

## “¿Eres Budhista? Entonces eres Vegetariano”.

Lizeth Rocío Guerrero

Algunas personas piensan que los budhistas somos vegetarianos o que si no lo somos, al menos deberíamos de serlo, como una implicación del primer precepto de abstenernos de matar seres vivos. Sin embargo, comer carne no está prohibido dentro de los textos canónicos budhistas, aunque sí existen algunos tipos de carnes que no está permitido comer (carne humana, carne de caballo, de perro, elefantes, leones, serpientes y otros depredadores). La regla más importante referente al tema de comer carne se encuentra en el Jīvaka Sutta, donde el Buddha defiende su postura ante algunas acusaciones que afirmaban que él estaba comiendo carne de animales sabiendo que habían sido sacrificados para él. El Buddha reitera que los monjes no deberían consumir carne de un animal cuando hayan visto, oído o sospechen que ha sido sacrificado a propósito para ellos:

*"Jīvaka, yo digo que existen tres casos en los cuales no se debería consumir la carne: cuando se vio, se escuchó o se sospecha [que el ser vivo haya sido sacrificado para uno mismo]. Yo digo que no se debería consumir la carne en esos tres casos. Pero también digo, Jīvaka, que existen tres casos en los cuales la carne puede ser consumida: cuando no se vio, no se escuchó ni se sospecha [que el ser vivo haya sido sacrificado para uno mismo]. Yo digo que se puede consumir la carne en esos tres casos."*

En el sutta se explica cómo los monjes viven dependiendo de las limosnas de la gente de los pueblos y ciudades, el monje no piensa para sí “esta comida es buena, ésta me gusta, ésta no me gusta.” Por el contrario, no se apega a la comida, la consume sin estar atado a ella, él vive con su mente concentrada en el amor benevolente, la compasión, la dicha altruista y la ecuanimidad.

El Buddha no fue vegetariano ni enseñó a sus discípulos a serlo, como el Venerable S. Dhammika indica en su libro [\*Buena pregunta, Buena Respuesta\*](#) en el apartado 10. No se requiere ser vegetariano para ser un buen practicante del budhismo. Aunque al comer carne

somos indirectamente responsables del sufrimiento de los seres vivos, también lo somos en otras muchas acciones. El renunciar a consumir carne está muy bien pero de nada sirve ser un férreo vegetariano y defensor de los animales si nos conducimos con odio hacia todos los demás seres; se puede ver en la actualidad a algunos activistas por los derechos de los animales hablar con odio y resentimiento acerca de las personas que consumen carne o matan animales. Debemos recordar que el odio sólo genera más odio y combatir las injusticias con violencia verbal o física no ayuda a nadie. Activistas políticos, sociales, que defienden causas justas, se vuelven injustos al manifestarse en ellos la violencia y el rechazo hacia otros. Amor benevolente y compasión es hacia todos sin excepción y sin límites, no significa elegir a unos y rechazar a otros. Jesucristo lo expresó de una manera sencilla: “No es lo que entra por la boca del hombre lo que lo contamina sino lo que sale de ella”, refiriéndose a que es más importante la manera en la que actuamos y hablamos que lo que comemos.

Si bien es cierto que no necesariamente debemos ser vegetarianos para practicar el buddhismo, ésto no nos exime de la responsabilidad moral ante la matanza de seres vivos, aunque sean destinados para la alimentación humana, pues existen muchas cuestiones éticas que debemos tomar en cuenta. No sólo se trata de la disyuntiva moral de comer o no comer carne, sino la manera en la que se llevan a cabo los procesos para la obtención de alimentos de origen animal, qué especies elegimos para alimentarnos y su bienestar, el trato de aquellas de las que no nos alimentamos, la cantidad de productos de origen animal que consumimos y su calidad y si existen otras alternativas más saludables, sostenibles y sustentables. Tomemos un ejemplo comparativo; existe una creciente demanda por carne de caballo en Francia, se estima que se requieren 28,000 toneladas anuales de carne para satisfacer tal demanda, algunos nutricionistas afirman que la carne de caballo es alta en hierro y la recomiendan a adultos mayores, para algunas personas es casi inconcebible pensar en comer un caballo, pues en muchas culturas representan realeza y belleza. En el año 2007 se aprobó una ley que prohíbe los sacrificios de caballos para consumo humano en Estados Unidos, pero esta ley no resuelve el problema del destino de miles de caballos viejos que ya no se utilizan para trabajo o deporte, estos se mandan a mataderos en México donde son sacrificados de una forma cruel (algunos son utilizados en las corridas de toros). Como podemos ver, la situación va más allá de simplemente comer o no comer carne de caballo, es observar el bienestar de los animales en general y satisfacer las

necesidades reales de alimento de la población mundial.

Por otro lado tenemos las llamadas “granjas factorías,” término que se refiere al proceso de cría de [ganado](#) en confinamiento de alta concentración, donde funciona una granja como una [fábrica](#) para la producción de leche, carne y huevos para consumo humano. Aquí poco importa el bienestar de los animales pues son criados y vistos como “mercancía,” son confinados en espacios sumamente reducidos, en condiciones insalubres. Muchas de estas “fábricas” realizan alteraciones genéticas en pro de mejorar la calidad de sus “productos”, además de utilizar suplementos y hormonas de crecimiento; las llamadas “crías siembra” de cerdo, donde los cerdos se mantienen dentro de cajas de 2ft por 7ft durante toda la etapa del embarazo y la mayor parte de su vida adulta. Se atenta directamente contra el bienestar del animal pues se presentan molestias y lesiones causadas por suelo inadecuado, no se le permite el pastoreo normal y el comportamiento natural exploratorio, falta de luz y aire fresco, alimentación forzada insertando tubos en la garganta del animal, estrés, rápida propagación de infecciones, dolor por la gestión de rápido crecimiento entre otras, además del daño a la salud de los animales, daños al medio ambiente, a la biodiversidad y daño a la salud humana. Pero a pesar de todo esto las ganancias económicas que generan por su bajo costo de producción y el enorme rendimiento hacen de las “granjas factorías” un negocio sumamente lucrativo para los estados. La industria cárnica es la que mayor ganancia económica genera mundialmente, es así como la mayoría de los productos de origen animal que van a nuestra mesa provienen de lugares como estos, las leyes contra la crueldad animal en muchos países no incluyen a los animales de granja, es necesario mayor conciencia del tema para exigir a nuestros gobiernos reformas a las leyes de agricultura y ganadería.

En el Reino Unido, el Consejo de bienestar de animales de granja fue establecido por el Gobierno para actuar como asesor independiente sobre el [bienestar animal](#) en 1979 y expresa su política a favor de los animales estableciendo que tienen cinco libertades: de hambre y sed, de incomodidad, de dolor, lesión o enfermedad, para expresar un comportamiento normal, de miedo y angustia. Pero aunque se siguen creando nuevas medidas que regulan el trato de los animales, algunas personas coinciden en que estas técnicas de agricultura son “necesarias” aunque sean crueles pues es mucho mejor esto a un canibalismo. A primera vista podría parecernos muy

exagerada esta afirmación pero si consideramos que el consumo de carne se ha incrementado a nivel global y se estima que en unos años será prácticamente imposible satisfacer la demanda, se requiere de nuevas alternativas que nos permitan alimentar a la creciente población mundial. Pero surgen las siguientes interrogantes: ¿Qué tan necesario es el consumo de carne en nuestra alimentación? Y ¿hasta dónde está dispuesto a llegar el ser humano para satisfacer esta “necesidad”?

Los productos de origen animal son ricos en proteínas, ácidos grasos, aminoácidos y minerales esenciales para el ser humano, contienen pocos carbohidratos y aportan las proteínas necesarias para activar el metabolismo del cuerpo. Pero todos estos extraordinarios beneficios están íntimamente relacionados con la calidad del producto; la alimentación, la salud física, incluso mental y la forma de sacrificar al animal afectan la calidad final de la carne (se debe sacrificar 'de una vez' sin generar estrés en el animal para que no exista en los tejidos el ácido láctico característico de los cortes rojo oscuro); para muchos podría no ser importante el bienestar de lo que va a ser puesto en la mesa pero “somos lo que comemos”, de lo que ellos se alimentan es de lo que nosotros nos alimentamos, su estrés y sufrimiento se ve reflejado en los químicos que sus cuerpos generan a la hora de morir, sus enfermedades son ahora nuestras, ponemos en la mesa sufrimiento y nos alimentamos de él.

Los monjes y monjas budhistas no pueden elegir sus alimentos, ya que dependen de las donaciones de comida, su actitud ante los alimentos es de total desapego, y así debemos de ser nosotros los laicos, considerar la comida como una necesidad biológica indispensable para continuar viviendo y no apegarnos. El cuerpo es uno de los cinco agregados, es a través de los órganos sensoriales que disfrutamos de los alimentos, no sólo involucramos el sentido del gusto, la vista, el olfato, el tacto, sino también la mente, es por eso que en el mundo existen distintas formas de alimentación, porque para los humanos comer no significa únicamente “necesidad” biológica sino que a través de los siglos se ha transformado en toda una experiencia cultural, social y religiosa, cada cultura tiene sus propias normas de lo que comerá o no. Tenemos por ejemplo que en Asia y algunos países sudamericanos se consumen insectos, en Filipinas es sumamente común consumir embrión de pato (incluidas plumas, pico, órganos internos), se cree que es muy nutritivo y da potencia física, otras personas en el mundo consumen huevos

de tortuga, caguama, tiburón, ballenas, focas, delfines, pulpo vivo y carne de perro, algunas culturas piensan que si se come el órgano específico de un animal esto fortalecerá el mismo órgano de quien lo come (medicina tradicional China) y así podría continuar dando ejemplos de las distintas creencias personales y culturales acerca de la comida, pero todo esto poco tiene que ver con necesidades alimenticias, pues para satisfacer las necesidades reales de un ser humano no se requieren demasiadas cosas, pero para satisfacer los deseos de una persona ni toda la flora y fauna del planeta sería suficiente. Estamos acabando con ecosistemas completos, con especies de animales que no necesitamos para comer, no por hambre sino por ego. Estamos alimentando deseos y apegándonos a ellos a través de las cuerdas de los sentidos. El Buddha nos dice cómo debemos ver la comida, el verdadero significado en el símil de la carne del hijo (Puttamaṃsa Sutta):

*"Y, ¿cómo, monjes, debería ser visto el nutrimento comestible de la comida? Imaginad, monjes, a una pareja: marido y mujer que han llevado una limitada cantidad de provisiones para atravesar el desierto. Y que llevan consigo a su único hijo, amado y querido. Entonces, a la mitad del camino, sus limitadas provisiones se habían usado y acabado, mientras que el resto del desierto aún permanece para estar cruzado. Así que el marido y la mujer pensaron lo siguiente: 'nuestras limitadas provisiones se han usado y acabado, mientras que el resto del desierto aún permanece para estar cruzado. Matemos a nuestro único hijo, amado y querido y preparemos carne seca y sazonada. Al comer la carne de nuestro hijo, podremos cruzar el resto del desierto. No sea que perezamos los tres'.*

*Entonces, monjes, el marido y la mujer mataron a su único hijo, amado y querido y prepararon la carne seca y sazonada. Al comer la carne de su hijo, cruzaron el resto del desierto. Pero mientras estaban comiendo la carne de su hijo golpeaban sus pechos y lloraban...*

*¿Qué pensáis, monjes? ¿Podrían ellos comer aquella comida como entretenimiento, con regocijo, pensando embellecer o hacer más atractivos sus cuerpos?"*

*"No, venerable señor".*

*"¿Estarían comiendo esta comida con el único fin de cruzar el resto del desierto?"*

*"Sí, venerable señor".*

*"Es de esta manera, monjes, en la cual el nutrimento comestible de la comida debe ser visto."*

Nuestra actitud hacia la comida debe de ser correcta pensando de la siguiente manera:

*"Reflexionando correctamente, uso el alimento ni para diversión ni para intoxicación ni para engrosamiento ni para embellecimiento, sino sólo para la continuación y subsistencia de este cuerpo, para poner un fin al malestar (del hambre) y para practicar la vida santa, considerando: "Así eliminaré las viejas sensaciones (de hambre) y no haré surgir nuevas sensaciones (de hambre) y estaré sano e irreprochable y viviré confortablemente."*

El mundo enfrenta problemas muy serios respecto al tema de los alimentos, el hambre que se sufre en el mundo por un lado, mientras que por otro lado se desperdicia alimento, existe índice de obesidad mórbida alarmante en Occidente, incluso mucha comida se tira o se hecha a perder porque no se utiliza.

Nosotros somos directa e indirectamente responsables, somos quienes contribuimos para bien o para mal, recordemos que no existe oferta sin demanda. Podemos desde nuestra trinchera buscar nuevas alternativas ecológicas de alimentación, cambiando nuestra dieta a una mucho más saludable, que incluya una variedad más amplia de frutas y vegetales y menos alimentos de origen animal, apoyemos a nuestras economías locales de pequeños productores, apostemos más a la agricultura tradicional, evitando comer alimentos procesados; podemos influir en nuestros gobiernos y economías para crear leyes que mejoren las condiciones de los animales, pero sobre todo educarnos a nosotros mismos y a nuestras familias en una nueva conciencia acerca de lo que comemos. Apoyemos a organizaciones como [Buddhist Global Relief](#) que lucha por mitigar el hambre en muchas comunidades alrededor del mundo y crear conciencia social para dar alimento

a quienes menos tienen.

Sí soy budhista y no soy vegetariana, pero comienza a gustarme mucho la carne de soya.

“Nadie puede hacer todo el bien que el mundo necesita, pero el mundo necesita todo el bien que tú y yo podemos hacer”. –Lama Surya Das.

---