre con naturalidad y espontaneidad, pero puede que uno necesite hacer un esfuerzo para que ocurra.

Es importante porque, entre otras cosas, ayuda a compensar el aislamiento del núcleo familiar. En algunas partes del mundo, en la India, por ejemplo, muchos padres siguen viviendo en el contexto familiar más amplio de entre diez o quince miembros, o incluso más. Pero en Inglaterra nuestros castillos se han hecho verdaderamente pequeños. El núcleo familiar parece que se está aislando cada vez más y esto no es sano ni para ambos padres juntos, ni para cada uno de ellos por separado; ni para los niños, ni para el niño. Hay

algunas familias hoy en día formadas por dos miembros: padre, o madre, y un niño -situación que limita bastante, incluso que da “claustrofobia”. Que tus hijos conozcan a tus amigos budistas ayuda a modificar la naturaleza potencialmente claustrofóbica del núcleo familiar.

El acostumbrarse desde pequeños a ver a adultos de fuera del círculo familiar inmediato, ayuda a los niños a desarrollar confianza en sí mismos, lo que es obviamente una gran ventaja. Una de las cosas que noté cuando regresé a Occidente después de estar muchos años en Asia, fue que la gente en general parecía carecer de auto-confianza. Los padres deben hacer todo lo posible para asegurarse de que sus hijos crezcan con abundante auto-confianza –no el tipo de confianza que encuentra expresión en comportamiento antisocial, sino auto-confianza de carácter positivo, incluso creativo. Para el desarrollo de la auto-confianza del niño es bueno que se acostumbre a relacionarse con adultos de fuera del círculo familiar inmediato.

### **13. Enseñen a sus hijos a respetar el medio ambiente.**

Se ve con bastante frecuencia a los niños tirar despreocupadamente el envoltorio de las golosinas y otras cosas por la calle, sin consciencia de lo que están haciendo, parece ser, o quizás simplemente por estar acostumbrados a pensar que alguien va detrás de ellos limpiando, que no es su responsabilidad mantener las calles sin basura. Esto es, por supuesto, sintomático de una actitud que en potencia tiene consecuencias de gran alcance para el medio ambiente.

Aun en tiempos del planeta que eran más verdes, en la época del Buda, el medio ambiente le importaba mucho al budista practicante y el Buda mismo dejó bastante dicho sobre esto. El padre o la madre budista deseará educar a sus hijos de modo que cuiden y respeten el medio ambiente, que es al fin y al cabo “su” medio ambiente. Conforme se hagan más mayores, los padres podrán debatir con ellos asuntos medioambientales -además de otros asuntos, por supuesto, pero los asuntos medioambientales tienen una aplicación práctica inmediata.

### **14. Enseñen a sus hijos a tener empatía.**

Esto es verdaderamente importante. En estos últimos años ha habido mucha discusión en Inglaterra sobre el doloroso caso de James Bulger, un niño pequeño asesinado por dos chiquillos. En un debate radiofónico después del juicio, alguien dijo que la razón por la que los dos muchachos habían cometido el terrible crimen era que no habían sido educados en el conocimiento de la diferencia entre el bien y el mal. Pero una psicóloga que participaba en el debate no estaba de acuerdo y señaló que los dos muchachos habían sido declarados culpables de asesinato –en otras palabras, había sido establecido que ellos conocían la diferencia entre el bien y el mal. Y continuó mencionando un punto de gran importancia: que no es suficiente conocer la diferencia entre el bien y el mal, uno también ha de ser capaz de tener empatía por los demás, por los otros seres vivos. Sin empatía, el reconocimiento de la diferencia entre el bien y el mal será puramente conceptual y abstracto, y no influirá necesariamente en el comportamiento.

Claro está que no se pueden dar clases de empatía. No se la puede incluir en el plan de estudios de la escuela. En esto también cuenta el ejemplo de los padres. Los niños pueden ser enseñados a tener empatía por las personas y por los animales también, enseñados a darse cuenta de que los animales sienten dolor igual que ellos mismos. Hay un episodio en el Canon Palí en el que el Buda se encuentra con unos muchachos que atormentan a un cuervo y les dice “si fuerais atormentados de ese modo ¿Cómo os sentiríais? Por supuesto ellos le responden que no les gustaría y el Buda les dice “sentiríais dolor si se os tratara así ¿No pensáis que el cuervo también lo siente? Los muchachos tienen que admitir que sí que lo siente. Dicho de otro modo, empiezan a tener empatía por el cuervo.

En la famosa serie de grabados de Hogarth llamada Las cuatro fases de la crueldad, el primer grabado representa a unos muchachos atormentando a un perro y a un gato. En el siguiente uno de los muchachos comete un asesinato. En el tercero el muchacho que ha cometido el asesinato es ahorcado. Y en el cuarto, su cuerpo está siendo diseccionado por unos cirujanos. Hogarth parece decir que la vida violenta que termina con la violencia infligida al ahorcado, comienza por atormentar a animales, por carecer de empatía por otros seres vivientes.

Hay personas tan sensibles que sienten empatía incluso por las plantas y no quieren coger flores porque sienten que la planta es herida en alguna forma. No todo el mundo puede tener empatía en tal grado, pero como mínimo debemos tener empatía por los animales y por los demás seres humanos. Esta es una de las cosas más importantes que podemos enseñar a nuestros hijos.

### **15. No se sientan culpable por haber cometido errores.**

Ser padres no es fácil. Aunque no soy padre, lo sé muy bien porque a veces los padres se sinceran conmigo y yo mantengo los ojos y los oídos abiertos. Es muy difícil ser padres, ya sea madre o padre. Es más difícil ahora que antes, al menos en cierto sentido. Hay tantas variables, tantas decisiones que tienes que tomar sin poder saber todos los factores relevantes. Y las cosas te pueden salir mal a pesar de tus buenas intenciones.

Aparte de esto, los niños son individuos, traen consigo su propio karma. Puede que eduques a tu hijo o hija magníficamente y que te salga un monstruo; puede que los eduques muy mal y que te salgan muy buenos. Yo he visto esto porque he vivido ya lo suficiente para poder ver el karma descender de una generación a la siguiente. Por ejemplo, he visto niños educados muy mal que ahora son buenos padres.

Luego hemos de tener en cuenta el karma. Aparte de los cromosomas, no sabes que karma trae consigo mismo tu hijo. Las cosas pueden salir de modo muy distinto al que tú esperas. Además, aparte de esto, tú eres un ser humano falible. No eres omnisciente. Quizás no debas decírselo a tus hijos demasiado pronto, pero los padres no lo saben todo y pueden cometer errores.

Si has hecho por tus hijos lo mejor que has podido realmente y en cada fase has tomado la decisión que pensaste que era la mejor, si las cosas parecen haber salido mal, aprende de ello pero no te culpes demasiado. No te sientas

culpable. Si más adelante en la vida tu hijo hace algo espantoso no te atormentes por eso. No pienses que si tu no hubieras hecho eso o aquello, las cosas habrían salido de distinto modo. No lo sabes. No puedes averiguarlo. Tienes que hacer lo mejor que puedas en el presente, aquí y ahora. El resto es karma, azar, circunstancias, la sociedad. Luego no te sientas culpable si resulta que has cometido errores. Y ni siquiera te muestres demasiado dispuesto a pensar que lo que ha ocurrido es debido a tus errores. Puede ser que no lo sea. No lo sabes. Pero de un modo u otro no te culpes. Hiciste lo mejor que pudiste entonces. Eso debe bastarte a ti y a los demás.

Algunos padres sienten que han de pedir disculpas a sus hijos por la forma en que los educaron. Si hiciste algo definitiva e indudablemente malo que claramente ha causado sufrimiento a tu hijo, en ese caso, de acuerdo, pídele disculpas cuando sea lo suficientemente mayor para comprender. Pero, a parte de eso, ten presente que una vez que tus hijos han alcanzado el uso de razón, son responsables de sus vidas. Si algo sale mal, o si tu hijo o hija hace algo malo, que no te culpen ellos a ti. Tus hijos son responsable de ellos mismos, igual que tu lo eres de ti mismo. Tú eres responsable de ellos sólo en cierta medida y por un período de tiempo limitado.

Estas son tan sólo algunas cosas que han de considerarse sobre la relación entre padres e hijos desde un punto de vista budista. Se ha de sobrentender, así lo espero, que todas estas reflexiones tienen que ser comprendidas como parte de una comprensión general según la cual como padres budistas ustedes se relacionan con sus hijos con amor y afecto, y todo lo que traten de hacer –incluidas las ocasiones en que necesiten hacer uso de la disciplina- lo harán con ese espíritu de amor.

[www.librosbudistas.com](http://www.librosbudistas.com)

