

Conceptos budistas fundamentales

En el lenguaje actual

(මුල් බෞද්ධ සංකල්ප - අද භාෂාවෙන්)



Roberto Arruda

Conceptos budistas
fundamentales
En el lenguaje actual



Tercera edición gratuita

Traducción del original en inglés "Early Buddhist Concepts – in today's
language"

Revisado y actualizado – septiembre de 2023

Roberto Thomas Arruda, 2021/2023



Otras ediciones recientes del autor:

“Arquetipos morales — Ética en la prehistoria” (2019) Formato PDF <https://philpapers.org/rec/ARRMAI> — libro editado, 146 páginas.

“Las sombras ciegas de Narciso: un estudio psicosocial sobre el imaginario colectivo” (2020) Formato PDF <https://philpapers.org/rec/THOTBS-3>, libro editado, 243 páginas.

“Cosmovisiones y realidades la filosofía de cada uno” (2023)- Formato PDF: <https://philpapers.org/rec/ARRCAR>, libro editado, 263 páginas.

El autor es miembro de:

The American Philosophical Association (APA).

The British Society for Ethical Theory (BSET).

The Metaphysical Society of America (MSA)

The Philosophical Society of England

The Social Psychology Network

The International Association of Language and Social Psychology

The Society for Study of the History of Analytical Philosophy

Portada: gráfica digital del autor.

Índice

Índice	4
Nota	5
Presentación	6
¿Por qué este texto?	8
Las Tres Joyas	20
La Primera Joya (Las Enseñanzas)	21
Las cuatro nobles verdades	63
El contexto y estructura de las enseñanzas	67
La Segunda Joya (El Dharma)	70
El Óctuple Sendero	73
La Tercera Joya (La Sangha)	77
Las prácticas	84
Karma	97
La Jerarquía de los Seres	104
Samsara, la Rueda de la Vida	115
Budismo y religión	123
Ética	130
La masacre de Kalinga, la conquista de la verdad	141
Finalización (el discurso de bondad)	157
Apéndice 1 - El Dhammapada	161
Apéndice 2 — El gran establecimiento de Discurso de atención plena	224
Apéndice 3 – Notas de derechos de autor	242
Apéndice – Bibliografía	254/266

Nota

Este libro no está a la venta. Es una edición exclusivamente digital en formato PDF, disponible para cualquier persona en <https://philpeople.org/profiles/roberto-thomas-arruda>, exclusivamente para fines personales, de investigación y de difusión cultural.

La edición se puede descargar, usar personalmente y redistribuir de forma gratuita, siempre que no se cobre ningún precio, tarifa u otra contribución o donación, y no se realicen cambios en el texto.

El libro contiene textos canónicos traducidos directamente del pali por varios traductores. Las restricciones de derechos de autor relacionadas con cada una de estas traducciones se encuentran en el Apéndice 3, por lo que solicitamos su atención y respeto.

Presentación

Este libro es el resultado de notas, borradores y otros trabajos universitarios escritos en diversos momentos y en múltiples situaciones, que conservé como algo que algún día podría organizarse de forma expositiva.

El texto fue compuesto a pedido de mi esposa, Dedé, quien, desde la adolescencia, ha estado pavimentando mi Dharma con amor, bondad y gentileza para que el largo camino sea más fácil para mis pies testarudos.

Es un libro escrito por un occidental moderno y común para otros occidentales, sean los que sean. No es un trabajo académico porque solo pretende exponer y no demostrar. Tampoco es un texto religioso porque soy esencialmente un investigador racionalista. Contiene precisamente lo que llevo conmigo de una considerable investigación, análisis y estudio personal como un objeto individual del que no puedo separarme. El motivo de este esfuerzo es mi conciencia de la enorme ignorancia (e incluso desprecio) que cultivamos hacia culturas distintas a la nuestra. Quizás sean solo estos puntos los que me son peculiares en este trabajo, porque ya todo está dicho y escrito sobre el budismo.

Se lo dedico a Dedé, a todos mis amigos, al Prof. Robert

Thurman, de la Universidad de Columbia-NY, por sus enseñanzas y a todos aquellos a quienes este libro de alguna manera puede hacer bien.

Este texto implica reflexión. Le sugiero que lo lea solo cuando esté dentro de su privacidad.

3

¿Por qué este texto?

Un conocimiento adecuado sobre el budismo es fundamental para la educación y la cultura de todo aquel que no quiera ser un miembro más enajenado de una manada que camina inconscientemente por una revolución tecnológica.

Según los estándares y valores de nuestra cultura occidental, estamos más acostumbrados a mirar hacia afuera que hacia nuestro interior. Otras culturas pueden ayudarnos a ampliar y profundizar nuestra visión de la realidad y la vida; y es hora de hacerlo.

Si alguien te pregunta sobre el budismo, dile que es una antigua doctrina humanista. El budismo raíz es eso y no muchas otras cosas sobre las que escuchamos y leemos. Además, hay que decir que esta doctrina no es difícil de entender, pero sí realmente difícil de practicar.

Para entenderlo con nuestra mente occidental no es necesario dominar el sánscrito y el pali ni consultar papiros y pergaminos en los sótanos de los museos. No es necesario afeitarse el pelo ni vestir ropa

oriental. No necesitas comer tallos de bambú, hacerte tatuajes en el cuerpo, crear un apodo en hindi, colocar mandalas en la oficina, encender incienso por toda la casa y pronunciar mantras al atardecer ante el asombro de tu perro.

Este texto no trata sobre esoterismo, rituales místicos imaginarios, inmersiones politeístas, programas de autoayuda en línea, religiones exóticas y milagrosas u otras fantasías actuales, honestas o no, creadas para explorar el sufrimiento que cargamos como humanos.

Es simplemente una doctrina humanista llamada budismo, que es racionalmente comprensible. Sepa, sin embargo, que para practicarlo es necesario dedicar toda su vida sin restricciones. Ahí reside la fascinación que el budismo ofrece a nuestra mente.

Es posible comprender el budismo desde sus cimientos a través del lenguaje y el conocimiento modernos y establecer sus relaciones con el pensamiento contemporáneo y sus referentes.

Con esto, es posible profundizar y ampliar nuestra percepción de la compatibilidad de estos principios antiguos con nuestras formas modernas de vivir y conocer.

El estudio necesario para ello es bastante laborioso. El budismo es un tema que subyace a una gigantesca montaña literaria, cultural e histórica.

Cuanto más nos acerquemos a su concepto original, más profunda y voluminosa será la excavación que debemos realizar. Esta montaña tiene dos partes

bien diferenciadas: la literatura académica (que incluye la literatura monástica) y la literatura común. Toda la literatura académica es controvertida debido a la autenticidad de las fuentes, cuestiones lingüísticas, la calidad de las traducciones de documentos antiguos, influencias culturales e ideológicas, etc. Por otro lado, podemos estimar que el noventa por ciento de la literatura y los medios comunes tienen contenido erróneo o falso. Carecen del cuidado analítico y crítico de la metodología científica y, por otro lado, albergan todo tipo de invenciones, insuficiencias culturales y cognitivas, suposiciones e incluso falsedades intencionales. Puede encontrar miles de citas literales de Buda con una búsqueda rápida en Google; la gran mayoría son "falsos", y quien los comenta y los propaga es un impostor.

Por tanto, nuestro viaje debe ser cauteloso.

Budismo raíz significa todo el contenido del movimiento filosófico, doctrinal y sociocultural iniciado y desarrollado por Siddhartha Gautama (Lumbini, Nepal - 563 a. C.) hasta la Guerra de Kalinga (India - 260 a. C.).

Después de esa fecha, muchas cosas sucedieron alrededor o como consecuencia de las enseñanzas de Siddhartha Gautama, sin agregar nada relevante a su doctrina, simplemente porque siempre fue un sistema completo al que no le faltaba nada ni se le debía agregar nada.

Sin embargo, después de la Guerra de Kalinga, como veremos, una serie de acontecimientos e

intereses culturales, políticos, económicos y religiosos de las diversas culturas védicas, brahmánicas y de otro tipo se familiarizaron con el budismo. Comenzaron a extraer fragmentos, conceptos, textos, argumentos, referencias y otros elementos budistas, y a aplicarlos en sus diversos contextos.

Rápidamente, surgieron muchas corrientes y escuelas, como Mahayana, Sarvastivada, Māitrya, Madhyana, Yogacara, Tantra y muchas otras, trayendo partes o fragmentos del budismo desde la base hasta el caldero de otros conceptos.

Así, el budismo comenzó a caracterizarse por una efervescente relatividad cultural y contaminación religiosa, que podemos comprobar en las innumerables variantes que adquirió a lo largo del tiempo. Cuanto más crecía esta relatividad, menos se notaba la raíz del budismo, que es el único conjunto de conceptos que realmente nos interesa en este trabajo. Tenemos todo nuestro respeto por todas las derivaciones y transformaciones posteriores al período antes mencionado, pero ninguno de nuestro interés efectivo.

Un ejemplo relevante de este mestizaje entre el budismo y los contextos hindú y védico es la corriente Mahayana, surgida en el siglo II a. C. Esta corriente de pensamiento, que pretendía preservar los conceptos fundamentales del budismo, constituyó la primera gran bifurcación, sumándose a ellos todo un contexto mitológico arquetípico representado por divinizaciónes arcaicas adaptadas a circunstancias culturales relativas, además de proponer una división de la cosmología budista original en dos partes: el

vehículo individual, correspondiente a las enseñanzas originales de Siddhartha Gautama, y el llamado "vehículo universal", un concepto cosmológico extenso.

La cadena comenzó con el monje Nagarjuna, en forma de un conjunto de conceptos e instrucciones que Siddhartha supuestamente había reservado para ser reveladas solo en el futuro, y que, veinte generaciones después de su muerte, ahora le fueron entregadas precisamente a él, Nagarjuna, como una revelación. Los portadores de la revelación serían semidioses llamados Nagas (también nombre de una antigua tribu de Sri Lanka), quienes tienen un cuerpo polimórfico, mitad serpiente y mitad hombre. Con esta morfología, estas serpientes pueden ser benéficas o malignas. Se dice que Siddhartha dejó estas enseñanzas inicialmente secretas al cuidado de los Nagas para que, en su momento, las entregaran a quien fuera indicado, en este caso, precisamente al propio Nagarjuna.

De hecho, las narrativas sobre Nagarjuna están estructuradas simbólicamente en una cultura impregnada de mitos y, por lo tanto, no pueden interpretarse literalmente.

Podemos ver que, independientemente de las cualidades que pueda tener la cosmovisión presentada por Nagarjuna, la extensión de este mestizaje sumergió inevitablemente al budismo desde sus bases en creencias mitológicas, supersticiones e influencias populares, de la época y del lugar, sin duda contaminadas por prejuicios mesiánicos. .

Algunos historiadores creen que esta mezcla hizo que el budismo fuera más aceptable para las sociedades hindúes, incluidos sus símbolos, lenguaje y rasgos mitológicos incorporados a sus culturas. Podría haber sido así, pero lo cierto es que esta mezcla, en numerosos casos, oscureció su núcleo budista original y, de hecho, lo volvió antagónico al conjunto. Es decir, no hubo mestizaje, sino fusiones en las que se incorporó gran parte de la esencia budista. A lo largo de la historia, estas corrientes se fueron subdividiendo sucesivamente en instituciones, escuelas filosóficas, religiones, sectas y culturas, denominándose genéricamente “budismo”, aunque la mayoría de ellas no tuvieron relación relevante con las enseñanzas originales de Siddhartha Gautama.

En definitiva, podemos establecer tres periodos significativos en los que ocurrió todo esto: 1) 500 a. C. C. al 200 a. C. C. — Budismo monástico, también llamado “vehículo individual”, porque centraba su doctrina en la vida humana, al que llamamos “budismo raíz”, objeto de este texto; 2) del 200 a. C. C. en el año 500 d. C. C.—Budismo mesiánico (porque derivó de las supuestas enseñanzas traídas a Nagarjuna por las Sagas), o “vehículo universal”, porque presentaba una doctrina cosmológica expansiva; 3) del 500 al 1000 d. C. — Budismo esotérico universalista, o estilo apocalíptico (procedente de la revelación), del que surgió la corriente del Tantra y sus múltiples derivaciones. Con la modernidad estas variantes fueron aspiradas por diferentes culturas, creencias y prácticas místico-mágicas, como la cultura Zen, el esoterismo

occidental, etc.

Con cada una de estas divisiones o contaminaciones, la distancia entre el verdadero budismo y estos diversos pensamientos aumentó proporcionalmente, haciéndolos más distantes de la realidad del budismo mismo. Hoy en día, cualquier gimnasio o tienda de material esotérico cree que puede hablar sobre el budismo y sus prácticas. Evite ambas a menos que busque especias orientales u objetos decorativos baratos y sin sabor.

Por tanto, para comprender el budismo desde sus raíces, debemos cerrar nuestro camino a una época anterior a estos acontecimientos, precisamente a principios del siglo II a. C., y descartar definitivamente cualquier interés por estas infinitas variantes, especialmente las más modernas. De lo contrario, podemos perdernos en un caleidoscopio donde se confunde religión con fantasía, filosofía con folclore, investigación con imaginación, etc.

Aquí, cuando hablamos de budismo, nos referimos a algo anterior al 250 a. C.

Sin embargo, es necesario señalar dos cosas en esta introducción:

a) La inconmensurable expansión del budismo por Eurasia y luego por todo el mundo occidental. La aparición y sedimentación de sus variantes y culturas fue un movimiento milenario pacífico, sin implicación ni causalidad, con violencia, guerras y conflictos. El pacifismo de la doctrina budista prevaleció sobre todo lo que la historia le presentó.

b) La expansión del budismo demuestra lo que hoy afirma la ciencia histórica: la historia humana no está compuesta de capítulos donde el tiempo sea la referencia, sino de capas sucesivas, donde se acumulan contenidos.

Lo que ocurrió con el budismo difiere de todo lo que implica el desarrollo y expansión del humanismo y las culturas occidentales.

Tomemos el ejemplo del cristianismo, base de casi toda la civilización occidental. Unos 350 años después de la muerte de Jesús, el cristianismo, una doctrina humanista tanto como el budismo, se convirtió en la religión oficial del Imperio Romano mediante el Edicto de Tesalónica del emperador Teodosio I. El hecho no se produjo porque Teodosio fuera santificado o iluminado, sino gracias a una estrategia exitosa. : controlar la tensión popular generalizada y consolidar políticas que convinieran al poder dominante. Tener al pueblo de tu lado es el sueño de todo déspota.

Rápidamente, la doctrina espiritualista de Jesús de Nazaret (ya mal documentada debido a la persecución que sufrieron las primeras comunidades cristianas) quedó sepultada bajo montañas de intereses económicos, políticos, religiosos, culturales y militares.

Las instituciones, creencias y religiones que se autodenominaban cristianas poco tenían que ver con la doctrina del Nazareno. Lo que quedó de los fragmentos históricos del cristianismo original permaneció encerrado en las inaccesibles

bibliotecas de la Iglesia católica y controlado durante milenios por la eficiente censura de sus teólogos para impedir su difusión, conocimiento y crítica, lo que sin duda mostraría la inmensa distancia entre la doctrina de Jesús y los convenientes dogmas y creencias que sustentaban la institución religiosa.

El alcance de esta censura institucional religiosa llegó al extremo de crear una aberración cultural que recibió el nombre popular de “evangelios proscritos” y otros documentos considerados inapropiados o “apócrifos”, que nunca pudieron ser vistos o convenientemente “perdidos”, aunque pertenecían a la humanidad. En otras palabras, los hombres vestidos como religiosos en el siglo XI se creían competentes para decir lo que los discípulos de Jesús deberían o no haber dicho un milenio antes, para servir mejor a su próspera institución eclesiástica once siglos después.

La historia nunca ha logrado ocultar la inmensa diferencia entre religión (“religare”) e iglesia (“ecclesia”). La Primera, una cosmovisión teísta, la segunda, una institución organizativa humana, sujeta a todos los males del poder, como cualquier otra institución social.

Con este origen, nuestra tradición occidental ha estado involucrada, desde su formación, de una forma u otra, con la violencia, las guerras, la dominación, las conquistas, el colonialismo, etc. Desde el siglo XI, pocas guerras occidentales no se han librado en nombre del cristianismo o no se ha utilizado el argumento de la “catequesis” para justificar la codicia material y política de los estados

que se beneficiaron de ella.

Así, comparando las dos tradiciones desde sus orígenes, se puede decir que el budismo se difundió por el mundo con la palabra de una doctrina, el servicio gratuito de sus escuelas y universidades y el ejemplo de vida pacifista de sus seguidores. Por otro lado, la tradición cristiana se desarrolló a través del poder político-económico, la fuerza de la espada y el peso de la opresión.

Por tanto, cuando salimos de nuestro entorno de culturas occidentales para abrir los ojos a las tradiciones budistas, como en este texto, no estamos hablando de otro tema, sino de otro universo que nuestra historia nunca ha conocido.

El budismo del que hablaremos es un término sánscrito-pali que proviene de "Buda" y no es un sustantivo onomástico. No es el nombre de nadie y mucho menos de Siddhartha Gautama, el fundador del budismo. Buda es un adjetivo calificativo nominativo que significa alguien que ha alcanzado la iluminación. Por eso, como dicen de Siddhartha, antes y después de él nacieron innumerables Budas. Sin embargo, como hacen todos los estudiosos, simplemente llamaremos a Siddhartha Buda.

Cualquier persona interesada puede encontrar rápidamente narraciones sobre la vida del príncipe Siddhartha en cualquiera de las muchas enciclopedias en línea. Algunas son al menos en parte fantásticas o románticas y contienen elementos folclóricos o religiosos.

Otras narrativas se ciñen únicamente a las Escrituras

e ignoran el contenido histórico y cultural, mientras que algunas se limitan a la visión histórica y no alcanzan el fundamento filosófico correspondiente. Sin embargo, hay varias narrativas, especialmente aquellas de origen académico, que expresan investigaciones valiosas.

Depende de cada persona elegir lo que quiere. Depende de cada persona seleccionar el tipo de información que desea. Aquí intentaremos utilizar la mayor sencillez posible en nuestro lenguaje cotidiano, y la mayor proximidad a la historia y a los textos canónicos.

En la época del origen del budismo, la escritura era habilidad de unos pocos (generalmente comerciantes). Por tanto, con la escritura se utilizaron otros recursos de representación y expresión accesibles a todos. Era común el uso de canciones, danzas, posturas corporales, símbolos e imágenes. Así, el simbolismo budista es rico y variado, y con el tiempo se fue incorporando a diferentes culturas, adquiriendo formas y significados que variaron mucho de unas a otras. Ilustraremos aquí el texto con algunos símbolos, todos originarios de los inicios del budismo y ninguno vinculado al “diseño esotérico” de los tiempos actuales.

Otra forma de expresión de la doctrina budista fue la poesía, porque Buda afirmó que la gente prefería escuchar versos a discursos. Lo mismo ocurrió en la Grecia presocrática: la filosofía y la poesía como núcleo de contenido y expresión hasta que Platón provocó el divorcio entre ambas.

La forma en que Buda utilizó el lenguaje del verso para presentar sus enseñanzas a su audiencia diversa y multicultural fue muy intensa y variada. La figuración y el simbolismo con el que expresaba determinados conceptos se basaban muchas veces en imágenes de los Vedas, referencias míticas y otros elementos semióticos hindúes, conservando, al mismo tiempo, una disciplina epistemológica rigurosa, casi aristotélica.

Si esto hizo que la hermenéutica de su doctrina fuera estructuralmente difícil (y todavía lo hace hoy) para los estudiosos, en términos de comunicabilidad, facilitó su comprensión por el pueblo en general, dando a sus discursos una sencillez cautivadora y fácil de entender.

Uno de los documentos canónicos esenciales de los dichos de Buda en verso, y, por tanto, uno de los más estudiados en lo que respecta al budismo raíz, es el llamado Dhammapada (que significa "El camino del Dharma"), con 426 versos. escrito por Siddhartha Gautama.

Cualquier persona interesada en este precioso texto puede encontrarlo en el Apéndice 1 de este libro.

Buda también habló metódicamente, y sus "Largos Discursos" son piezas canónicas de extraordinaria importancia.

4

las tres joyas

(La Tiratana)



La esencia del pensamiento budista, su contexto y su estructura definen lo que se llama “Las Tres Joyas del Budismo” o “La Tiratana”: las enseñanzas de Buda, el Dharma (el camino de crecimiento de cada ¹ persona) y la

Sangha (la comunidad armoniosa orientada al Dharma).

Este conjunto se llama Tiratana. Seguiremos la pista de las tres joyas como guía metodológica de este texto. Comprenderlo significa adquirir un conocimiento fundamental muy amplio del budismo, suficiente para iniciar el camino, pero nunca suficiente para llegar al final.

¹ Los tres fundamentos de la doctrina budista están representados como tres joyas, colgantes de una flor de loto.Img obtenida de <https://sangavirtual.blogspot.com/2011/10/o-buda-o-dharma-e-sangha.html> en 10 /2023.

5

la primera joya

(Las enseñanzas)

Realidad y verdad.

Las enseñanzas de Buda (o la primera joya, o el primer elemento de Tiratana) son tan amplias y profundas que un conocimiento sólido de ellas requeriría toda una vida de estudio y práctica, inalcanzable para nuestra turbulenta vida urbana moderna.

Sin embargo, no enseñó solo a monjes y ascetas, que viven vidas enteramente meditativas y residen en los picos inaccesibles de cadenas montañosas distantes. Son aquellos que, por decisión personal, abandonaron la vida cotidiana y se entregaron definitivamente y sin límites a este conocimiento y a esta práctica. Son ellos quienes cuidan las enseñanzas y tradiciones y preservan estos contenidos durante milenios, enriquecidos por sus continuos estudios.

Buda, con sus palabras y pensamientos exactos, también nos enseñó su doctrina a nosotros, hombres occidentales corrientes, nacidos 2.500 años después

de su muerte, con nuestras neurosis urbanas y nuestra modernidad, cansados y confundidos en un vagón



de metro al final de una jornada casi insoportable. del trabajo, en un mundo histérico y violento de culturas sin sentido. Como los monjes lejanos, podemos entenderlo en nuestras circunstancias de cultura, tiempo y espacio, porque el instrumento que utilizamos para hacerlo ha existido en cada ser humano desde el comienzo de la especie: una mente que puede abrirse al conocimiento, a crecimiento, a la evolución, la felicidad y la armonía con todo lo que existe.

Tenemos que usar nuestros sentidos; el resto² es una consecuencia.

Las enseñanzas del Buda están dirigidas a todos los hombres, sin importar quién, cuándo y dónde. El

² El "Árbol Corporal" simboliza los lugares de los bosques donde Siddhartha solía meditar. [%20tree%20%20Buddhism&position=47&from_view=search&track=ais">Imagen de natanaelginting en Freepik](#)

budismo es una doctrina universal y atemporal.

Antes de comenzar, y para evitar malentendidos semánticos, es necesario aclarar que las enseñanzas budistas utilizan expresiones y términos comunes en cualquier idioma. Aun así, algunas pueden tener un significado que no se corresponde exactamente con el atribuido a la palabra, tal y como se utiliza generalmente en el lenguaje cotidiano.

Algunos términos se utilizan a menudo en un sentido particular y requieren nuestra atención en su uso porque los encontraremos varias veces. Los principales son los siguientes:

Iluminación: No se corresponde con el sentido común de recibir luz, inspiración, vibración o energía de una fuente externa que pueda actuar sobre nosotros.

En el budismo corresponde al estado mental del individuo alcanzado por sí mismo, sin ninguna interferencia externa, material o de otro tipo, resultante del pleno conocimiento de sí mismo y de su realidad interna y externa. En consecuencia, sus sufrimientos humanos son superados y el individuo logra la dilución de su identidad en completa armonía con todo aquello con lo que se relaciona. Es la culminación de vuestra evolución, que os incorpora al todo, disuelve vuestro "yo" y hace innecesario que la experiencia humana individual continúe. Así, la iluminación no es un don divino, algo heredado, ni un milagro o revelación de los dioses, sino el fruto del esfuerzo de un individuo por mejorar y profundizar la vida diaria a través del conocimiento,

la ética, la realidad y la verdad.

Verdad: Las "verdades" budistas son objetivas; No son creencias, convicciones, dogmas, ni conceptos teológicos o metafísicos. No son dictados ni revelados por ninguna deidad. Son el resultado de la observación racional de la realidad: hechos y acontecimientos simples que pueden verificarse objetivamente mediante la observación empírica y la fenomenología. La verdad es todo lo que nuestra razón puede comprobar eficaz y críticamente.

Realidad: El significado de la realidad es el fundamento material de la verdad, el hecho, el fenómeno mismo, cuya observación y conocimiento permiten la adquisición de la conciencia. Significa el resultado del estado mental de una persona, estrictamente limitado al momento presente y dependiente del nivel y dirección de la atención del individuo, determinado por un estado cerebral específico.

Sufrimiento: es el estado de insatisfacción, inadaptación o inquietud del individuo que surge de su desconocimiento de la realidad presente, del apego a obsesiones derivadas de acontecimientos pasados, fantasías del futuro imaginario, la existencia del yo y el deseo recurrente de cosas impermanentes. El sufrimiento es una consecuencia del apego.

Felicidad: Nuestros conceptos actuales de felicidad están vinculados a la satisfacción de deseos, la consecución de metas o la adquisición de algo. Para el budismo, la felicidad se opone a lo que pensamos

de ella, porque, para Buda, lo que pensamos significa solo apego. La felicidad en el pensamiento budista significa precisamente desapego, libertad de la necesidad psicológica de posesión y dominación y, esencialmente, de la ilusión del yo y de la creencia en la existencia del yo como un ser aislado.

Buda repitió esta enseñanza con insistencia, dada su importancia doctrinal.

Para Buda, el predecesor de lo que hoy es la filosofía de la mente, la repetición siempre fue necesaria.

Deseo y apego: a diferencia de la mayoría de los conceptos éticos tradicionales, el deseo en sí en el budismo, incluido el deseo carnal, no está estereotipado como algo abyecto, inmoral o pecaminoso en sí mismo, sino que se considera una respuesta natural al sufrimiento, cuyo valor no reside en el hecho en sí, sino en cómo puede manifestarse. Los textos son bastante claros cuando se trata del "camino medio", el camino del equilibrio:

No deben buscarse los placeres sensuales que son viles, vulgares, burdos, innobles y sin beneficio, como tampoco deben buscarse mortificaciones dolorosas, innobles e impotentes. El camino Medio descubierto por el Tathagata evita ambos extremos, proporcionando visión, conocimiento, paz, conocimiento directo, iluminación y Nibbana (El Buda-Aranavibhanga Sutta. El análisis del no

conflicto).

Tanto es así que Siddhartha Gautama se refiere negativamente y en varias ocasiones al “deseo ansioso” que provoca sufrimiento, diferenciándolo así del deseo puro y simple, fenómeno que forma parte de nuestra fisiología y de nuestra mente.

Estudios psicoanalíticos recientes sostienen que, para referirse a las causas del sufrimiento, Buda utilizó la palabra “simtanha”, que no significa “deseo”, sino que implica “sed” o “anhelo”, constituyendo apego. Entre los académicos contemporáneos, varias conceptualizaciones del “apego” generalmente convergen en lo que podríamos llamar el intento de aferrarse a una experiencia que no se puede retener ni lograr, más que el deseo de felicidad o plenitud en sí.

Estas conceptualizaciones son correctas, pero son formulaciones que aclaran el deseo, pero confunden la noción de apego. El apego es uno de los conceptos más precisos y fundamentales de la doctrina y las enseñanzas budistas. Sin embargo, es común confundir el apego con el amor, lo cual es otro error: cuando se quiere lo mejor para algo o alguien a quien se ama; cuando quieres algo o alguien para ti, te apegas.

Por tanto, en nuestro lenguaje se entiende por apego algo que expresa tres actitudes: el sentimiento de posesión, el deseo de dominio y la lujuria. En estas actitudes residen los tres venenos de la mente, como veremos más adelante.

Al igual que las Tres Joyas, las enseñanzas de Buda se sustentan y presentan en dos pilares que expresan todo su contenido: las Tres Verdades Universales y las Cuatro Nobles Verdades.

5 – Las tres verdades universales

Ellos son: el principio de la impermanencia y la naturaleza de la vacuidad; el foco del sufrimiento; la doctrina de la inexistencia del yo y del alma eterna.

Las tres verdades universales tienen una estructura axiológica y expresan los conceptos esenciales del budismo, además de ser las más difíciles de comprender. Comprenderlos requiere atención y reflexión, a menudo compleja y agotadora, pero sin las cuales no sabremos nada del pensamiento de Siddhartha Gautama, salvo su superficie, generalmente expuesta de manera folclórica e incluso banalizada por modas de todo tipo.

Buda les enseña lo siguiente:

Todo lo que existe es transitorio y cambia constantemente; nada es eterno; la realidad es un concepto vacío.

El sufrimiento es parte inherente de la vida humana y es consecuencia del desconocimiento de la realidad y del apego a las cosas transitorias.

No existe una individualidad estable ni un alma individual, eterna e inmutable. El “yo” y el individuo

son entidades que no existen tal como los imaginamos.

Los individuos independientes son ilusiones de nuestra mente.

Solo existe una estructura de características y atributos cambiantes en cada ser, que se incorpora al todo, en conjunción e interdependencia con todos los demás seres vivos.

La afirmación de la primera de estas verdades se denomina "el principio de la impermanencia y la naturaleza de la vacuidad", y surge de la doctrina budista de la inexistencia del alma, llamada "Anatta", o el "no-yo". o "sin alma".

Tenemos que entenderlo de una manera comprensible, sin la cual no tiene sentido seguir adelante.

La primera vez que alguien lee estas declaraciones, se espera que quede completamente confundido y piense que nunca entenderá lo que Buda quiso decir con ellas. Son afirmaciones contundentes sin ningún argumento o silogismo que permita un análisis crítico. Son afirmaciones irracionales que surgen de la nada, como dogmas o profesiones de creencia, y cuya enunciación no presenta coherencia alguna con lo que entendemos como realidad.

A medida que se buscan elementos de investigación e interpretación, algunos confunden aún más a la gente, pero otros poco a poco empiezan a tener algún sentido y muestran la coherencia convincente de lo que parecía ser simplemente una tontería.

Con mis muchas limitaciones intelectuales, no sería yo quien desarrollara una explicación lógica para todo esto. La carga del conocimiento humano es corta; Sabemos muy poco sobre muy pocas cosas. En principio todos somos ignorantes. Sin embargo, la ignorancia no tiene principio, pero puede tener un fin, y podemos superarlo con el esfuerzo adecuado para abrir la puerta a la comprensión de las cosas.

El conocimiento es el hijo amado de la perseverancia, así como la ignorancia es el hijo espurio de la pereza.

Expongo aquí, por tanto, solo aquellos elementos que, para otros autores y para mí, construyeron y atribuyeron significado lógico a las declaraciones de Buda, para las cuales se encontró un sólido apoyo en la ciencia moderna, especialmente en la física cuántica, las neurociencias y la nascente cosmología científica. Si Buda fue un realista científico, debemos buscar el contenido de sus expresiones en la ciencia y no en revelaciones, mitos, ritos y leyendas.

Todo se basa en cómo percibimos el universo y a nosotros mismos y lo que hay de incompleto en esa observación. La doctrina budista nos invita a percibir la realidad desde otro ángulo, con otra postura y alcance distintos a los que recibimos de la tradición.

Nos enseñaron que el universo está formado por tres componentes: materia, de la que están hechos los cuerpos u objetos (que son de naturaleza molecular y estable); energía (que oscila y es inestable) y espacio (que no es nada). Entendemos que el todo está formado por cuerpos, objetos, energías y

espacio. Incluso Galileo Galilei observó las cosas de esta manera. Buda dice lo contrario de esta cosmología simplista, afirmando en sánscrito, hace 2.500 años, precisamente lo que Antoine Laurent Lavoisier (1743 – 1794) dijo en francés en el siglo XVIII d. C., bajo el título de Ley de Conservación de Masas:

“En la naturaleza nada se crea, nada se pierde, todo se transforma.”

Lo que Buda dijo en otros términos y lo que Lavoisier confirmó con sus experiencias parece sencillo. Bastaría comprender y aceptar que todo cambia para proclamar el núcleo de la primera verdad budista: “Todo lo que existe es transitorio y en constante evolución. Pero no es tan simple.

Lo que dijeron Buda y Lavoisier no tenía relación con la cosmología que recibimos de la tradición. Lo que dijeron abordaba conceptos de una cosmovisión mucho más compleja y científicamente verificable. Según esta cosmovisión, era necesario revisar las nociones existentes sobre los componentes del universo en el que vivimos.

Ambos se adelantaron a su tiempo. Lo que Buda nos dijo es que no existe un universo hecho de materia y cuerpos aislados (que son moleculares y estables), de energía (que es ondulante e inestable) y de espacio que separa los cuerpos (que es nada).

Según sus enseñanzas, la materia es inestable y no se

limita a una estructura molecular. Asimismo, no existen cuerpos aislados ni se considera que el espacio esté ausente de materia y energía. Según él, la energía no es ondulada ni inestable; Es vibratorio y estable, y el espacio que separa los cuerpos no existe porque no hay cuerpos que separar.

Con estos componentes, el universo no es un conglomerado de objetos y energía. El universo es un todo sistémico y continuo y, de hecho, materia y energía son lo mismo, diferenciadas solo por grados de masa y concentración vibratoria.

Dado que lo que afirmaron Lavoisier y Buda se aplica a la materia y la energía, concluyen que este sistema cosmológico tiene su equilibrio.

Todo en este sistema ha existido desde el origen del universo. No se le ha añadido nada; no me quitaron nada.

Mi cuerpo no produjo las moléculas de carbono en mis manos; Han existido durante millones de años. La luz del sol que me ilumina fue generada vibratoriamente hace millones de años y ahora llega hasta mí. Es la misma frecuencia vibratoria que iluminaba las tardes de Ramsés III, de la misma manera que mis moléculas de carbono podrían haberlo estado en el cabello de Cleopatra.

Así, al ver el universo como un sistema continuo, mutable y dinámico, surge la pregunta de qué cuerpos vemos, animados e inanimados, que, en nuestra percepción, están distantes y separados entre sí.

Estas distancias y separaciones son productos de nuestra mente, creadas a partir de las limitaciones de nuestra percepción, provocadas por la incapacidad sensorial de captar las diferentes formas de energía y partículas de materia que hacen que el sistema sea continuo.

Los cuerpos y objetos son puntos de mayor concentración de energía vibratoria y materia molecular, de mayor o menor complejidad y extensión, resultantes del constante flujo sistémico de la expansión del universo. La propia dinámica del proceso sistémico cósmico forma estos puntos.

Todos estos puntos de concentración son inestables y se diluyen en el flujo sistémico cuando alcanzan su función evolutiva, determinada por el movimiento del sistema. Por tanto, todo lo que vemos como materia o cuerpos es una acumulación de energía molecular funcional e inestable. No hay espacio entre lo que llamamos cuerpos porque la materia y las energías son continuas. No hay espacio entre mi cuerpo y el tuyo porque el espacio no existe. Solo hay secciones sistémicas con menor concentración de energía y materia molecular, que no están interrumpidas. La realidad es continua entre tú y yo. En nuestro caso, hay entre nosotros al menos moléculas de oxígeno, nitrógeno, hidrógeno, ácidos flotantes y diversas energías vibratorias, térmicas, luminosas, sonoras, etc., que también existen en nuestros cuerpos en proporciones más significativas que creíamos separadas. por un espacio y realidades con contenidos diferentes; pero no lo son.

De esta manera, nuestros cuerpos no existen como

cuerpos u objetos separados y estables. Somos solo puntos de concentración en un flujo considerable donde todo forma parte de un todo sistémico y estamos interrelacionados con el resto. El aire que exhalas puede contener moléculas de calcio que podrían formar parte de mis dientes mañana. Ninguna célula de nuestro cuerpo lleva allí más de siete años, como indica la biología.

La diferencia entre tu cuerpo y el árbol de tu jardín está solo en la gradación de complejidad y la acumulación de energía, nada más.

En este inmenso sistema en constante cambio, ningún átomo ni vibración desaparece, ni se crea nada. Sin embargo, todo cambia a cada momento, integrándose en el punto de concentración o siendo eliminado. Nada nace, nada muere, y la vida es solo la breve estabilidad de algún punto de concentración circunstancialmente necesario para algún subsistema cósmico.

Varias declaraciones de Buda están recibiendo una aceptación cada vez mayor por parte de la mecánica cuántica y otros campos científicos modernos.

Kenneth Chan, en un artículo publicado recientemente ("Una interpretación experiencial directa de la mecánica cuántica"), destaca este acercamiento entre la tradición budista y la ciencia contemporánea:

La formulación de la mecánica cuántica en realidad no sugiere, de

modo alguno, una dicotomía mente-materia y ciertamente no indica materialismo o solipsismo. La mecánica cuántica realmente apunta a un medio-termo entre estos dos extremos de materialismo y solipsismo, una comprensión que Werner Heisenberg y Wolfgang Pauli finalmente alcanzaron. Esto significa que la formulación de la mecánica cuántica en realidad apunta al punto de vista filosófico de la filosofía budista Madhyamika, también conocida como filosofía del Camino Medio. La filosofía Madhyamika nos permitiría incluir el papel de la conciencia en la física cuántica sin acabar en los extremos del solipsismo o del materialismo.

En este artículo, la formulación de la mecánica cuántica se interpreta explícitamente en términos de la filosofía Madhyamika, y esto se puede hacer directamente, sin modificaciones en la formulación original de la Mecánica Cuántica, y sin la necesidad de condiciones ad hoc adicionales. En otras palabras, podemos tener una interpretación experiencial directa de la mecánica cuántica que se ajusta perfectamente con la filosofía de Madhyamika. Así, además de ser respaldado por un análisis lógico extremadamente preciso y una

profunda visión meditativa, ahora también hay pruebas científicas concretas de que la visión de Madhyamaka de la realidad es correcta”

(<http://kenneth-chan.com/physics/direct-experiential-interpretation-of-quantum-mecánico> - retrieved on Mar. 05,2021) Traducción del autor)

La vida, por tanto, no es más que una breve concentración de energía relacionada esencialmente con todo lo demás que existe.

Este concepto, independientemente de si ofende o no nuestras creencias, está plenamente demostrado por la física moderna. Son hechos comprobados, explicó la realidad.

Los elementos que hemos reunido hasta ahora son los mismos que sustentan el segundo elemento, o afirmación, de la primera verdad universal: la realidad es vacía, lo que no significa que sea necesariamente inexistente.

El Buda, así como la ciencia moderna, considera que la realidad es el resultado del estado mental de una persona, estrictamente limitado al momento presente y dependiente del nivel y la dirección de la atención del individuo, determinada por un estado cerebral específico.

No existe una realidad objetiva absoluta formulada externamente al individuo y que exista por sí misma: tú y yo podemos cruzar juntos la misma calle en el momento exacto. Mi atención se centrará en el semáforo del otro lado de la calle porque tengo miedo de que me atropellen y no notar a la mujer de

la blusa roja a mi lado. Dirigirás tu atención a los zapatos blancos del hombre que tienes delante porque te gustaría tener uno como ellos, y no prestarás atención al semáforo ni al delincuente que viene a robarte el bolso.

Llegaremos juntos al otro lado de la calle, habiendo vivido dos realidades profundamente diferentes, actuando de manera diferente ante los mismos estímulos, y podremos preguntarnos: “¿Cuál es la realidad: la mía o la tuya?”

Conociendo hoy cómo funciona el proceso neuro-cerebral-perceptivo. La neurociencia y la psicología experimental, como Buda, eliminan del concepto convencional de realidad, tanto el pasado (almacenado en los retenedores de la memoria del individuo) como el futuro (formulado en la estructura neuronal de lo imaginario). En cuanto al pasado, la inclusión de datos almacenados en la memoria para la formulación de la realidad se asemeja a una obsesión, en el sentido de que su contenido ya no existe y, por tanto, no puede guiar el estado mental perceptivo en el presente. El futuro, a su vez, es meramente imaginario y fuertemente influenciado por prejuicios, deseos y miedos, no constituyendo en modo alguno el concepto de realidad.

Así, limitada al estado mental resultante de los procesos perceptivos de cada momento, la realidad es excepcionalmente volátil, puede cambiar abruptamente cada segundo y no conserva ningún contenido estable ni puede reinstaurarse en otro momento.

Así, la realidad está vacía y limitada a la percepción y análisis del momento actual. Este pensamiento es consistente con varias tendencias recientes de la neurociencia y la psicología cognitiva que plantean de manera más incisiva la hipótesis de la inexistencia de la realidad precisamente por su naturaleza volátil e inconsistente, ya señalada por Buda.

Buda enseñó insistentemente que una mente sana y estructurada está total y permanentemente dirigida hacia el momento presente, sin alejarse nunca de él por ningún motivo. El significado es la ausencia de materia y energía. Según él, la idea es lo que llamó "concentración correcta", uno de los ocho caminos del Dharma. Podemos resumir en una palabra: todo lo que Buda quiso decirnos sobre la disciplina mental.

La afirmación de la Segunda Verdad Universal se refiere al principio del sufrimiento como inherente a la vida humana y producto del propio hombre a través de su mente.

Las escrituras budistas definen el sufrimiento de la siguiente manera:

"Ahora, amigos, ¿cuál es la noble verdad sobre el estrés? El parto es estresante; el envejecimiento es estresante; la muerte es estresante; la tristeza, el arrepentimiento, el dolor, la angustia y la desesperación son estresantes; No conseguir lo que quieres es estresante. En resumen, los cinco grupos de apego son estresantes.

¿Y qué es el nacimiento? El nacimiento, el nacimiento, el descenso, el devenir, el surgimiento, la aparición de agregados y la adquisición de esferas (sensoriales) de los diversos seres de tal o cual grupo de seres se llama nacimiento.

¿Y qué significa envejecer? Cualquier envejecimiento, decrepitud, quebrantamiento, encanecimiento, arrugas, disminución de la fuerza vital, debilitamiento de las facultades de los diversos seres, de tal o cual grupo de seres, a esto se le llama envejecimiento.

¿Y qué es la muerte? Cualquiera que sea la muerte, la desaparición, la fragmentación, la desaparición, la muerte, la terminación del tiempo, la ruptura de los agregados, el desprendimiento del cuerpo, la interrupción en la facultad vital de los diversos seres de tal o cual grupo de seres, llamada muerte.

¿Y qué es el dolor? Cualquier dolor, pena, tristeza, dolor interior, tristeza interior de una persona que sufre una desgracia, tocada por algo doloroso, se llama tristeza.

¿Y qué es la lamentación? Se llama lamento a todo llanto, tristeza, lamento, luto, gemido o lamentación de alguien que sufre una desgracia tocada por algo doloroso.

¿Y qué es el dolor? Se llama dolor a todo lo

que se experimenta como dolor corporal, malestar corporal, dolor o malestar nacido del contacto físico.

¿Y qué es la angustia? Cualquier cosa experimentada como dolor mental, malestar mental, dolor o malestar nacido del contacto mental, eso se llama angustia.

¿Y qué es la desesperación? Cualquier desesperación, abatimiento o desesperación de una persona que sufre una desgracia, tocada por algo doloroso, se llama desesperación.

¿Y cuál es el estrés de no conseguir lo que quieres? En los seres sujetos al nacimiento surge el deseo: "Oh, si no estuviéramos sujetos al nacimiento y ese nacimiento no viniera a nosotros". Pero esto no se puede lograr con deseos. Este es el estrés de no conseguir lo que quieres. En los seres sujetos al envejecimiento... a la enfermedad... a la muerte... a la tristeza, al lamento, al dolor, a la angustia y a la desesperación, surge el deseo: "Ah, que no estuviéramos sujetos al envejecimiento... a la enfermedad... a la muerte... tristeza, lamento, dolor, angustia y desesperación, y que el envejecimiento... la enfermedad... la muerte... la tristeza, el lamento, el dolor, la angustia y la desesperación no nos alcancen." Pero esto no se puede lograr

con deseos. Este es el estrés de no conseguir lo que quieres.

¿Y cuáles son los cinco agregados adjuntos que, en última instancia, resultan estresantes? El agregado de apego a la forma, el agregado de apego a las sensaciones, el agregado de apego a la percepción, el agregado de apego a la producción y el agregado de apego a la conciencia, se denominan los cinco agregados de apego y, en resumen, son estresantes.

Esto, amigos, se llama la noble verdad del estrés".

"Saccavibhanga Sutta: Un análisis de las verdades" (MN 141), traducido del pali al inglés por Thanissaro Bhikkhu. Access to Insight (edición BCBS), 30 de noviembre de 2013, <http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/mn/mn.141.que.html>. Traducción del inglés al español del autor)

Nuestra comprensión moderna del sufrimiento humano encaja completamente en estos conceptos. Las condiciones biológicas y existenciales del ser humano, y en particular su necesaria asociación con la supervivencia, ejercen una enorme presión sobre la estructura física y psicológica del individuo desde el nacimiento hasta la muerte. La supervivencia física del individuo requiere una serie de esfuerzos, a menudo de extrema complejidad y ejecución casi inalcanzable. Neurológicamente, mucho más compleja que la de

otros animales en su entorno natural, la lucha por la supervivencia humana contiene esfuerzos físicos, respuestas instintivas e inmensas tareas psíquicas, mentales y conductuales.

Lleva en su genoma toda la historia de la especie y sus estructuras instintivas y evolutivas, pues el ser humano aún debe adaptarlas a sus amplias capacidades psíquicas y cognitivas, capaces de almacenar, evaluar y calificar información de todas sus experiencias.

Además, es necesario interrelacionar todo este contexto con los contextos de todos los demás individuos y el entorno en el que viven.

Por si fuera poco, el hombre también tiene la cruel capacidad de proyectar con su imaginación la realidad que desea, nivel en el que se aliena.

Si pudiéramos ver al ser humano dibujado sobre una mesa de dibujo, tendríamos la sensación de estar ante una máquina imposible, un proyecto loco, una aberración de la mente.

Sin embargo, como venimos de la naturaleza y parecemos no tener sentido en nosotros mismos, los instintos y las hormonas nos dicen que vivamos y luchemos por todo lo que nos intimida, asusta y aplasta. A esto lo llamamos "condición humana" y al esfuerzo que causa lo llamamos "sufrimiento".

Así aprendemos a ver el sufrimiento como algo impuesto por la naturaleza, como algo externo que nos daña y causa dolor y malestar. El sufrimiento es así, entendido como algo que viene de fuera y nos

invade o confronta.

El budismo puede comprender esta estructura causal de la realidad, pero está completamente en desacuerdo con nuestra visión del sufrimiento. Buda siempre fue enfático y atribuyó el sufrimiento que soportamos a la mente de cada persona, lo cual es central en su doctrina.

Existen, sin duda, causas objetivas y reconocibles del sufrimiento en el budismo, pero esto depende de cómo uno las ve y cómo reacciona ante cada una de ellas. Así, el sufrimiento no existe como fenómeno externo y objetivo; más bien, el sufrimiento de cada persona es causado por ella misma, a través de las acciones y situaciones de su mente. El sufrimiento no es un verbo conjugado en plural, sino un estado mental del que solo se puede hablar en singular. Con base en este fundamento axial, Buda enseña tres cosas: a) independientemente de sus contextos externos, la causa del sufrimiento es la ignorancia de las verdaderas causas y efectos; b) es posible conocer las causas del sufrimiento y sus consecuencias a través de una introspección auténtica, profunda y crítica de la realidad; c) una vez conocidas críticamente las causas y consecuencias del sufrimiento, es posible minimizarlo o incluso eliminarlo.

El argumento budista afirma implícitamente que cada persona tiene causas internas de sufrimiento, determinando los efectos de posibles causas externas. Además de la ignorancia racional sobre sus causas, los siguientes elementos pueden aumentar la formación de miseria: posesión y dominación

indisciplinadas, ausencia de un marco ético, una psique no racionalizada críticamente, una mente apegada a la ilusión del "yo" como un ser aislado. sin una necesaria relación con otros seres, sentimientos y posturas de comportamiento como el orgullo, el narcisismo, la avaricia, el desprecio, la falta de empatía, la avaricia, el odio y la violencia.

La gran mayoría de las doctrinas religiosas se limitan casi exclusivamente a causas externas del sufrimiento y, en general, atribuyen causas místicas e imaginarias, como castigos por ofensas contra la divinidad, deudas morales del individuo resultantes del irrespeto a los preceptos de vidas anteriores, exaltación o apelaciones insuficientes a los dioses y otras deidades menores, etc.

Además, proclaman la sumisión al sufrimiento y su aceptación, porque así lo quieren y lo merecen los dioses. Sin esta humilde sumisión, nunca tendremos entrada a la vida eterna prometida, en la que solo hay satisfacción.

De manera diametralmente opuesta, para el budismo el sufrimiento es un proceso mental e individual que debe ser rechazado, combatido y purgado por las personas que lo han desarrollado en su mente como una enfermedad real. La vida no es apta para pagar deudas imaginarias, diseccionar miedos delirantes o recibir azotes a voluntad de deidades. La vida existe para expresar felicidad y alegría.

Por otro lado, la felicidad y la alegría no significan satisfacer deseos y recibir recompensas. Se compone

de la percepción y conocimiento más profundo de la vida y de nosotros mismos, logrando la mayor armonía e integración posible con todos los seres con los que interactuamos. Tal interrelación puede darse con una mente disciplinada y sana, sin los defectos personales que nos lo impidan, sin las obsesiones y fobias almacenadas en un pasado que no existe y sin los delirios de un futuro imaginario que tal vez nunca exista. La ignorancia y el apego son las dos semillas mentales del sufrimiento.

Cuando Buda finalmente enuncia su Tercera Verdad Universal, abre el escenario que provocó y aún provoca interminables discusiones en la ciencia y la filosofía, en la cosmología y las religiones, e incluso en el propio budismo: el principio de la inexistencia del “yo” y de la eternidad. alma.

Al negar la realidad de un ser que existe en una forma aislada y distinta, de un cuerpo que consideramos físico y estable, y de una esencia individual que precede a la existencia del cuerpo (o surge con su nacimiento) y permanece después de su muerte. , el Buda niega una identidad al individuo en el sentido de que todas las culturas la han entendido en algún momento.

En comparación con el desarrollo de los argumentos y descubrimientos budistas, las ideas de la Ilustración, como el dualismo cartesiano, parecen un simple error congelado en el tiempo.

Los descubrimientos más recientes e inquietantes en neurociencia y neuropsicología hacen que parezca que hemos desentrañado lo que se dijo hace más de

dos milenios: la creencia en un alma eterna es una idea errónea de la conciencia humana.

La teoría del alma.

Por el Venerable K. Sri Dhammananda Maha Thera (1919-2006).

“¿Existe un Alma Eterna?

La creencia en un alma eterna es un error de la conciencia humana.

Respecto a la teoría del alma, existen tres tipos de maestros en el mundo:

El primer maestro enseña la existencia de una entidad del ego eterna que vence a la muerte: Él es el “eternalista”.

El segundo maestro enseña una entidad egoísta temporal que queda aniquilada con la muerte: él es el materialista.

El tercer maestro no enseña una entidad del ego eterna ni temporal: Él es el Buda.

El Buda enseña que lo que llamamos ego, yo, alma, personalidad, etc., son solo términos convencionales que no se refieren a ninguna entidad real e independiente. Según el budismo, no hay razón para creer que exista un alma eterna que viene del cielo o que se crea a sí misma y que

transmigrará o irá inmediatamente al cielo y al infierno después de la muerte. Los budistas no pueden aceptar que haya algo en este mundo o en cualquier otro mundo que sea eterno o inmutable. Simplemente, nos aferramos a nosotros mismos y esperamos encontrar algo inmortal. Somos como niños que quieren exprimir un arcoíris. Para los niños, un arcoíris es algo vivo y real; pero los adultos saben que es solo una ilusión provocada por ciertos rayos de luz y gotas de agua. La luz es solo una serie de ondas u ondulaciones que no tienen más realidad que el propio arcoíris.

El hombre hizo bien sin descubrir su alma. No muestra signos de fatiga o degeneración por no haber encontrado almas. Ningún hombre ha producido nada para hacer avanzar a la humanidad postulando un alma y su trabajo imaginario. Buscar un alma en el hombre es como buscar algo en una habitación oscura y vacía. Pero el pobre nunca se dará cuenta de que lo que busca no está en la habitación. Es muy difícil hacer que una persona así comprenda la inutilidad de su búsqueda.

Quienes creen en la existencia de un alma no están en condiciones de explicar qué y dónde está. El consejo del Buda es no perder el tiempo en especulaciones innecesarias y dedicarlo a luchar por

nuestra salvación. Cuando hayamos alcanzado la perfección, podremos percibir si hay alma o no. Un asceta vagabundo llamado Vacchagotta preguntó al Buda si existía un Atman (yo) o no. La historia es la siguiente:

Vacchagotta se acerca al Buda y le pregunta: “Venerable Gautama, ¿hay un Atman? El Buda guarda silencio. Entonces, Venerable Gautama, ¿no hay Atman? Una vez más, el Buda guarda silencio. Vacchagotta se levanta y se va. Después de que el asceta se fue, Ananda le pregunta al Buda por qué no respondió la pregunta de Vacchagotta. El Buda explica su posición: Ananda, cuando Vacchagotta el Caminante, le preguntó: “¿Existe un Yo?”, si yo hubiera respondido: “Existe un Yo». Entonces, Ananda, esto estaría del lado de aquellos reclusos y brahmanes que mantienen la teoría eternalista (sassata-vada)’.

“Y Ananda, cuando el Viajero le preguntó: ‘¿No existe el Ser?’, si hubiera respondido: ‘no existe el Ser’, entonces me habría puesto del lado de esos reclusos y brahmanes que sostienen la teoría de la aniquilación (uccedavada)”.

Nuevamente, Ananda, cuando Vacchagotta me preguntó: “¿Existe un Ser?” Si hubiera respondido: “Existe un Ser”, ¿estaría esto de acuerdo con mi

conocimiento de que todos los dhimas son desinteresados?

“Por supuesto que no, señor.”

“Y de nuevo, Ananda, cuando Vanderer me preguntó: ‘¿No hay yo?’, si hubiera respondido: ‘No hay yo’, entonces habría creado una mayor confusión en el ya confundido Vacchagotta. Porque habría pensado: Antes tenía un Atman, pero ahora no lo tengo (Samyutta Nikaya).

El Buda consideraba inútil e ilusoria la especulación sobre el alma. Una vez dijo: “Solo a través de la ignorancia y el engaño, los hombres se dejan llevar por el sueño de que sus almas son entidades separadas y auto existentes. Sus corazones todavía se aferran al Ser. Anhelan el cielo y buscan el placer de “Yo en el cielo. Para que no puedan ver la felicidad de la justicia y la inmortalidad de la verdad. Las ideas egoístas aparecen en la mente del hombre debido a su concepción del Ser y el deseo de existencia”.

([https://www.dhammadata.net/Books2/Bhante_Dhammananda_What_Buddhists_Believe.htm-10/10/2023-traducido al español por el autor](https://www.dhammadata.net/Books2/Bhante_Dhammananda_What_Buddhists_Believe.htm-10/10/2023-traducido%20al%20espa%C3%B1ol%20por%20el%20autor))

Al negar así la identidad terrenal y eterna del individuo, surge un debate considerable en torno a conflictos conceptuales aparentemente

insuperables generados por las palabras de Siddhartha Gautama:

— Si Buda hablaba de divinidades, ¿cómo se podría negar a un dios creador, eterno y estable?

— Si Buda habló de reencarnación y renacimiento, ¿cómo se puede decir que no existe un alma estable y, por tanto, eterna?

— Si Buda dijo que la vida es eterna y habló de “varias vidas sucesivas”, ¿cómo podemos negar la eternidad a nuestras vidas individuales?

— Si Buda se refirió al cielo y al infierno, ¿cómo pueden sostenerse estas negaciones?

Al revisar en silencio los cánones budistas que más abordan estos temas e investigar las opiniones de los eruditos que han profundizado en estos textos durante años y años, podemos concluir que el Buda en realidad dijo todo esto (basta con leer el Dhammapada), pero no lo hizo. “No diremos nada de lo que pensamos”, dijo con eso. Interpretamos estos dichos como cosas que nuestros oídos antropocéntricos creen haber escuchado o les gustaría escuchar.

Para ser comprendida, cualquier sílaba pronunciada por el Buda debe analizarse cuidadosamente en términos de lingüística, semántica, contexto, tiempo, propósito, equivalencia, compatibilidad canónica, cultura, paradigma y propósito. Buda podría haber dicho cualquier cosa, pero solo después de esta paciente investigación podremos decir si Buda dijo “A” o no.

Estos estudios muestran que Buda no dijo nada sobre lo que normalmente entendemos acerca de estos delicados conceptos. ¿Qué habría dicho entonces?

En cuanto a las deidades, creo (aunque no hablo ni sánscrito ni malayo) que podría resultar complicado escribir un párrafo entero en uno de estos dos idiomas sin siquiera hacer una breve referencia a una deidad. Esto se debe a la inmensa riqueza mística de sus culturas, al extraordinario simbolismo que extraen de la naturaleza y a la incomparable tendencia a la divinización que esto supone, reflejada en todos sus comportamientos y lenguaje. Pero que los incautos eviten dos ideas tontas. La primera es que estas divinizaciones se refieren a entidades externas y sobrenaturales, y la segunda es que son meras fantasías populares. En ambos casos estarían cometiendo un grave error.

A mediados del siglo XX, las deidades de las que hablaba Buda recibieron del psicólogo Carl Jung, compañero de Sigmund Freud, el nombre de "arquetipos", contenido de nuestro inconsciente colectivo transmitido de generación en generación por el genoma humano, y que el individuo adquiere sin necesidad ninguna experiencia individual.

Con admirable lucidez, Lama Thubten Yeshe escribió:

“No se deben confundir las entidades de la meditación tántrica con lo que pueden significar las diferentes mitologías y religiones cuando hablan de dioses y diosas. Aquí, la deidad con la que elegimos identificarnos representa las cualidades

esenciales de la experiencia de vigilia que están latentes en nuestro interior.

Para usar el lenguaje de la psicología, tal deidad es un arquetipo de nuestra naturaleza más profunda, de nuestro nivel más profundo de conciencia.

En Tantra, nos enfocamos e identificamos con esta imagen arquetípica para alcanzar los aspectos más profundos de nuestro ser y traerlos a nuestra realidad presente" (Introducción al Tantra: Una visión de la totalidad - 1987 - p. 42. Traducción al español por el autor).

Buda habló mucho sobre estas deidades, especialmente porque fue un precursor del psicoanálisis.

En cuanto al renacimiento y la reencarnación, debemos separar las cosas. Buda nunca habló de un binomio renacimiento/reencarnación. Solo dijo una palabra: renacimiento. Se refirió a la reencarnación como algo que pertenece a la imaginación de los hombres a su antojo.

La reencarnación es un concepto presente en algunas religiones tradicionales y escuelas de pensamiento modernas, como la teosofía, que esencialmente mantiene la creencia de que tenemos una individualidad dualista: un cuerpo perecedero y una mente, esencia o alma imperecedera, separadas al morir. La parte física muere irreversiblemente y la esencia, mente o alma, se incorpora a otro cuerpo, manteniendo su

individualidad e identidad. Esta reincorporación o reencarnación puede ocurrir inmediatamente después de la muerte, o en un futuro indefinido (como la resurrección de la carne para el cristianismo).

Buda nunca dijo una sílaba que respaldara este tipo de pensamiento; Siempre repudió enérgicamente, ontológicamente, que cualquier cosa pudiera ser permanente, ya sea la identidad del individuo humano o el universo mismo. Buda nunca aceptó conceptos ontológicos dualistas (dos partes: cuerpo/esencia). Habló del renacimiento, siendo algo completamente diferente a lo que hoy llamamos reencarnación. En la abundante literatura religiosa y secular sobre el tema, encontramos a menudo textos que afirman que Buda habló de reencarnación y renacimiento y que el renacimiento es una "especie de reencarnación". Estas son manifestaciones de ignorancia. El renacimiento y la reencarnación no tienen relación conceptual; no son ni similares ni equivalentes, siendo de hecho conceptos mutuamente excluyentes.

Es esencial, entonces, que comprendamos lo que Buda llamó renacimiento.

Según la doctrina de Buda, la comprensión doctrinal correcta y más simple es que todo lo que vive está inserto en un ciclo de muertes y renacimientos (emanaciones) llamado Samsara, donde las energías y sus contenidos se transforman y cambian continuamente, agregándose en nuevas estructuras o seres. Es la marcha de la continua expansión y evolución del universo: "Nada se crea, nada se

pierde; todo cambia". En este ciclo, el renacimiento descrito por el budismo es una herencia transmisible de agregados impermanentes generados por los individuos, y no de sus identidades, que no son permanentes y desaparecen con la muerte.

Estos agregados son energías y vibraciones que emanan de la conciencia (o estado mental) mientras el individuo está vivo, como sus valores morales, deseos, creencias, apegos, emociones dominantes y patrones de comportamiento.

Esta comprensión del renacimiento como un ciclo de conciencia es consistente con conceptos budistas como anicca (impermanencia), dukkha (sufrimiento) y anatta (ausencia de un alma individual), mostrando el concepto de karma como un vínculo entre la causa y la consecuencia de estos. Estados mentales.

Otras interpretaciones comunes y más amplias del significado del renacimiento pueden entrar en conflicto con muchos otros contenidos conceptuales del budismo, además de no encontrar apoyo canónico.

Cuando Buda habló de renacimiento, este concepto era meramente filosófico. Sin embargo, ahora podemos verlo a través de la lente de la ciencia moderna y comprender que su contenido se relaciona con otras evidencias ya desarrolladas por las leyes de la física de la energía.

Según la enseñanza budista, el estado mental del individuo es un sistema energético o un conjunto de energías específicas interrelacionadas. Lo llamó un

agregado impermanente, un sistema energético claramente definido sin estabilidad permanente. El agregado energético no se destruye en el momento de la muerte del individuo, y su contenido se transforma en otro tipo de energía. Lo que Buda llamó renacimiento, como declaró hace 2.500 años, ahora forma parte de la literatura primaria de cualquier curso de secundaria:

“En física, La ley o principio desde la conservación de la energía establece que la cantidad total de energía en un sistema restos aislados constante. Este principio está estrechamente vinculado con la propia definición desde la energía.

Uno manera informal de declarar esto la ley es decir qué energía No él puede ser creado ni destruido:la energía solo puede transformarse de un tipo en el otro).”

(https://pt.wikipedia.org/wiki/Lei_da_conservação_da_energia)

La ley de conservación de la energía solo es aplicable a un sistema energético aislado, es decir, aquel cuyos límites han sido definidos, a partir del cual se hace posible su representación matemática, la cual fue realizada por primera vez por Gottfried Wilhelm, Leibniz hacia 1680 y perfeccionado por

Thomas Young en 1807, con la siguiente expresión:

$$\frac{1}{2} \sum_i m_i v_i^2$$

El concepto budista establece el sistema energético del estado mental del individuo como un agregado impermanente (cambiable) de elementos energéticos generados por la experiencia personal (sentimientos, instintos, emociones, comportamientos, deseos, creencias, recuerdos). La doctrina afirma que el estado mental del individuo (agregado energético) no se destruye en el momento de la muerte, sino que se transforma en otro tipo de energía que será agregada en alguna otra forma de vida, llamada renacimiento.

Esta conceptualización no es incompatible con la declaración fundamental del principio de conservación de la energía en la física moderna.

Respecto a la física, también hay que considerar que la aplicación de la fórmula de Young presupone cuantificar la energía. Todavía no hay manera de cuantificar la energía en la demostración matemática del argumento budista, porque todavía no es posible cuantificar el estado mental de una persona mediante ningún proceso o concepto en el momento de la muerte.

Es una expectativa científica razonable que algún día, en el futuro, la neurociencia, que ya trabaja incansablemente en este campo, nos presente esta

cuantificación en escalas y unidades reconocibles. Si esto sucediera, podríamos decir que el antiguo principio del renacimiento de Buda corresponde a una fórmula matemática comprobada que expresa una verdad científicamente indiscutible.

En la dimensión de su época, Buda no creó sistemas de creencias; Buscó insistentemente hacer ciencia utilizando la razón.

Del texto "Lo que creen los budistas", del Venerable K. Sri Dhammananda Maha Thera, transcribo el siguiente extracto:

"La doctrina Anatta del Buda tiene más de 2.500 años. Hoy en día, el pensamiento actual del mundo científico moderno fluye hacia las Anatta o Enseñanzas del Buda sin alma. A los ojos de los científicos modernos, el hombre es simplemente un conjunto de sensaciones en constante cambio. Los físicos modernos dicen que el universo sólido en realidad no está compuesto de sustancias sólidas, sino de un flujo de energía. El físico moderno ve el universo entero como un proceso de transformación de diversas fuerzas del que el hombre es una mera parte. El Buda fue el primero en darse cuenta de esto".

(<https://www.budsas.org/ebud/whatbudbeliev/115.htm>.
Traducción del inglés al español por el autor)

La tercera cuestión es que si el Buda dijo que la vida es eterna y habló de “varias vidas sucesivas, no podría negar la eternidad del individuo”.

—Sí, podría. El concepto de eternidad de la vida, Samsara, es un concepto cosmológico, no antropocéntrico. El Buda no habla de personas, sino de procesos energéticos universales. Las “varias vidas” a las que se refiere no están relacionadas con la identidad de ningún individuo, sino con el reciclaje constante de sus energías, transformadas por la participación en otras formas de vida.

Cuando el individuo nace, no recibe una nueva carga de nueva energía producida para constituir su estado mental. Recibió de la naturaleza un agregado energético de componentes tan antiguos como el universo, reciclados innumerables veces a través de innumerables formas de vida, al igual que las moléculas de carbono de sus uñas, que pudieron haber estado en los dientes del perro de Napoleón.

En su muerte todo se transforma para nacer de nuevo, porque incluso la física afirma que la energía, al igual que la materia, nunca se destruye; simplemente se transforma.

Finalmente, la cuarta pregunta aborda el discurso de Buda sobre el cielo y el infierno. Estos conceptos están muy relativizados en el budismo y no guardan ningún parecido con los modelos occidentales, que ven a ambos como lugares, áreas o dimensiones donde el difunto encontrará una felicidad extrema o una desgracia sin fin. En la tradición occidental, ambos son escenarios resultantes de un proceso

dialéctico de recompensa/castigo, generalmente basado en códigos morales, religiosos y otros sistemas éticos deontológicos que podemos encontrar en las tradiciones occidentales.

Además, según los pensamientos del Buda, el individuo y su identidad no sobreviven a la muerte de su cuerpo. Para él no existen conceptos de castigo o recompensa para construir los cielos y los infiernos de nuestras almas. Ningún alma puede ir a ningún lugar o dimensión para recibir recompensas o ser sometida a eterna tortura por la ira de los dioses y su incapacidad para perdonar a los miserables humanos.

El individuo desaparece con la muerte, dice Buda. ¿Por qué entonces hablas de los cielos?

No hables de estos cielos nuestros. Los conceptos de cielo e infierno son estrictamente cosmológicos y no se refieren a individuos.

Según Buda, el inconmensurable contexto universal donde se desarrolla la vida está formado por capas superpuestas que difieren en la calidad de las energías que contienen. Al igual que los líquidos de varias densidades en un recipiente, estas capas de energía están determinadas por su densidad en el caso de nuestro recipiente y por sus cualidades intrínsecas en el pensamiento budista. Al haber materia más densa y menos densa, hay energía más sutil y elaborada y energía menos sutil y más burda. La energía y el estado de ánimo que mueven a un guerrero no son los mismos que inspiraron a Chopin para componer su "Nocturno".

Resulta que (y la física moderna ya se ha pronunciado al respecto) las energías similares se atraen y las energías opuestas se repelen. El principio de atracción y repulsión de energías es ostensiblemente visible en la física electrostática, menos visible en otros contextos energéticos y nunca negado en ningún sistema energético, incluso si es imperceptible para los sentidos o los dispositivos de observación que tenemos a nuestra disposición.

Dentro de esta concepción, Buda afirma que los seres habitan diferentes capas del proceso cósmico de la vida y su evolución según la naturaleza y cualidades de sus energías, las cuales se atraen y repelen según sus diferencias.

Cada capa del proceso de vida cósmico alberga y recibe seres y formas de vida correspondientes y energéticamente compatibles. Cada una de estas capas constituye el mundo para los seres que lo ocupan, que no se mezcla con los reinos en los que viven otros seres. Este concepto no es físico, espacial o material; Es energético: el mundo de una persona es lo que percibe, piensa, interpreta, siente y hace.

El resultado es que la vida se organiza según niveles de calidad energética. Los niveles superiores están ocupados por seres con una estructura más compleja y un contenido energético más elaborado, experimentados y elevados, portadores de armonía, amor y paz, generosidad y compasión, altruismo y solidaridad, crecimiento y conocimiento, y desapego de uno mismo. Estos son los cielos, donde viven los seres superiores.

Los niveles más bajos están ocupados por seres todavía dominados por la violencia y el odio, por la ignorancia y sus instintos aún primitivos, por la lujuria y el individualismo ciego. Estos son los infiernos, la capa donde viven los seres bestiales.

Tampoco lo es un lugar; Se trata de niveles energéticos o atmósferas vibratorias (estados mentales, en términos de la neuropsicología moderna) donde se ubica la mente de cada individuo según su calidad o densidad. No morimos para llegar al cielo y al infierno: ya vivimos en ellos, pues son producto de nuestra vida (sentimientos, acciones, emociones, pensamientos, etc.) y de nuestra mente, responsable de su contenido.

Debido a la ley física de atracción de energías, este entorno energético confluye como mentes que se interrelacionan con la vida misma. De esta manera, llevamos en nuestra mente el mundo de sufrimiento o alegría verdadera que hemos creado; Arrastramos con nosotros en nuestro camino, los cielos y los infiernos a los que decidimos pertenecer. Y no hay nada que merezcamos más que los cielos o los infiernos que construimos.

Así, podemos decir que existen varios mundos diferentes y que el guerrero violento y Chopin no habitan el mismo.

Lo que enseña el pensamiento budista es que los elementos del agregado impermanente del estado mental del individuo, después de su muerte y extinción de su identidad, continúan existiendo según el principio de conservación de la energía. Por

el principio de atracción y repulsión, integrarán uno de estos mundos: aquel con el que son más similares.

En la rueda infinita de la vida, Samsara, y dependiendo de la calidad de vida existencial vivida por cada individuo, en cada renacimiento, sus energías se irán sumando a seres más o menos evolucionados que seguirán existiendo en el mundo correspondiente a sus cualidades y se puede mejorar o corromper, evolucionar o retroceder.

Como el significado de la rueda de la vida es alcanzar la iluminación, la cúspide de todos los mundos (donde todo se estabiliza), el agregado impermanente de cada persona renacerá sucesivamente después de cada muerte, transformándose y uniéndose a otros seres, pasando de mundos inferiores al más alto, aunque tengan que recorrer el camino de miles, millones de vidas, para alcanzarlo.

Todo el complejo contenido de la doctrina Anatta se convirtió, con el tiempo, en la diversificación del budismo, en un terreno de tumultuosas discusiones, desacuerdos, interpretaciones y sub doctrinas emergentes u opuestas.

Aquí hay un hecho interesante sobre el Buda: no le dio ninguna importancia doctrinal a la existencia o no existencia del alma y ni siquiera respondió a las preguntas de sus discípulos sobre el tema.

Del mismo texto del venerable K. Sri Dhammananda Maha Thera, citado anteriormente, extraigo el siguiente extracto:

“Buda consideraba inútiles e ilusorias las especulaciones sobre el alma. Basándose en varios de los discursos de Siddhartha, la doctrina budista indica que solo a través de la ignorancia y el engaño los hombres se entregan al sueño de que sus almas son entidades separadas y auto existentes. Sus corazones todavía se aferran al Ser. Están preocupados por el cielo y buscan el placer del Ser en el cielo. Por lo tanto, no pueden ver la bienaventuranza de la justicia y la inmortalidad de la verdad. “Las ideas egoístas aparecen en la mente del hombre porque concibe el Ser y anhela el Ser”. (Fuente: Grupo de Práctica y Estudio Budista, <http://www.sinc.sunysb.edu/Clubs/buddhism/>)

No fue desdén ni nada por el estilo. Era una cuestión de respeto a la gente. Siddhartha sabía perfectamente que estos conceptos eran precisamente a los que más se aferraban las personas por el inmenso miedo que tenían a la inexistencia, a la muerte, a la extinción de la identidad y del yo.

El Buda sabía que cuantas más personas participaran en esta discusión interminable, menos dispuestas y abiertas, estarían aprendiendo su doctrina y su trabajo y a concentrarse en mejorar sus vidas. Nunca impuso creencias, cualesquiera que fueran, a nadie. Por otra parte, no podía dejar de exponer un punto tan esencial de su doctrina y

enseñanzas. Así, además de que Buda expuso su doctrina de Anatta, comprendió con gran empatía la inmensa dificultad que tendrían muchas personas para aceptarla, así como el sufrimiento inútil que sufrirían si tuvieran que discutir o abandonar sus reconfortantes creencias.

Así como Siddhartha rechazaba cualquier dogma por considerarlo una creencia violatoria impuesta por alguna forma de dominación, tampoco creó ni estableció ninguna creencia. Simplemente, enseñó su doctrina y recomendó que nadie debería aceptar nunca nada de lo que dijera como correcto, basándose únicamente en la suposición de que él lo dijo. Sugirió que solo aceptaran lo que tuviera sentido para cada persona después de una reflexión tranquila y profunda.

Además de comprender que esta especulación era inútil e ilusoria, Buda también utilizó lo que formularía más tarde Blaise Pascal (1623 – 1662), conocido en la filosofía de la Ilustración como “el argumento pragmático” del silencio sobre el alma eterna, aun sabiendo que esta no existe, para que la doctrina no ataque a aquellos que no podrían soportar la vida sin esta creencia. Existen límites entre el contenido cognitivo y el contenido psicológico que solo el individuo puede cruzar. En nuestros tiempos, Carl Jung dijo algo parecido en nombre del psicoanálisis.

5.b— Las cuatro nobles verdades

Constituyen el conjunto de enseñanzas tal como fueron presentadas y cuyos temas ya no se observan en el contexto cosmológico y ontológico en el que fueron formuladas, sino como la realidad experiencial del ser humano.



La primera verdad es que el sufrimiento es la esencia de la vida humana. La vida es un proceso que se desarrolla mientras sufrimos.

El contenido de esta afirmación ya nos ha sido explicado por las propias palabras del Buda en el texto del Saccavibhanga Sutta.³

La segunda verdad establece que las causas del sufrimiento son internas al

individuo y creadas o mantenidas por él, y no algo que surja de factores, causas o circunstancias externas. El budismo responsabiliza a cada individuo de su sufrimiento y declara que solo él o ella puede reducirlo. El sufrimiento no es un mal externo que victimiza al hombre como si este no fuera el protagonista de su dolor.

Junto a esta fantasía de victimización, la falta de conocimiento o

³ Las figuras que representan las huellas de Buda existen para contar su viaje humano hacia la iluminación. <https://vidyavajra.blogspot.com/2012/06/feature-105-buddhas-footprints.html> consultado el 10/2023

La ignorancia de las causas del sufrimiento impide su eliminación. Combinado con la falta de conocimiento del verdadero significado de la vida y de la verdadera realidad sobre uno mismo, esta falta de conocimiento del proceso de sufrimiento también estimula varios factores que aumentan y empeoran la miseria, como el apego a la ilusión de uno mismo, el egoísmo y la ceguera ante la realidad. los propios defectos.

La tercera verdad es que la reducción del sufrimiento es posible mediante una comprensión racional de la realidad y sus causas. Todo infierno es un proceso que parte de una causa cognoscible, y su descubrimiento y comprensión establecen un proceso capaz de reducirla intensamente y conducir al individuo a una vida de equilibrio y armonía. La verdad y la realidad son lo mismo.

Sin embargo, este proceso de eliminar el sufrimiento requiere concentración. El budismo propone este proceso en un modelo compuesto por ocho caminos actitudinales y lo llama "Noble Óctuple Camino", "Camino Medio" o simplemente Dharma.

La cuarta verdad. El camino hacia el fin del sufrimiento (Dharma) es el proceso individual que cada persona puede seguir para reducir el sufrimiento, alcanzar la alegría, la felicidad y la iluminación. Dharma es la última de las cuatro nobles verdades y, simultáneamente, la Segunda Joya de Tiratana.

Por razones metodológicas, y siguiendo a Tiratana, estudiaremos el Dharma y su Óctuple Sendero en

otro Capítulo, dada la extensión de su contenido, porque concentra todas las prácticas rectoras y contenidos actitudinales del budismo.

5. c El contexto y estructura de las enseñanzas

Como hemos visto, los fundamentos consisten en asociar una cosmovisión basada en el realismo racional, en constante transformación evolutiva, y un humanismo estructurado sobre la relatividad de la existencia del individuo con toda su realidad externa. El hombre es un ser relativo.

El budismo es una doctrina evolutiva que niega cualquier valor a la individualidad humana, y a su contenido, como un "yo" de existencia aislada. Además, se niega la existencia de una deidad trascendental, absoluta y creativa, así como de un alma individual y eterna. La doctrina afirma la identidad entre la verdad y lo cognoscible, la realidad como algo cambiante y rechaza cualquier idea fundamental o dogmática (el movimiento budista aplica esta repulsión a los enunciados absolutos e inmutables, incluso en lo que respecta a sus propios fundamentos).

La cosmovisión budista desprecia cualquier fundamento metafísico y creencias establecidas, considerándolas meras ilusiones improbables e inalcanzables, una expresión no experiencial de la realidad y, por tanto, de la verdad.

El contexto en el que Buda presentó estos principios no fue receptivo: una sociedad dominada durante milenios por la cultura védica y todas sus religiones politeístas tradicionales, como el brahmanismo (y

todos los componentes de lo que llamamos "hinduismo"). Este contexto tenía un carácter elitista y una política autocrática y discriminatoria basada en la dominación, la violencia, el sometimiento de las creencias y el mantenimiento de la ignorancia para sostener el poder.

Del choque frontal e intenso entre el advenimiento del budismo y la cultura védica, religiosa y politeísta dominante, no se podría esperar la supervivencia de estas nuevas ideas, e incluso de sus defensores, si no fuera por los nobles orígenes de Siddhartha, y su habilidad y admirable capacidad organizativa, para constituir los primeros núcleos budistas. Esta estructuración se hizo para que los núcleos de las Sanghas pudieran ser aceptados y vistos como grupos sociales nobles en la búsqueda del conocimiento, e inofensivos por su principio de no violencia y desinterés por los bienes materiales.

Aunque agrupaban a las más diversas castas, géneros, culturas y niveles socioeconómicos sin discriminación alguna (lo cual no era aceptado por la cultura de la época), Siddhartha logró que estos grupos no fueran vistos como una amenaza o algo despreciable. También logró involucrar a la sociedad tradicional y dominante en la asistencia material a sus seguidores (como proporcionar alimentos y otras ayudas), ya que vivían una vida de reclusión y ya no tenían ningún ingreso. Este contexto sustenta a) Un modelo educativo revolucionario que afirma la necesidad imprescindible de una formación avanzada en ciencias generales, ética y ciencias del comportamiento (sabiduría, ética y control mental), consideradas indispensables para la vida de cada

individuo. b) Un modelo de conducta basado en una ética de valores y preceptos sencillos y prácticos, donde la compasión, la solidaridad, el amor, la bondad y el desapego emergen como sus virtudes. c) Un modelo relacional asociativo entre individuos con fines comunes y grupos culturales adecuados a su desarrollo. d) Una visión económico-social caracterizada por la empatía, la armonía y la colaboración entre las personas, basada en la paz y la ausencia de violencia, donde los conflictos se resuelven mediante la razón, la participación y el consenso, prevaleciendo siempre el bien común. e) Una firme política ambiental conservacionista, basada en el más amplio respeto a la vida en cualquiera de sus formas. f) Un modelo de política de gobierno basado en el conocimiento, la realidad, la libertad, la equidad y la plena representación.

Estos modelos son integracionistas y abarcan todas las culturas, orígenes, géneros y clases sociales y económicas, sin excepción ni discriminación.

6

La segunda Joya (El Dharma)

Más que una práctica o un guion, el Óctuple Sendero es desarrollar un pensamiento que, en puntos concretos, recuerda el existencialismo sartriano, en el sentido de que se basa en la afirmación de que el hombre nace sin ningún bagaje, esencia individual o preexistencia.



estigma existente; sin ninguna misión específica, destino predefinido o restricción.

El hombre nace, pura y simplemente, como fruto de la naturaleza en su proceso evolutivo y nace dotado de todos los recursos necesarios para vivir.⁴ y

crecer. Por tanto, es responsable de sí mismo y de todo lo que será, porque puede evaluar, decidir y elegir lo que contendrá cada momento de su vida. El hombre es el único constructor de su existencia y su obra puede ser admirable o desastrosa. El hombre es constructor de su esencia, de su vida y de su

⁴Dharmachakra, o La Rueda del Nacimiento y la Muerte, simboliza los 8 caminos del Dhammapada. (Publicación de Wheel No.147-149) nombre de archivo: wheel147.ZIP autor: Bhikkhu Khantipalo. Acceso a Insight BBS, Pepperell MA. Ver Anexo 3

mente, porque todo deriva de su experiencia. Todo depende de él, solo de él.

Debido a estas características, personalmente llamo a la visión del Dharma “existencialismo constructivo”.

La vida no es un desafío, una recompensa o un castigo, sino solo una oportunidad.

El Dharma ofrece ocho caminos de actitud para facilitar el curso de la vida, de modo que esta oportunidad no se pierda ni se desperdicie.

En su presentación es una hoja de ruta, una guía orientativa. Sin embargo, su contenido constituye un complejo y admirable sistema conductual que utiliza procesos cognitivos interrelacionados y elementos de carácter psicodinámico, ético y social. Su práctica continua conduce al desarrollo del equilibrio y la armonía, siendo el camino hacia la iluminación.

El Dharma se llama el “Camino Medio” porque Buda lo diseñó con este propósito.

La búsqueda de la iluminación, no solo en la vida de Siddhartha Gautama, sino también en las primeras comunidades budistas, era, por naturaleza, una actividad monástica. Inicialmente, estaba restringido a Bhikkhu (como se llama a los monjes) quienes se dedicaban enteramente a la doctrina con sus prácticas y estudios. En consecuencia, estas prácticas tendieron a llevarse a los extremos, creando una distorsión que contradecía el fundamento y el propósito de la búsqueda de la iluminación, o al menos limitaba estos propósitos a

aquellos que podían llevar una existencia monástica. El propio Buda, durante su vida, vivió periodos de extremismo en torno a determinadas prácticas como el ayuno, las limitaciones a la meditación y el aislamiento, entre otras. De esta manera, pudo comprender que el camino hacia la iluminación debe ser moderado, natural y compatible con la vida diversa de las personas, porque su doctrina fue construida para todos los hombres, y no solo para los monjes. Nunca podemos perder de vista la universalidad del budismo.

Siddhartha quiso entonces proponer caminos moderados (intermedios) para que la práctica de su doctrina no se convirtiera en una carga o una enfermedad, sino en una forma de vida placentera y alegre, y dio al “Camino del Medio” ocho rutas que constituyen los rayos de una rueda: “La Rueda del Dharma”.

En los textos dejados por el Buda, la presentación del Dharma es bastante sucinta, como una lista de breves declaraciones. Esta concisión dificulta algo la interpretación y nos lleva a textos complementarios o explicativos para una mayor comprensión. Quizás esta sea la razón por la que la mayoría de los escritores intentan agregar comentarios e interpretaciones descriptivos al texto canónico. De hecho, acaban por no añadir nada y corren el riesgo de convertirse en textos banales. Creo que no hay nadie mejor capaz de definir cada uno de los ocho caminos que su autor, Siddhartha Gautama, en sus propias palabras, en uno de sus Suttas:

El camino óctuple

En Mahasatípatthana Sutta (D22)

“¿Y cuál es la noble verdad del camino de la práctica que conduce al cese del estrés? Simplemente, este noble óctuple camino: visión correcta, resolución correcta, palabra correcta, acción correcta, estilo de vida correcto, esfuerzo correcto, atención plena correcta, concentración correcta.

¿Y cuál es la visión correcta? Conocimiento con referencia al estrés, conocimiento con referencia al origen del estrés, conocimiento con referencia al cese del estrés, conocimiento con referencia a la forma de práctica que conduce al cese del estrés: esto se llama visión correcta.

¿Y cuál es la resolución correcta? Resolución de renuncia, resolución de liberación de mala voluntad, resolución de inofensividad: esto se llama resolución correcta.

¿Y cuál es el discurso correcto? Abstenerse de mentir, de hablar divisivamente, de hablar calumniando y de hablar vana: esto se llama hablar con rectitud.

¿Y cuál es la acción correcta? Abstenerse de quitar la vida, robar y cometer conductas sexuales inapropiadas: esto se llama acción correcta.

¿Y cuál es el modo de vida correcto? Hay un caso en el que un discípulo de los nobles, habiendo abandonado un modo de vida deshonesto, mantiene su vida con un modo de vida justo. A esto se le llama vivir correctamente.

¿Y qué es el esfuerzo correcto? Es el caso donde un monje genera deseo, hace esfuerzo, despierta la perseverancia, sostiene y ejercita su intención para que no surjan cualidades malas e inhábiles que aún no han surgido... para abandonar las cualidades malas e inhábiles que han surgido... para provocar el surgimiento de cualidades hábiles que aún no han surgido... (y) para el mantenimiento, la no confusión, el aumento, la plenitud, el desarrollo y la culminación de las hábiles cualidades que han surgido. A esto se le llama esfuerzo correcto.

¿Y qué es la atención plena adecuada? Este es el caso en el que un monje permanece centrado en su propio cuerpo (ardiente, alerta y consciente), sometiendo la codicia y la ansiedad en relación con el mundo. Manténgase enfocado en los sentimientos mismos... la mente misma... las cualidades mentales mismas - ardientes, alertas y conscientes - que dominan la codicia y la ansiedad por el mundo. Esto se llama atención

plena.

¿Y cuál es la concentración correcta? Este es el caso en el que un monje, bastante alejado de la sensualidad, alejado de las cualidades poco hábiles, entra y permanece en el primer jhāna: éxtasis y placer nacidos de la reclusión, acompañados de pensamiento y evaluación dirigidos. Con la calma de los pensamientos y valoraciones dirigidas, entra y permanece en el segundo jhāna: éxtasis y placer nacido de la concentración, unificación de la conciencia libre de pensamientos y valoraciones dirigidas: seguridad interior. A medida que el éxtasis disminuye, permaneces ecuánime, consciente y alerta, y sientes placer en tu cuerpo. Entra y permanece en el tercer jhana, del cual los nobles declaran: "Ecuánime y considerado, tiene una morada placentera". Con el abandono del placer y del dolor, como con la desaparición previa de la alegría y la angustia, se entra y permanece en el cuarto jhāna: pureza de ecuanimidad y atención plena, sin placer ni dolor. A esto se le llama concentración correcta.

Esto se llama la noble verdad del camino de la práctica que conduce al cese del estrés.

De esta manera, permanece enfocado internamente en las cualidades mentales mismas, o externamente en las cualidades mentales mismas, o tanto interna como externamente en las cualidades mentales mismas. O permanece centrado en el

fenómeno del origen con respecto a las cualidades mentales, en el fenómeno de la desaparición con respecto a las cualidades mentales, o en el fenómeno del origen y la desaparición con respecto a las cualidades mentales. O tu conciencia de que "hay cualidades mentales" se mantiene en la medida del conocimiento y el recuerdo. Y sigue siendo independiente (no se mantiene al no aferrarse a) nada en el mundo.

Así es como un monje permanece centrado en sus propias cualidades mentales con referencia a las cuatro nobles verdades. »

(Traducido del pali por Thanissaro Bhikkhu dhammatalks.org. Obtenido de <https://www.dhammatalks.org/suttas/DN/DN22.html>. El 12 de marzo de 2021 – traducción al español por el autor)

Los ocho caminos del Dharma no son alternativas; forman un conjunto inseparable, donde la ausencia de una de las vías hace inviable el conjunto.

7

La tercera joya (La Sangha)

La Asociación esencial



5

El budismo es un movimiento humanista, social y conductual, además de una doctrina. En esta doctrina no hay lugar para el aislamiento ni para ninguna forma de individualismo o egocentrismo. Todo se centra en las interrelaciones entre las cosas y los seres.

Incluso los monjes con una vida extremadamente

⁵ El Buda Shakyamuni y sus seguidores, sosteniendo cuencos de limosna, reciben ofrendas. Una acuarela birmana del siglo XVIII. Sangha. (2023, 3 de julio). Autor desconocido: <http://www2.odl.ox.ac.uk/gsd/cgi-bin/library?e=d-000-00---0orient01--00-0-0-0prompt-10---4-----0-11--1-in-50---20-about---00001-001-1-1isoZz-8859Zz-1-0&a=d&cl=CL1&d=orient001-aaf.14En> Wikipedia . <https://en.wikipedia.org/wiki/Sangha>

monástica hacen todo por el bien de la comunidad, desde la comunidad en la que se retiran para sus estudios y prácticas, hasta la sociedad en general, en todos sus aspectos, con la que mantienen un vínculo esencial.

Como no hay ningún sentido de individualidad en el budismo, la doctrina solo existe en una asociatividad existencial. La doctrina no existe en sí misma, sino solo en su existencia y manifestación entre las personas.

Por ello, Buda dirigió sus enseñanzas y prácticas a pequeñas comunidades que acogieron desde el principio a todo aquel que quisiera participar en sus actividades. Fueron llamados Sanghas.

Eran comunidades de residentes. Las personas comenzaron a vivir en un ambiente compartido bajo las mismas circunstancias y condiciones, dedicándose a estudios, experiencias y prácticas, incluyendo principalmente la meditación y brindando asistencia a quienes buscaban ayuda.

Las sanghas tenían algunas características por las que eran conocidas por la sociedad: a) rechazaban cualquier violencia o competencia; b) estaban formados por personas que se separaban de los poderes sociales y económicos; se volvieron pobres y anónimos; c) acoger a todos los que se incorporan a ellos, sin distinción de origen o casta, género, cultura, creencia, raza, edad o condición social o cultural, siempre que tengan la intención de seguir sus principios y prácticas.

Así, las sanghas pasaron a ser conocidas como "comunidades mendicantes" porque sus miembros

no trabajaban por dinero y se habían despojado de sus posesiones. Para alimentarse pedían algo de alimento a los habitantes de los pueblos y ciudades, el cual les era dado por la imagen bondadosa y fiel de personas que adquirían conocimientos cada vez mayores a través de sus incansables estudios y estaban dispuestos a acoger a cualquiera.

En esta interrelación con la sociedad, las Sanghas tenían una regla estricta en cuanto a la alimentación: comían solo una vez al día y solo en las cantidades necesarias para las necesidades corporales. Era una forma de respetar el apoyo de las ciudades, proporcionándoles alimentos que, a cambio, no podían perderse por la gula o el simple placer de comer.

En este delicado contexto, las Sanghas lograron ser bien consideradas y aceptadas por la sociedad. Sin embargo, albergaban a las más diversas castas, mujeres en igualdad de condiciones con los hombres (todo lo que no era recibido por la cultura brahmán, donde las castas inferiores eran marginadas y las mujeres eran tratadas como esclavas), creyentes de cualquier fe o no, venidos de cualquier lugar, pensando lo que ellos piensan. Fueron, desde sus orígenes, comunidades universalistas.

Con estos aspectos, eran vistos por la sociedad dominante como inofensivos, no competitivos y pacifistas, útiles en algunos elementos pragmáticos para el conocimiento científico y filosófico que desarrollaban, acumulaban y compartían con la comunidad.

Debido a estas funciones y capacidades, las Sanghas siempre han sido un factor esencial en la existencia misma de la doctrina; por ello, se definen como una de las tres joyas del budismo: la tercera joya de Tiratana. A pesar de las diferencias en las variedades del budismo, siempre existen los mismos tres pilares llamados las Tres Joyas.

Estos son el Buda, el Dharma, las enseñanzas del Buda y la Sangha, la comunidad que sigue las instrucciones.

Cuando una persona acepta la filosofía budista y quiere hacerla parte de su vida, la forma tradicional, es decir: "Me refugio en el Buda, me refugio en el Dharma, me refugio en la Sangha".

La enseñanza del Dharma del Buda se basa en las Cuatro Nobles Verdades y está simbolizada por la rueda. Inicialmente, la Sangha era una comunidad monástica y más tarde incluiría a todos los que seguían el camino budista.

La primera joya es el Buda. Refugiarse en Buda no es esconderse en la seguridad de un ser poderoso. Refugiarse en esta situación es más como cambiar a una nueva perspectiva, a una nueva conciencia de posibilidad dentro de todos nosotros. Al refugiarnos en Buda, nos alineamos con la capacidad de convertirnos en Buda, de buscar el poder de despertar a lo que Buda experimentó. Esta preciosa gema nos recuerda que debemos encontrar nuestra propia naturaleza búdica.

Dharma es el camino que sigue las enseñanzas del Buda y, en última instancia, conduce al despertar. Al

comprender las Cuatro Nobles Verdades, el Dharma nos enseña compasión por nosotros mismos y por los demás y nos conduce a liberarnos del miedo y la ignorancia. El camino implica abrazar las enseñanzas del Buda y aplicar esta comprensión a la vida cotidiana. Al Dharma se le llama la segunda joya.

La Sangha está formada por quienes se reúnen en grupos de cualquier tamaño para estudiar, discutir y practicar la meditación con el deseo de ayudar y ser ayudado por ese grupo. El Buda vio que la interacción con otros en el camino es esencial para la práctica. Consideró que esto era necesario tanto para los monjes ordenados como para los miembros de la comunidad en general. La Sangha es la tercera joya preciosa.

En las comunidades de enseñanza Theravada originales y actuales, la Sangha se refiere principalmente a los monjes y otros maestros ordenados. Sin embargo, el concepto de Sangha se interpreta de manera más amplia y moderna en muchos grupos Mahayana y occidentales para incluir a todos los que abrazan el Dharma como comunidad, independientemente de su forma o tamaño.

Con los recursos tecnológicos actuales, que han cambiado radicalmente las formas y posibilidades de comunicación y relación entre las personas, existen innumerables Sanghas digitales en plataformas virtuales. La interrelación e interacción entre sus miembros se da a distancia, pero con el mismo significado e intensidad.

Por su propia naturaleza, las Sanghas gradualmente se convirtieron en importantes centros culturales. Quienes podríamos llamar "ilustrados" y "evolucionistas" en su momento llegaron a verlas como lo que eran: las primeras universidades del planeta, precursoras de la mayoría de las ciencias físicas y humanas donde, entre muchas otras cosas, se encontraba la sociología política. desarrollado. En ellos la ética, la ciencia y la filosofía de la mente vivieron sus primeros alientos.

La importancia y la influencia del budismo raíz en toda la estructura y el proceso educativo en Eurasia fue y sigue siendo notable.

La llamada "educación superior" fue un modelo educativo que surgió en las Sanghas debido a la doctrina budista, que entendía que el conocimiento era esencial para alcanzar la iluminación y parte necesaria del Dharma. La ignorancia siempre ha sido repugnante para el budismo. La ignorancia es una de las causas más frecuentes de sufrimiento y fracaso existencial en la vida humana. Uno de los propósitos de las Sanghas era desarrollar y ofrecer educación superior a la sociedad.

La idea central era desarrollar un conocimiento multidisciplinario avanzado, anclado en el desarrollo de la sabiduría en las enseñanzas del Buda. La forma inicial estableció un plan de estudios integral y diverso agregado en tres centros: comprensión racional de la ciencia, conocimiento, práctica de la ética y conocimiento y dominio de la mente.

La iluminación solo la alcanzan las personas que

dominan consistentemente estas tres áreas. No hay iluminación para un científico mentiroso, un santo ignorante o un erudito sincero que no conoce ni guía su mente.

Las primeras escuelas budistas desarrollaron un currículum muy avanzado y exigente a partir de estos tres centros, estableciendo un modelo educativo que influyó en la cultura euroasiática durante muchos siglos y determinó la identidad cultural de su pueblo.

El estudio de este modelo educativo es generalizado y exhaustivo: no cabe en este artículo y debe ser desarrollado por separado por los interesados.

El conocimiento racional avanzado, el conocimiento de la ética y su práctica, el conocimiento y el dominio de la mente fueron el núcleo de estas comunidades hace 2.500 años, exactamente como lo son hoy, en todas sus versiones y diversidades.

Ningún modelo educativo conocido en la historia se acerca al contenido, nivel de conocimiento, espectro territorial de influencia, penetración, sedimentación cultural, desarrollo y tiempo de supervivencia alcanzados por las primeras escuelas budistas.

8

las prácticas

Todas las prácticas budistas tienen orígenes monásticos y fueron iniciadas en las Sanghas. A medida que el budismo se extendió, se fue adaptando a las culturas y entornos con los que interactuaba, adquiriendo un relativismo muy diverso.

En el ambiente monástico solitario practicado por personas dedicadas a la doctrina a tiempo completo, es natural tender hacia el ritualismo, la expresión corporal y la expresión simbólica e icónica.

Especialmente para nosotros, los occidentales, la apariencia de estas prácticas y rituales parece bastante exótica y, con su compleja semiótica, no podemos relacionarlas con nuestra realidad objetiva.

A ello también contribuyen nuestros prejuicios, creencias y simplificaciones pragmáticas.

Para nuestra cultura occidental, las prácticas budistas parecen algo en principio hermoso y posiblemente inmaterial, pero muy extraño, sin ningún contenido racional que podamos percibir y con un significado inalcanzable para nuestras culturas, donde se mezclan sonidos y palabras de lenguas imposibles de hablar. No sabemos si los

movimientos son de alegría o de miedo.

Desde sus orígenes hasta sus adaptaciones a culturas muy diferentes, estudiar estas prácticas requiere digerir bibliotecas gigantescas e indigeribles sin aportarnos resultados valiosos ni conocimientos sustanciales.

Siempre que nos enfrentamos a lo desconocido indescifrable en un primer contacto, tendemos a desarrollar disfunciones cognitivas en busca de una respuesta que nos quite la angustia de ese enfrentamiento entre nuestra mente y lo que esta no puede interpretar. De esta manera, abandonamos toda comprensión simple y realista y abrazamos fantasías volátiles.

Por lo tanto, el camino cognitivo correcto es preguntar: “¿Qué significa todo esto?” La respuesta es tan simple como la pregunta: todo esto es solo un conjunto ritualizado de prácticas, pensamientos y acciones que los monjes utilizan para navegar correctamente por el Dharma, el camino existencial de ocho rutas. Nada más.

De hecho, existen miles de rituales y prácticas específicas, pero la mayoría de lo que vemos y causa sorpresa son “pujas”, que son actos y gestos que ayudan a los monjes a superar su sufrimiento: precisamente el propósito del Dharma. Las prácticas más comunes son:

Mantras: pronunciar sonidos específicos o cantar frases musicales cortas repetidamente. Los mantras facilitan la meditación porque cuando te concentras en un sonido repetitivo, tu mente se vacía de

cualquier idea en la que esté involucrada. Es una limpieza mental preparatoria para la meditación.

Canto: —cantar los textos canónicos. Es precisamente lo mismo que el canto gregoriano en las ceremonias cristianas, o lo que hacen los muecines encima de los minaretes cantando pasajes del Corán, o lo que hacen los rabinos en el canto litúrgico de la Torá.

Las curvaturas del tronco y de la cabeza son parte de las prácticas, significando una manifestación de respeto y adherencia, como en las tradiciones occidentales.

Ofrendas: La gratitud se expresa con ofrendas al Buda, generalmente frutas y flores.

Ninguna de estas prácticas monásticas tiene mucha importancia fuera de un monasterio, del mismo modo que un cristiano no considera normal salir a la calle silbando o tarareando cantos gregorianos.

La verdad es que los budistas hacen las mismas cosas dentro y fuera de los muros del monasterio: todo lo que pueden para seguir los ocho caminos del Dharma. Los budistas nunca abandonan este triángulo: la doctrina (Buda), los caminos del Dharma y la comunidad (Sangha).

Entonces puedes hacer todo esto sin hacer nada de esto. Podrás adoptar todas las prácticas a tu alcance y de tu elección para recorrer tu camino, ya sea afeitarte la cabeza en un monasterio o usar pantalones cortos y sandalias hawaianas con el cabello al viento en la playa.

Lo que importa es el contenido y no el simbolismo o las apariencias. Busquemos semántica y no solo semiótica. Siddhartha Gautama no desarrolló una doctrina para los monjes, sino para los humanos, para todos nosotros.

Sin embargo, una práctica es esencial para el budismo; Es una condición sin la cual nadie puede seguir el Óctuple Sendero: la meditación. La meditación es la única liturgia verdadera del budismo.

Si pudieras preguntarle al Buda: “¿Debería meditar todos los días? Él diría: “¡No! Todo el día”.

La meditación no depende de templos, ceremonias o ritos; Está destinado a ser parte de su mente, conciencia, corriente vital, cuerpo y psique.

Puedes meditar de mil maneras y situaciones porque la meditación no es un acto exteriorizado; sucede en tu propio estado mental. Puedes meditar en un hermoso y silencioso campo de flores con mariposas volando en el aire, en posición de loto y vistiendo un rakusu color tierra o en el abarrotado vagón del tren de las 11, el último hasta mañana por la mañana, con una chaqueta sudada y un cuello de camisa ajustado, llevando el resto del almuerzo del día en una bolsa en el regazo.

¿Es placentera la meditación budista? No, y absolutamente sí. Los efectos y resultados de la meditación son intensamente placenteros, pero el proceso de meditación puede ser incluso doloroso.

Cuando varios autores afirman que Buda fue el

precursor del psicoanálisis, se dan cuenta de que la meditación budista es innegablemente un proceso psicoanalítico. En un ejercicio de meditación, observas tu mente como algo externo a ella, de manera racional y crítica, así como analítica, en el sentido de acercarte cognitivamente lo más posible a los orígenes, causas y procesos que forman y mantienen tu mente y tus estados mentales. . . Si pudiéramos discutir estas afirmaciones en una mesa redonda con Buda, Freud y Lacan, obtendríamos sin duda una completa unanimidad.

Todo este proceso involucra innumerables componentes cognitivos, emocionales y orgánicos, además de los más variados estados cerebrales y mentales, de los cuales ahora tenemos un conocimiento más amplio gracias a las neurociencias, especialmente la neuropsicología.

Lo que lo hace mucho más complejo es que la meditación no es como una receta de pastel o un tutorial para una aplicación digital. En otras palabras, por mucho que quieras y por mucho que tengas instrucciones detalladas paso a paso y el equipo necesario, no podrás empezar a meditar mañana por la mañana. La meditación es una habilidad que requiere aprendizaje, dedicación, atención, práctica, desarrollo y encarnación hasta el punto en que puedas darte cuenta de que no existe la "meditación"; ahí está "tu meditación".

La aptitud para la meditación budista requiere meses y años de esfuerzo; a veces se necesitan vidas.

Cada vez que analizo este desafío que plantea la

meditación, ocurre una figuración en mi mente. Me imagino que soy totalmente ignorante sobre música. Una partitura musical y un pergamino malayo tienen para mí el mismo significado: no dicen nada. Entonces viene alguien en quien confío mucho y me dice: "Aquí tienes un piano. Es nuevo; solo necesitas ajustarlo. Aquí tienes la partitura de la Novena Sinfonía de Beethoven, contiene todas las notas, acordes, tempos, etc. Hago el desafío: alcanzar la perfección." Decidí aceptar y después de 15 años de dedicación, dificultades, éxitos y fracasos logré superar el desafío. Luego busco al retador e interpreto la sinfonía con atención para que la escuche. Después de escuchar dice: "Genial, felicidades; Lo estás haciendo bien. Ahora puedes aceptar mi desafío". "¿Desafío? ¿Qué quieres decir?" Mi retador responde entonces: "Sí, mi desafío", dice la persona, "... No importa si sabes tocar la Novena Sinfonía. Todo el mundo puede hacer esto. No existe la perfección que busca el desafío. Cuando me enfrentes, es fundamental que hagas lo que espero que hagas: 'perfección'. Y la perfección no está en interpretar una sinfonía; significa componer una sinfonía mejor que la Novena de Beethoven: tu sinfonía, la que nadie más que tú puede componer".

Buda nos dejó la "partitura de la Novena Sinfonía" o "tutorial paso a paso" sobre meditación. Dada la complejidad y profundidad del proceso de meditación, este es un documento extenso, a pesar de la admirable concisión con la que habló el Buda. Es conocido popularmente como "El Largo Discurso sobre la Mente y la Meditación", su título canónico es

Mahasatipatthana Sutta y su texto completo se encuentra en el Apéndice 2.

Cualquier budista sugerirá leer este texto “poco a poco”, donde “poco a poco” no se refiere a un ritmo cronológico concreto. La expresión significa que a medida que comprendes, incorporas y experimentas progresivamente lo que entiendes. El tiempo no importa; esta no es una medida aquí.

Estoy seguro de que es difícil para un budista decir con precisión cuándo empezó realmente a meditar, porque no sucede en un momento, sino que es un proceso que a menudo se desarrolla a lo largo de toda la vida. Sin embargo, lo que importa es empezar porque la discapacidad, como la ignorancia, no tiene principio, sino fin.

Es fundamental saber que la meditación budista tiene dos conceptos básicos que muchas veces se fusionan en cualquier práctica de meditación: la meditación Samatha y la meditación Vipassana.

La primera, conocida como meditación suave, tiene como objetivo llevar al meditador a la concentración más profunda posible. Es como intentas vaciar tu mente, eliminando por completo la conciencia de cualquier evento que ocurra o que imagines que podría suceder y las emociones correspondientes. Vaciar la mente significa que, en ese momento, esta no contiene la representación de ningún objeto o idea. La mente está libre del pasado, del futuro y de sí misma.

Samatha es un paso inicial hacia la meditación porque la meditación sería imposible con la mente

atenta a cualquier estímulo, idea u objeto. La meditación está escrita en una página en blanco: una mente vacía.

Parece fácil, pero no lo es. Un monje puede aclarar su mente entre una multitud en un campo de fútbol. El común de los mortales suele pasar una noche entera, o incluso días, con una idea estúpida circulando por su mente.

Vaciar la mente es tan complejo como el piano: es nuevo, solo necesita afinarse. Mucha gente es ingenua cuando presenta una solución fácil: "Es simple; si dejo de pensar en lo que estoy pensando, lo único que tengo que hacer es pensar en otra cosa", y de esta manera creen que están vaciando la mente mientras la llenan con otra cosa.

Incluso durante unos minutos, no pensar en nada es una habilidad que se adquiere mediante un entrenamiento continuo y, a menudo, prolongado.

Para ello se sugieren varias técnicas, siendo la más utilizada la que intenta mantener la atención estrictamente atenta a la respiración, los movimientos del diafragma, el ritmo de inhalación y exhalación, la forma en que el ritmo cardíaco sigue el flujo de aire, el ritmo más lento y profundo que adquiera. Tu respiración no es un objeto existente o una idea que ocupa tu mente. Podrás percibir y observar un proceso físico y energético como espectador. Si te concentras cuidadosamente en tu respiración, tu mente naturalmente se quedará en blanco después de unos minutos y se convertirá en la página en blanco en la que puedes escribir tu

partitura.

La cualidad de "vacío" tiene gran importancia en la doctrina. La realidad está vacía porque existe en transformación ininterrumpida y, en cada momento mínimo, puede asumir contenidos completamente diferentes. No queda nada. El "yo" está vacío porque es volátil y está determinado por estados mentales que producimos y modificamos incesantemente. El "yo", o identidad, está vacío; no contiene nada que persista. Tanto la realidad externa como la interna no son nada; Son solo pequeñas partículas de lo que llamamos "tiempo".

Samatha es la meditación del vacío.

La meditación Vipassana es la segunda etapa que comienza con la mente estrictamente vacía. También se le llama nivel reflexivo, en el que el meditador pasará por cuatro procesos de observación y podrá utilizar toda su capacidad cognitiva, analítica y crítica para formar conocimiento de su realidad presente y comprenderse a sí mismo. Conócete a ti mismo. Para comprender la realidad, el meditador debe liberarse completamente de lo que llamamos pasado y futuro. El budismo insiste en que solo el presente es parte de la realidad; el pasado y el futuro no existen. El pasado muere, así como la identidad del individuo muere en cada momento, recomponiéndose en el momento siguiente: el presente. El futuro no existe; Es una proyección imaginaria de nuestra mente; No es parte de la realidad y no puede analizarse racional y críticamente. El futuro es el gran basurero de lo peor que hay en nosotros: arrojamos en él todos nuestros

miedos, nuestros deseos insatisfechos, nuestras irasreprimidas, nuestras obsesiones, nuestro egoísmo, nuestras esperanzas destrozadas y todos los fragmentos de nuestra vanidad y culpa. El futuro es nuestro infierno, aquel que nos construimos y con el que nos castigamos y azotamos durante toda nuestra vida.

Para el budismo, el apego al pasado es una obsesión y el apego al futuro es una ilusión.

Así comienza la conciencia del meditador, su Vipassana desnudo. Fue despojado del pasado y del futuro, despojado de sí mismo, liberado de la ilusión narcisista del "yo" como un ser separado y abierto a la realidad, de estar relacionado con todo lo que existe.

La intensidad de la actividad Vipassana diluye el silencio de Samatha.

En esta etapa, el meditador realizará los cuatro procesos sucesivos de observación: observación del cuerpo, sentimientos, mente y principios (cualidades). Vipassana constituye un proceso cognitivo y psicoanalítico de la realidad externa y su hecho interno expresado en tu cerebro y estados mentales.

Vipassana deja claro, al exigir la observancia de principios, que el autoconocimiento solo es completo cuando el meditador realiza una profunda evaluación crítica de su conducta en términos de su contenido ético: conocimiento del cuerpo, de la psique, de la mente y de la moralidad.

Cuando dije antes que la meditación budista tiene un procedimiento doloroso, me refería a Vipassana.

Aquí, el propósito de la meditación está estrictamente vinculado a las cuatro nobles verdades. Estoy sufriendo; mi mente construye sufrimiento; Puedo superar el sufrimiento; Tengo un camino por recorrer.

Para conocer, evaluar y criticar la realidad que te rodea, busca en el presente las causas externas e internas de todo tu sufrimiento. Por más profundas que sean, despojadas de cualquier defensa de tú "yo", cuestiona el valor ético de tus acciones frente al sufrimiento y evalúa con realismo cómo se puede mejorar o eliminar. Nada de esto es un proceso agradable.

Situar tu experiencia en el presente es aún menos placentero. Digamos que el meditador está muy angustiado porque alguien lo ha ofendido. Lo puede evaluar así: "Estoy angustiado por un trauma que llevo desde niño porque mi padre me maltrataba delante de mis hermanos. Razonar así es inútil en el proceso meditativo; Es solo una actitud de escape. Tu posible trauma pertenece al pasado, y el pasado ya no existe y ya no es parte de la realidad, no es el pasado el que construye hoy, lo construye tu mente, aquí y ahora, y si observas adecuadamente la realidad de hoy, aquí y ahora, simplemente dirás: "Estoy enojado con quien me ofendió y soy el único responsable de mi enojo.

En este punto ya habrás conocido la verdadera causa de tu sufrimiento: tu ira, y a partir de ahí podrás

desarrollar formas de liberarte de este sentimiento destructivo.

Sin embargo, los resultados de la meditación son deliciosos y preciosos, mucho más que el placer momentáneo de satisfacer un deseo. Lo que ofrece la meditación, al ser más amplia y profunda, es paz, la alegría de estar vivo y entrelazado con todo lo que existe, la libertad del sufrimiento inútil, la limpieza de los venenos almacenados, la bondad, la compasión, la empatía, la desnudez de la mente y la ligereza del caminar... cada paso sin las cargas imaginarias del pasado y del futuro, la liberación de las ataduras del egoísmo, sabiendo que tu consciencia morirá ahora porque es volátil como nuestros estados mentales, pero que renacerá en el próximo momento, para continuar.

La meditación sigue siendo la locomotora que da movimiento al Óctuple Sendero. Si observamos los ocho caminos que componen el Dharma, veremos que todos ellos dependen de un proceso que conduce al conocimiento racional de la realidad actual y a una comprensión más amplia y profunda de uno mismo en términos de todo lo que la mente lleva y lo que la persona lleva como práctica de comportamiento ético.

Según su doctrina, la meditación budista lleva al meditador a encontrar el más sustancial de todos los valores: la verdad. El psicoanálisis, la neurociencia, las ciencias del comportamiento y las teorías actuales del valor están muy cerca de muchos puntos del proceso meditativo budista, y su evidencia demuestra cada vez más la eficacia de su

metodología para comprender la mente, promover el equilibrio emocional, la mejora y expansión de los procesos cognitivos y consolidación de la conciencia. De ahí su valor terapéutico y el hecho de que favorezca el desarrollo intelectual, el equilibrio emocional y la capacidad asociativa y relacional.

9

Karma

Karma es un término que se volvió común en Occidente y empezó a significar cosas diferentes: algunas más o menos cercanas al concepto correcto,

otras absurdamente erróneas. Una comprensión profunda del karma no cabe en este texto, dado a su alcance, naturaleza y propósitos.



Los conceptos de karma son anteriores al budismo y llevan mucho tiempo arraigados en las culturas y religiones hindú y védica, adquiriendo en cada una de ellas características propias, muchas veces correctas o compatibles, a veces no.

⁶ Debido a su larga

historia y diversidad,

⁶El karma está simbolizado por un nudo sin fin.
<https://www.diccionariodesimbolos.com.br/simbolo-karma/> consultado el 10/01/2023

el término Karma ha adoptado miles de caras, se ha fortalecido en millones de conceptos a lo largo del tiempo y se ha visto a través de muchos ojos diferentes. Bucear en todo este universo de ideas no tiene sentido.

Entre estos miles de perspectivas diferentes, algunas más agudas, como los registros canónicos, las ciencias físicas, la psicología y la filosofía contemporánea, intentaremos esbozar una comprensión del karma basada en los conceptos más básicos y universalizados, incorporando el aporte multidisciplinar de diferentes autores.

Una forma de considerar el karma es verlo como un efecto reflejo, definido por las leyes de la física y extendido al campo de las energías. En este sentido, el karma obedece al principio de que toda acción provoca una reacción igual y opuesta. La evidencia de este principio en relación con las masas ya es común en la física elemental y, mientras se puedan cuantificar las energías, parece prevalecer para ellas. La evidencia científica de esta proposición está en la energía electrostática, donde se demuestra que energías similares se atraen y energías opuestas se alejan (carga positiva versus carga negativa).

Suponiendo que nuestra conciencia y nuestras acciones y emociones surgen de la interacción electro-neural recíproca entre estados cerebrales y estados mentales (como también lo ha demostrado la ciencia), se acepta que nuestros pensamientos, acciones y son generadores de emociones específicas, energías transmitidas al ambiente a la frecuencia con la que existen nuestras mentes.

Cuando esto ocurre, el entorno infligirá inmediata y reflexivamente una reacción igual, opuesta e igualmente específica. Como estas emanaciones energéticas son inconfundibles por su frecuencia vibratoria y otros elementos cuánticos (que aún son hipótesis científicas), se atraerán entre sí según su naturaleza, y recibirás del entorno, a cambio, lo mismo y la mayor cantidad de lo que emitiste.

Los estados mentales resultantes de este proceso acumulan estas emisiones y respuestas energéticas, como una batería eléctrica, y se concentran progresivamente en tu mente a medida que se repiten. Por tanto, se produce la conservación de la energía, tal como lo exigen las leyes de la física.

El karma es precisamente esa carga específica de energía acumulada que cada persona lleva en su mente.

Por eso al karma se le llama popularmente la “ley universal del retorno”, y las inferencias que utilizamos dan lugar a expresiones, también populares y generalmente intuitivas, como “cada uno obtiene lo que hace”, “aquí está lo que se hace, aquí es lo que paga”, “tu ira se vuelve contra ti”, etc.

Por tanto, el karma tiende a ser visto como un castigo, una respuesta correctiva del universo, una contracorriente que hay que pagar, etc. Este punto de vista es erróneo, ya que nuestra capacidad mental para generar energías tipo “A” para el amor, por ejemplo, es la misma que nuestra capacidad para estimular energías tipo “O” para el odio. Ambos responderán con igual intensidad y naturaleza,

dejando claro que el karma no es ni bueno ni malo. Solo existe porque no se pierde energía. Buenos o malos son nuestros pensamientos, emociones y acciones, que elegimos.

Por lo tanto, no hay elementos de culpa, condena o gratificación en el concepto budista de karma. Existe el concepto amplio de elección y responsabilidad. Somos el producto de nuestras elecciones, y solo cambiando nuestras elecciones podemos cambiar la carga energética que llevamos. Ninguna persona violenta puede esperar ser acariciada por otros seres vivos, así como nadie que realmente acaricie a sus semejantes debería esperar ser abofeteado.

Saliendo del razonamiento físico-energético y observando estos mismos hechos desde un ángulo psíquico y conductual, varios autores conceptualizan el karma como "la ley de causalidad moral"; es decir, la ética que, como conducta, constituye un factor determinante en la calidad y naturaleza de nuestros estados mentales, es decir, en la calidad de nuestra vida.

El Buda, sin embargo, profundizó más en el karma que comprenderlo a partir de nuestras acciones. Usó karma, refiriéndose a la volición, la intención o motivo detrás de una acción. Dijo que el karma es volición porque es la motivación detrás de la acción la que determina el fruto kármico. Inherente a cada propósito de la mente, hay una energía lo suficientemente poderosa como para producir resultados posteriores. Cuando entendemos que el karma se basa en la volición, podemos ver nuestra enorme responsabilidad al tomar conciencia de las

intenciones que preceden a nuestras acciones. Si no somos conscientes de los motivos de nuestra mente, cuando surgen voliciones poco hábiles, podemos actuar inconscientemente de acuerdo con ellas y así crear condiciones para sufrimiento futuro.

La consecuencia de esta observación budista es que importa más lo que queremos que lo que hacemos en términos de generar energía, definiendo el karma como un fenómeno estrictamente moral y reforzando la doctrina que requiere un conocimiento profundo de nuestras emociones y un dominio completo de la mente. Este predominio de la importancia de la intención en el karma se asemeja parcialmente al concepto de "pecado" en el cristianismo, que puede cometerse "en pensamiento, palabra y obra". No hay necesidad de matar; Somos asesinos desde el momento en que conscientemente deseamos matar.

La doctrina del Karma cuestiona qué sucede con este "agregado impermanente" después de la muerte del individuo. La respuesta tradicional del budismo raíz siempre ha sido la afirmación de la transmutación de la energía. Una vez que su núcleo agregado, que era el estado mental de la persona en vida, haya desaparecido, este agregado impermanente, una estructura energética, estará disponible y liberado (emanante) en la naturaleza. En este estado, ya no integrado en un sistema energético específico, será atraído por algún otro núcleo agregado en desarrollo que sea cualitativa y cuantitativamente compatible. Por la naturaleza de estas energías, el nuevo núcleo agregado será una nueva vida en el proceso de formación.

Este encuentro del agregado impermanente liberado con su nuevo núcleo agregado es precisamente el concepto de "renacimiento" al que se refirió Buda: un nuevo ser, una nueva vida, una nueva mente, que agrega experiencias y energías generadas por otros seres en tiempos anteriores.

Mirando el concepto de karma desde este ángulo, uno tiene (al menos yo) la sensación de que estamos hablando del guion de una película de ficción. Sin embargo, pronto vuelvo a la realidad y al pensamiento crítico cuando recuerdo que si Carl Jung hubiera estado a mi lado en ese momento y le hubiera preguntado qué era el inconsciente colectivo, probablemente me habría dado la misma descripción.

En tu psique y estados mentales llevas conocimientos, aprendizajes y experiencias adquiridas desde el inicio del Paleolítico, hace 150 mil años, sin haber tenido nunca una experiencia personal relacionada con ellos. ¿Y cuáles fueron los canales de transmisión de esas energías agregadas y dispersas con tanta frecuencia en tantos individuos? El nombre es genoma humano.

Nunca te sientas joven. Tu consciencia disfruta, sufre, ama y odia todo lo nuevo que la habita. Su inconsciente, sin embargo, es más antiguo que el de la especie porque, incluso antes de que fuéramos homínidos, ya habíamos aprendido mucho de los primates en esta danza interminable de la evolución.

Raúl Seixas se equivocó cuando dijo en su poema que nació hace 10 mil años. Fue mucho, mucho

antes. Siendo un concepto anterior al budismo, y hoy difundido en miles de corrientes, grupos, sectas y tendencias diferentes, el principio del karma se describe de maneras que van desde creencias teocéntricas fundamentales hasta fantasías delirantes, según la imaginación popular y la pseudociencia.

Si queremos comprender el principio budista del karma, lo aceptemos o no, solo podemos confiar en dos elementos: el canon Pali y la ciencia contemporánea.

La Jerarquía de los Seres, los Seis Reinos y la Divinización de los Arquetipos.



7 “El Gran Cadena de Seres” —Rethorica Christiana — 1579 d. C.

Cada cosmovisión (cómo vemos y entendemos el

⁷<https://smarthistory.org/engravings-in-diego-de-valadess-rhetorica-christiana/>
(Instituto de Investigación Getty)

universo, el mundo en el que vivimos y a nosotros mismos) establece una jerarquía entre los seres debido al fenómeno de la desigualdad entre los individuos.

Todas las tradiciones filosóficas y religiosas presentan sus definiciones de esta jerarquía, que es una forma de proclamar su cosmovisión. En la figura superior podemos observar los conceptos cristianos representados durante el siglo XVI, registrados en todas las culturas y religiones occidentales: el creacionismo, las plantas y los animales como formas de vida inconscientes y sin alma, la cosmovisión antropocéntrica, el cielo y la tierra, el infierno vinculado a una realidad codificada. . y estructura ética deontológica sustentada en la recompensa y el castigo.

Expresando la profunda distancia entre las tradiciones occidentales y orientales, en la siguiente figura podemos ver la jerarquía entre seres concebidos por las antiguas culturas hindú y védica, posteriormente reinterpretados por el budismo, el Samsara, como veremos y explicaremos.

En la primera forma, la cosmovisión (o cosmovisión) parte de una idea preestablecida sobre el universo y, guiada por el contenido de esta idea, desarrolla sus concepciones del universo, del mundo y de los seres. Llegamos así (en nuestro caso de los seres humanos) a una antropovisión, siendo una conceptualización necesaria para construir un

ordenamiento de valores entre los seres.'

Esta antropovisión no se basará en ningún elemento empírico, experimental, sino solo en el contexto ideal preestablecido por la cosmovisión.



Esta es la cosmovisión idealista.

La segunda forma de construir una cosmovisión sigue el camino opuesto: una visión racional se construye a partir de la realidad empírica y evoluciona hacia una visión del mundo y del universo.

Estas son visiones del mundo realistas.

La historia y la ciencia muestran que las cosmovisiones realistas nacidas de antropovisiones pueden conducir a construcciones verdaderas o falsas, según su origen y desarrollo. Disponen de varios recursos epistemológicos para corregir cuando sus resultados son erróneos, aunque sean sustanciales.

A su vez, las visiones del mundo idealistas invariablemente llegan a resultados lógicos y antropológicamente falsos. Por ser erróneos e improbables, se expresan a través de dogmas (impedimentos impuestos al pensamiento crítico), imposibilitando exponerlo a la ciencia, adaptarlo y desarrollarlo.

Se convierten, por tanto, en conceptos opuestos sin posibilidad de reconciliación lógica o hermenéutica.

Los aspectos que más distinguen el uno del otro son los siguientes:

Su fundamento esencial está determinado por un sistema preestablecido de ideas (ideología), inmutable y no relativo, que prevalece sobre cualquier otro contexto epistemológico y del que deriva todo lo demás. Por otro lado, el fundamento de las cosmovisiones realistas surge de una antropovisión sometida a procesos cognitivos, experimentales y a la crítica del conocimiento, y agrega contenidos para formular sus observaciones de contextos más amplios y complejos, como el mundo y el universo.

Partiendo de un apoyo ideológico absoluto, las cosmovisiones idealistas exigen la existencia de una deidad central superior a todo, ontológicamente capaz de construir y dirigir el universo y todo lo que contiene, incluido el hombre.

En las visiones del mundo realistas, todo lo que existe es cambiante e impermanente, incluidos los hombres, especialmente el universo mismo. Ningún dios creador podría haber construido este universo tal como es. Este dios solo puede existir en la imaginación de los hombres.

En las cosmovisiones idealistas, todo contenido trascendental es de naturaleza permanente e inmortal. Estarán allí para siempre. Los humanos son inmortales; los dioses y deidades, ángeles, santos, querubines y demonios son permanentemente eternos. Estas entidades existen en estas creencias idealistas; no son simbólicos, metafóricos o

referenciales. Son seres extraños para nosotros, los humanos con los que interactuamos.

En las cosmovisiones realistas, todo lo que es trascendental es metafórico, simbólico, arquetípico y dialéctico.

Las cosmovisiones idealistas menosprecian nuestro proceso evolutivo genómico y la influencia de nuestro inconsciente colectivo en la configuración de la sociedad y la experiencia humana, incluida su ética, que creen que está dictada por Dios a través de revelaciones.

Por otro lado, las visiones del mundo realistas se incorporan a tu realidad y trascienden toda experiencia humana inconsciente.

Las visiones del mundo idealistas parten de un dios que inventó a los hombres, mientras que las visiones del mundo realistas parten de hombres a quienes a veces les gusta crear dioses.

Ambos modelos de cosmovisión son paradójicos: el idealista parte de un dios creador y llega a un hombre que no lo necesita, y el realista parte de un hombre que viaja para descubrir la existencia de los dioses y descubre que él, el hombre, está solo.

En las imágenes superiores vemos la representación divergente de la jerarquía de los seres: a la izquierda, la escala budista, expresada por la Rueda de la Vida (Samsara), y a la derecha, la Gran Cadena de los Seres, medieval cristiana.

No se trata simplemente de dos diseños diferentes, sino de dos conceptos estrictamente opuestos.

En las tradiciones occidentales, los seres humanos son considerados seres permanentes creados por Dios, llamados “a su imagen y semejanza”, con un destino preestablecido supervisado por la deidad, quien puede intervenir en él a través de la “divina providencia” (un plan divino específico) para todo ser humano vivo), incluso por medios milagrosos. Los seres son lo que Dios quiso que fueran, y la gente debe aceptar estos diseños y destinos como la voluntad de la deidad.

La jerarquía de los seres es, por tanto, algo de contenido relativamente indeterminado. Dada una naturaleza inmutable y gobernada por deidades que también son inmutables, todos los hombres son igualmente insignificantes. Fueron hechos “inocentes e ignorantes” y luego corrompidos al cometer el “pecado original” al comer el fruto del “árbol del conocimiento del bien y del mal”. En términos racionales, esto significa que el hombre perdió su inocencia al intentar dejar de lado su ignorancia y saber qué es el bien y el mal a través de su propia experiencia existencial. Dado que esta jerarquía es un modelo ético deontológico, no correspondería al hombre hacer esto o aquello, como corresponde únicamente a Dios decirle qué es el bien y qué es el mal. Por este (su pecado original), el hombre fue castigado con lo que se llamó la “condición humana”. La “condición humana” ha formado parte de narrativas largas, retóricas e inacabadas durante siglos, por decir lo que dijo Buda en una breve frase de su Primera Noble Verdad: “El sufrimiento es la naturaleza humana.

El hombre, por tanto, al no tener participación en su

ontogénesis, su jerarquía es bastante simple, limitándose a colocarlo en una relación valorada con deidades y semi deidades, todos hombres permanentes, inmutables e inmensamente superiores.

Esta simplicidad conceptual se puede ver en la representación gráfica de la "Gran Cadena de Seres" del cristianismo medieval, reproducida arriba.

En el budismo, la jerarquía es mucho más compleja, ya que no existe tal deidad creativa. Nacidos de un proceso evolutivo natural y espontáneo en el universo, los hombres son los creadores de sus mundos y de sus propias vidas. Son seres sin destino que cargan con la conciencia de sus experiencias presentes, el desconocimiento de sus herencias energéticas y el aprendizaje de la especie registrado en los arquetipos adjuntos al genoma de la especie.

Es un ser que no nace inocente ni ignorante, con participación relevante en su ontogénesis. Es un ser que se construye en un universo donde todo se transforma con cada gesto, cada pensamiento y cada acción, y nada queda, ni siquiera el universo mismo.

La jerarquización de este ser a escala cósmica se vuelve sumamente compleja. '

Tal complejidad es la que pretende mostrar la figura del Samsara, la Rueda Budista de la Vida.

Samsara significa el ciclo sucesivo e incesante de nacimientos, muertes y transformaciones, no del individuo, que se extingue con la muerte, sino de sus

energías existenciales conscientes, hasta que este agregado alcance su iluminación, estado en el que romperá el círculo del Samsara , integrándose en el inmenso agregado cósmico de la conciencia y provocando que ya no se produzca el renacimiento. El objetivo es la iluminación, es decir, armonía total e integración cósmica completa y consciente.

El concepto de iluminación elige a un hombre dueño de su destino y partícipe de su ontogénesis, que es jerárquico no como es porque, en principio, no es nada, sino como es a su manera dentro de este ciclo. En los ámbitos y ambientes del ciclo Samsara, cada persona elegirá con qué características conductuales y éticas llevará a cabo su camino evolutivo, enriqueciendo o empobreciendo cualitativamente el agregado energético que porta. El argumento budista opta por una jerarquía de carácter ético y no ontológico.

Para comprender este universo de conceptos, es fundamental recordar que esta jerarquía budista incluye metáforas, simbolismos, figuras arquetípicas y elementos históricos. Nada en él es literal u objetivo; todo es figurativo, siguiendo los patrones de expresión y comunicación de las culturas védica e hindi. En lugar de niveles, la jerarquía utiliza la idea de "reinos" o esferas donde viven las personas y en las que sus agregados impermanentes pueden renacer e incorporarse a la nueva vida en formación, según sus cualidades.

Hay seis reinos de seres según el budismo:

El reino de los seres infernales: Naraka/gati/Jigokudō.

El reino de los espíritus hambrientos/fantasmas: Pretagati / Gakidō...

El reino animal: Tiryagyonigati / Chikushōdō...

El reino de los seres humanos: Manusyagati / Nindō

El reino de los semidioses: Asuragati/Ashuradō

El Reino Divino: Devagati / Tendo

Deberíamos entender los reinos como “ambientes” en los que la vida humana puede estar presente. No son lugares, sino estados mentales resultantes de las cualidades éticas y comportamentales de la persona. El renacimiento de cualquier persona puede ocurrir en cualquiera de estos reinos, incluso en el reino animal; debido a esta base ética.

La jerarquía de los seres en el budismo es una clasificación ética. La presencia de expresiones místico-mágicas, la caracterización de deidades y semi deidades y los tipos de seres considerados son figuraciones que comunican ideas y realidades no observables. Esta jerarquía no tiene una estructura doctrinal, sino solo un carácter semiótico,

Todos estos enfoques son necesarios para hacer posible la lectura y la comprensión del Samsara. No añada nada a la doctrina budista como contenido, pero sintetiza e interrelaciona todos sus elementos primarios.

Presenta la cosmología budista, con la jerarquía de los seres, los venenos de la mente, el camino del Dharma, los seis reinos de la existencia, la función del Karma, los cielos e infiernos de nuestra mente y vida,

la muerte y el renacimiento como ciclos repetitivos. . Samsara aprisiona al hombre en estos ciclos de vida y muerte hasta que alcanza la iluminación, se integra con la verdad y se libera de este ciclo para que ya no necesite nacer en el reino Humano y morir sucesivamente.

Supongamos que traducimos sus referencias y significados simbólicos, culturales e históricos agregados, los arquetipos y valores presentados en forma de deidades, el significado de los colores, los elementos referenciales de los animales, las relaciones y estructuras geométricas. En este caso extraeremos de esta figura absolutamente todo lo escrito en este libro y mucho más de lo que queda por escribir.

Samsara, la Rueda de la Vida, es una de las obras más apasionantes de la gráfica oriental, no por su valor estético, visual o doctrinal, sino por su inmensa capacidad para expresar uno de los sistemas filosóficos y éticos más complejos del humanismo. Con un pequeño dibujo, convierte en polvo bibliotecas enteras y crea la impresión de lo imposible: "observar el budismo". en toda su diversidad cultural, vestida con todos los matices y creencias populares, supersticiones y proyecciones imaginarias que se le han ido añadiendo a lo largo de los siglos, todos los lenguajes y símbolos que utilizó para decir las mismas cosas a personas tan diferentes. , sus dialectos y semántica, sus misterios y realidades.

De hecho, no interpretaremos profundamente la figura en este texto; Tendríamos que escribir otro libro.

Sin embargo, podemos llegar a una explicación más simple y razonable de la siguiente manera:

Samsara, la rueda de la vida.



8

Samsara es un concepto básico dentro de la filosofía oriental que resume la noción de existencia perpetua y

⁸ <https://educalingo.com/pt/dic-de/samsara>. Recuperado el 10/01 2023

el ciclo de renacimiento. La interconexión de experiencias, actos y efectos a lo largo de varias vidas se manifiesta como un fenómeno cíclico a lo largo de la vida.

Los orígenes del Samsara se remontan a las antiguas escrituras indias, que precedieron en muchos siglos a los inicios del budismo. El concepto de Samsara proviene de las culturas védicas y Upanisads, que sentaron las primeras bases del discurso filosófico hindú.

Los Upanisads introdujeron las nociones fundamentales de Atman, el alma individual, y Brahmán, la realidad última. Estos conceptos forman la base para comprender la esencia del Samsara y muchas otras competencias de la filosofía oriental.

El renacimiento es fundamental para el concepto de Samsara, en el que el Atman, después de haber experimentado una vida, transmigra a otro cuerpo físico o estructura viva.

Este ciclo perpetuo de renacimiento se rige por el principio del karma, la ley moral de causa y efecto. Las acciones de una vida influyen en las circunstancias de la siguiente, creando una cadena continua de causa y consecuencia.

Aunque Samsara es un concepto hindú fundamental, mucho más antiguo que el budismo, Siddhartha Gautama dio a esta compleja estructura semiótica diferentes significados e interpretaciones. Entre estas nuevas y diferentes interpretaciones, una de las más sustanciales es el significado y contenido del renacimiento. En su formulación original, el renacimiento estaba fuertemente vinculado a la idea de "reencarnación", que significaba la continuación

del yo individual en un nuevo cuerpo vivo.

Esta comprensión provino de los orígenes de los Upanisads, que proclamaban la existencia del Atman (alma individual). Dado que Siddhartha Gautama rechazó la idea de Atman y negó la perpetuidad o eternidad del individuo humano, el concepto budista de renacimiento es esencialmente diferente de cualquier concepto de reencarnación, como comentamos anteriormente.

Otra diferencia sustancial aportada por el budismo a la estructura conceptual del Samsara está relacionada con el significado de su estructura básica: según la interpretación budista, Samsara no es un plan divino, sino un ciclo implacable de sufrimiento en el centro de la existencia humana. . La perspectiva budista del Samsara es una exploración compleja y matizada del sufrimiento humano, la naturaleza de la realidad y el camino hacia la liberación.

Por estas razones, en la interpretación budista predominante del Samsara, el concepto de Dukkha a menudo se considera sufrimiento, pero abarca un espectro más amplio de insatisfacción, angustia y descontento. El Buda declaró que Dukkha inherentemente marca la vida en su primera noble verdad. Este sufrimiento no se limita al dolor físico, sino que se extiende a la agitación mental y emocional que las personas experimentan a lo largo de su vida.

Esta percepción no se limita a las formas más evidentes de dolor, sino que es inherente al proceso de la existencia. El nacimiento, el envejecimiento, la enfermedad y la muerte son aspectos inevitables de la vida y cada uno de ellos contribuye al significado general de Dukkha. (Bhikkhu Bodhi)

Por lo tanto, en el budismo, el ciclo del Samsara a menudo se representa como una rueda, que representa el ciclo continuo de nacimiento, muerte y renacimiento. Este ciclo, impulsado por el karma, perpetúa el sufrimiento a medida que los individuos renacen en nuevas formas de vida con todos los rastros kármicos de sus acciones pasadas. El karma es el mecanismo por el cual se mueve el Samsara, no como un sistema o condición determinista, sino como su contenido esencial, la ley de causa y efecto moral, que subraya la responsabilidad de los individuos por sus acciones.

En una breve explicación,

“Los significados de las partes principales del diagrama son:

- El centro de la rueda representa los tres venenos.
- La segunda capa representa acciones o karma positivas y negativas.
- La tercera capa representa los seis reinos del samsara. (*)
- La cuarta capa representa los doce eslabones de origen interdependiente.
- El monstruo que sostiene la rueda, llamado Yama, las fuerzas de la muerte, representa la impermanencia.
- La luna en la rueda representa la liberación del ciclo samsárico de existencia.
- El Buda señalando a la luna indica que la liberación es posible.

El Dalái Lama escribe:

“Simbólicamente, los tres círculos [interiores], moviéndose desde el centro hacia afuera, muestran que las tres emociones aflictivas [3] de deseo, odio e ignorancia dan lugar a acciones virtuosas y no virtuosas, que a su vez dan lugar a niveles de del sufrimiento. en la existencia cíclica. El borde exterior que simboliza los doce eslabones del origen dependiente indica cómo las fuentes de sufrimiento (acciones y emociones angustiosas) producen vidas en una existencia cíclica. El ser feroz que sostiene la rueda simboliza la impermanencia.

La luna [en la cima] indica liberación. El Buda de la izquierda apunta a la luna, lo que significa que debe actualizarse la liberación que cruza el océano de sufrimiento de la existencia cíclica” Rueda de la Vida. (22 de octubre de 2015). Enciclopedia budista tibetana. Consultado a las 13.40 horas. 10 de septiembre de 2023 en http://www.tibetanbuddhistencyclopedia.com/en/index.php?title=Wheel_of_Life&oldid=210289.) (*) Reino de los Dioses, Reino de los Dioses, Deni, Reino de los Animales, Reino del Infierno, Reino de los fantasmas hambrientos y Reino de los humanos.

Un cerdo, una serpiente y un gallo están en el centro de la rueda de la vida. Representan los tres venenos de la inconsciencia, la agresión y el deseo. Surgen la serpiente y el gallo.



de la boca del cerdo, como la agresión y el deseo, surgen de la inconsciencia. La inconsciencia es la imposibilidad de reconocer nuestra verdadera naturaleza y, por tanto, la comprensión de que existimos de forma

independiente.

⁹ Cuando nos sentimos separados de los demás surge la necesidad de defendernos y protegernos, y estas acciones suelen estar basadas en la agresión y el deseo. En la imagen de la Rueda de la Vida, los tres animales situados en el centro se muerden la cola y se persiguen uno tras otro. Este ciclo continuo de inconsciencia, agresión y deseo es el combustible que mueve la rueda de la existencia cíclica.

Así como el cerdo (inconsciencia) es la fuente de la serpiente y el gallo (agresión y deseo), la inconsciencia, que muchas veces se traduce como ignorancia, es el primer eslabón de los 12 eslabones de origen interdependiente. No reconocer nuestra verdadera naturaleza y, por lo tanto, vernos separados e independientes de los demás y de los fenómenos, pone en movimiento la existencia cíclica. Tan pronto como no reconocemos nuestra verdadera naturaleza, las

⁹ Los tres venenos de la mente, en el centro de la rueda.
<https://japaoreal.com/2023/04/16/samsara-um-guia-sobre-os-seis-reinos-do-rokudo/>

semillas kármicas de innumerables vidas anteriores comienzan a madurar en la forma de un sistema psicofísico único compuesto por los cinco agregados y los cinco elementos. Esto ocurre en los enlaces del dos al cinco. Una vez que este sistema mente-cuerpo es completamente funcional, sus facultades sensoriales y su conciencia encuentran un objeto sensorial; se hace contacto. Este es el sexto eslabón. De este contacto surge el séptimo eslabón del sentimiento y la experiencia de contacto se clasifica en placentera, desagradable o neutra.

Con este séptimo eslabón de definir la experiencia como placentera, desagradable o neutra, se activan los eslabones octavo, noveno y décimo: anhelo, apego y devenir. Estos vínculos son cruciales porque son los vínculos que en última instancia producen karma. El tono de sentimiento que surgió en el séptimo eslabón da lugar al octavo eslabón de anhelo. Este es el deseo de asimilar experiencias placenteras, alejar las desagradables y permanecer indiferente a las experiencias neutras o al deseo de que las experiencias neutras no se disipen.

A partir de este anhelo surge el noveno eslabón del apego. El apego es la fase en la que uno formula pensamientos y actúa exageradamente según el deseo. Planificamos, imaginamos, reunimos suministros narcisistas y fortalecemos nuestras opiniones mientras nos preparamos para tomar acciones que sirvan para proteger o reforzar nuestro sentido de identidad. Este proceso interno da lugar al décimo eslabón del devenir (bhava). Aquí es cuando expresamos nuestro anhelo y apego.

Estas acciones del cuerpo, la palabra y la mente crean

karma, dando lugar al undécimo eslabón del nacimiento y al duodécimo eslabón del envejecimiento y la muerte. El undécimo eslabón puede entenderse como el nacimiento y duración de otra vida, un estado de ánimo o incluso un nuevo momento. En el duodécimo eslabón, envejecimiento se refiere al envejecimiento y sufrimiento que se produce desde el nacimiento hasta la muerte de nuestro cuerpo físico actual o el paso de un estado, o momento mental.

Budismo y religión

El título anterior es una especulación inútil, según el pensamiento del Buda. Un cliché cultural es una etiqueta que queremos poner a todas las cosas para identificarlas pretenciosamente, de un vistazo, sin conocerlas. Según esto, solo tenemos tiempo para lo esencial de las neurosis de nuestro milenio. Entre ellos no se encuentra el verbo vivir.

Sin embargo, considerando el perfil de la historia contemporánea y la permanencia sistémica del binomio religión/conflicto, entremos en ello.

Conceptualicemos qué es la religión para asegurarnos de que estamos hablando de lo mismo.

El término latino deriva de “re-ligare”, que significa: “unir de nuevo”, reunir lo que estaba separado.

Desde la antigüedad, se daba el nombre de “religare” a todos los sistemas de creencias que tenían como objetivo restablecer el vínculo entre el hombre y la divinidad, considerado roto en algún momento por culpa del hombre. Esta ruptura se produjo porque, de alguna manera, el hombre ofendió a la divinidad con su comportamiento, alejándose de Dios y mereciendo el sufrimiento que le fue impuesto como castigo. De esta manera, el ser humano individual, cuya individualidad es inmortal a

través de un alma eterna, necesita acercarse nuevamente a la divinidad, mediante la práctica de una serie de preceptos, para recibir de ella, después de su muerte física, el acceso a un mundo de eternidad. satisfacción.

De hecho, esta formulación ha evolucionado con el tiempo. Hoy abarca formas muy variadas del concepto, al punto que es difícil establecer con claridad sus contornos, motivando complejos estudios etnológicos y sociológicos considerados por EB Tylor en el capítulo XI de su libro "Cultura Primitiva", publicado en 1871:

Del concepto arcaico de "re-ligare", discutido más tarde por Emile Durkheim, evolucionó la aceptación de un fundamento "mínimo necesario" para una configuración conceptual de la existencia de una religión, que sería una "preocupación central para una deidad"

(Jonathan Jong - "Creencia en seres espirituales": Teoría cognitiva primitiva de la religión de EB Tylor en [https://static1.squarespace.com/static/53578960e4b0cc61351ba675/t/5a4e2c8ee4966b5d9ed2a4f4/1515072658082/Jong+2017+-+Tylor .pdf](https://static1.squarespace.com/static/53578960e4b0cc61351ba675/t/5a4e2c8ee4966b5d9ed2a4f4/1515072658082/Jong+2017+-+Tylor.pdf))

La posición de Taylor ha sido aceptada hoy por innumerables estudiosos, pero, aunque cierta, se convierte en una frágil simplificación dadas las tendencias a acercar el campo conceptual religioso a diferentes formas de humanismo, filosofías sociales y otras ideas, siempre basadas en la discusión sobre

lo que realmente es. es “divinidad”.

Por lo tanto, entendemos que al definir algo como religión, además del mínimo necesario de Taylor (que debe ser respetado por el bien de la ciencia), debemos agregar lo siguiente para tener un concepto cognitivo y etnográfico:

Cada religión es un sistema de creencias, no una creencia aislada;

Este sistema está vinculado a un centro que proclama la existencia de una divinidad capaz de crear y gobernar el mundo y a los hombres (Tylor).

Alrededor de este centro del sistema de creencias, se forman y sostienen otras creencias complementarias y necesarias, proclamando, como mínimo, la existencia de un alma eterna del individuo y una estructura de recompensa/castigo que se experimentará eternamente después de la muerte del cuerpo físico. . .

La religión es inexorablemente un sistema dicotómico fundado en supuestos metafísicos.

Ya sea antigua o moderna, cualquier religión presenta invariablemente todos estos fundamentos. Si no es así, no se trata de una religión, sino de otro modelo cosmológico o cognitivo por definir.

Vemos estos elementos firmemente establecidos en las tradiciones cristiana, judía y musulmana. En el cristianismo, por ejemplo, el hombre era la criatura favorita de Dios y vivía en un paraíso donde todos los demás seres estaban allí para servirle. Un día, el hombre desobedeció a la divinidad de una manera

que nunca ha sido explicada con claridad; por ello sufrió la pena de expulsión. Por lo tanto, es necesario reconectarte con la divinidad para lograr una eternidad de felicidad personal indescriptible mientras mantienes tu identidad humana existente antes de tu muerte física. Alcanzar tal eternidad significa respetar las creencias, seguir prácticas y rituales y obedecer los preceptos establecidos por esa religión.

Solo a través del análisis de estos componentes podemos, por tanto, hablar de religiones.

Popularmente, sin embargo, se dice que Buda, tanto como Jesucristo, fundó una religión. Ni uno ni otro lo hicieron. En ambos casos, las religiones fueron creadas y desarrolladas por hombres comunes, en tiempos posteriores a sus muertes, germinando la constitución de iglesias ("eclesia"), organizaciones pura y limitadamente humanas, a menudo involucradas en luchas por el poder político y económico. El profundo humanismo de Buda y Cristo fue manipulado para crear una base ideológica necesaria para estos esfuerzos. Esto no fue sin la loca audacia de atribuir a ambas expresiones que nunca habían dicho o hecho.

Decían, por tanto, de Jesús de Nazaret que fundó una iglesia que nunca fundó. No existen pruebas ni restos históricos de estos hechos. Hay breves relatos en unas pocas líneas de textos escritos 30 años después de su muerte por personas que nunca lo vieron ni lo oyeron, y que crearon un momento formal imaginario para el hecho, como la afirmación evangélica de que Jesús dijo: "Pedro, tú eres una

roca, y sobre ella edificaré mi iglesia”.

Según varios teólogos respetados y revisionistas modernos, Jesús no dijo ni diría nunca esto.

Jesús no quería establecer ninguna iglesia. Predicó una cosmovisión espiritualista y libertaria y propuso una doctrina escatológica humanista de extraordinaria belleza y coherencia.

Luego fue asesinado por judíos religiosos en nombre de sus dioses, en una ceremonia macabra de odio y horror, para dejar claro a todos los interesados que el clero judío no admitiría nada que hablara más fuerte a los pueblos sumisos que sus oscuras escrituras. . y sus dudosas relaciones con el invasor romano.

En el caso de Buda, tenemos constancia en abundante literatura de la época, conservada en las primeras comunidades, que reproduce sus propias palabras. Estas palabras, dichas personalmente por el Buda, y debidamente registradas, descartan cualquier idea de religiosidad en su verdadero sentido estructural, como se describió anteriormente.

Buda no pudo haber fundado una religión porque aparentemente negó todo lo que era esencial para la construcción de tal sistema de creencias.

Buda era lo que llamamos un agnóstico; No aceptó la existencia de un dios que creó el universo y de seres que gobiernan la vida de los hombres, sus alegrías y sufrimientos, sus errores y aciertos, sus destinos, éxitos y fracasos.

Por el contrario, Siddhartha creía en el hombre surgido del proceso evolutivo de la naturaleza, que

no lleva ningún destino escrito, ni misión específica ni formación preestablecida, ni alma eterna ni esencia que preceda a la existencia.

Milenios antes de Kierkegaard y Jean-Paul Sartre, Buda fue un precursor del existencialismo: el hombre que se construye a partir de su experiencia, de su conocimiento de las cosas y de su experiencia personal, que le da conciencia y libertad de elección. Un ser que conoce, elige y actúa en cada momento, siendo el único responsable de su propia experiencia.

La existencia precede a la esencia.

Todas las antropologías religiosas, cualesquiera que sean, tienen como fundamento la idea de un hombre incapaz e impotente, un mendigo con las manos extendidas a la divinidad que todo lo provee, suplicando la satisfacción de sus deseos, temblando bajo el peso de sus miedos y arrastrándose por el peso de su culpa.

Esta humanidad coja es esculpida por la cultura mediante la explotación de la ignorancia y los miedos del hombre común. Nada más que la imagen de un escenario de explotación del hombre por el hombre.

Para el budismo, esta imagen es una aberración.

Buda no aceptó un alma individual eterna; en este asunto el resto son corolarios.

A veces leo escritos que afirman que Buda creó “una religión no teísta”. Pasé mucho tiempo reflexionando sobre el significado de esta afirmación y llegué a la

conclusión de que tiene el mismo significado que decir que hay una “bola cuadrada”. hecha por alguien que no conoce ni el sujeto ni el predicado: no sabe quién fue Buda y no sabe qué significa religión.

Buda no creó la religión; Hizo ciencia y filosofía. Fue uno de los precursores del realismo científico, el psicoanálisis, la filosofía analítica, el existencialismo, el feminismo, la epistemología, la teoría y crítica del conocimiento, la psicología social, la psicología positiva, el conservacionismo ecológico y los conceptos sobre la materia y la energía que la física cuántica solo ha alcanzado recientemente.

Por otro lado, Buda nunca luchó contra la religión, cualquiera que fuera, simplemente porque su doctrina no necesitaba destruir absolutamente nada en las personas, como las creencias que necesitaban para existir. Buda recomendaba el respeto a todas las religiones y creencias, pero ni tenía ni propuso ninguna, en el sentido en que podemos entender lo que actualmente llamamos religión.

Ética

Cuando Buda proclamó los principios de su doctrina, puso gran énfasis en el conocimiento y el comportamiento ético. Constituyen uno de los tres enfoques de la educación superior: ciencia, ética y mente.

De todas las doctrinas humanistas, el budismo es la que más importancia le da a la estructura ética, hasta el punto de constituir una de las tres estructuras fundamentales del conocimiento: es una de las tres enseñanzas superiores, sin la cual nadie logra los propósitos de su vida. Además, sin una comprensión de la ética budista, no es posible comprender su visión del mundo.

Las comunidades budistas originales fueron las primeras academias de filosofía ética del mundo, y su calidad no ha sido superada hasta el día de hoy por su estructura racional, experimental y su pensamiento realista, por su comprensión de la ética como un modelo objetivo de comportamiento sin orígenes. y la ausencia de contaminación por influencias religiosas, políticas o económicas.

Cuando surgió esta doctrina, todo el contexto ético, sin importar dónde ni cuándo, tuvo su origen en dos fuentes que determinaron su contenido, forma,

preceptos, reglas, ritos y creencias: la religión y el poder político-económico. y todos sus respectivos intereses.

La historia de las religiones, la filosofía y la política muestra que esto sigue siendo así hoy en día.

Buda propuso una doctrina cuyo contenido entraba en conflicto con muchos de los principios éticos de la época. Respetaba todas las creencias, religiones y valores de la sociedad, pero lo que pensaba iba mucho más allá de lo que veía y entendía.

La doctrina budista y la ética euroasiática de la época chocaron de tal manera que su pensamiento no puede verse hoy como una doctrina moral paralela, protestante y divergente. No; era una doctrina opuesta y excluyente, del mismo modo que se comparaba la teoría heliocéntrica de Galileo Galilei con el estrecho e ignorante geocentrismo medieval.

Buda observó el mundo en el que vivía con gran lucidez. Al notar esto, cuestionó cómo se elaboraba y expresaba el comportamiento básico que guiaba al hombre a vivir en sociedad:

"Este mundo está envuelto en oscuridad.
Solo unos pocos pueden ver aquí. Pocos
pájaros escapan de la trampa. Solo unos
pocos escapan a la luz del cielo.
(Dhammapada versículo 174)

El comentario de Buda fue una pregunta fundamental sobre el estado de la ética que resuena hoy.

Más de 2.000 años después, la "luz del cielo" todavía no ha atraído a mucha gente. Nuestro mundo globalizado, nacido de la revolución tecnológica más importante que la humanidad haya visto jamás, está habitado predominantemente por personas robóticas, digitalizadas, virtualizadas, inanimadas, hacinadas y desesperadas.

Vivimos en el milenio del "yo". Sin saber reinventarnos desde el encierro de nuestra igualdad, nos volvemos solitarios y socialmente desintegrados y nos aferramos a lo peor de la especie: la imagen ilusionista de nosotros mismos, la ceguera definitiva del narcisismo.

Las impresiones que habitaron la mente de Buda, en su sentido más profundo, provienen de las mismas causas que vemos hoy expresadas en los blogs de las redes sociales, en los diseños de camisetas, en los vulgares tatuajes corporales, en los reality shows y en lo que vemos cuando miramos. fuera de nuestros ojos, ventanas.

"¿Qué ética es esta? ¿Qué dioses son estos? ¿Qué seres son estos? ¿Qué les permitió cubrir la historia humana de sangre, miseria y dolor? ¿Qué cielos y qué códigos morales les dieron legitimidad para crueles guerras de conquista, desde la antigüedad hasta hoy?" : las cruzadas cristianas medievales, las cámaras de tortura de la llamada "Santa Inquisición",

el reciente gobierno invasor del imperialismo europeo que diezmó las poblaciones nativas en América, esclavizó a países y continentes como India y África, mientras la reina Victoria la proclamaba su neurótica. y modestia hipócrita. ¿Qué dioses marcharon adelante prestando su nombre y sembrando terror en las “guerras santas” del Medio Oriente? ¿Qué dioses, qué seres son los que bendicen a los asesinos uniformados, que destruyen el mundo en que vivimos, que nos cubren? de odio, o quién nos cubre de odio, ¿o aniquila especies para hacer lujosos abrigos a los íconos de la lujuria y la vulgaridad? ¿Quiénes son estos dioses, estas personas o gobernantes que lanzan bombas atómicas sobre 250.000 personas inocentes, queman Vietnam con napalm y duermen tranquilos, mientras el África subsahariana muere de hambre, ignorancia y miseria?

¿Qué moral es ésta, qué dioses son éstos, qué seres somos nosotros, más locos, pútridos y crueles que los demonios de los que decimos protegernos y que nos parecen promotores de la ignorancia, la violencia, el odio, la estupidez y la ¿desgracia?

¿Qué religiones son aquellas que crean dioses monstruosos para aplaudir y justificar la estúpida locura de los poderosos, para inventar falsos milagros, para seducir a sus súbditos y abrazar mentiras estrechas de miras para dominar las mentes? ¿Quiénes son estos seres o hijos del engaño que se adueñaron del conocimiento, silenciaron la ciencia y santificaron la ignorancia durante milenios para perpetuar su poder terrenal y corrupto? Aunque se aferran a sus fortunas materiales, vierten su

desprecio e indiferencia en la tragedia humana. ¿Qué religiones son esas que, intimidadas, guardan silencio ante el genocidio, las injusticias extremas, las ideologías sórdidas, la perversión y los abusos sexuales por parte de sus sacerdotes, todo para no exponer a riesgos sus tesoros materiales y su poder político?

No hay ética; no hay dioses. Todas las religiones son meras organizaciones humanas, sedientas de poder, que cosechan tesoros incalculables del miedo, la ignorancia y el delirio trastornado de la imaginación colectiva, hábilmente dirigidas por manos y mentes malvadas experimentadas en mantener abiertas heridas humanas incomprendidas, materia prima de su poder y "status quo". Congregaciones de buitres que hablan en nombre de dioses crueles y narcisistas que brotan de sus mentes dementes.

No hay ética en el mundo en el que vivimos. Lo que se nos permite ver es solo el engrandecimiento de una especie depredadora y desesperada.

Ya sea esta u otra visión del mundo y de la civilización que tuvo el Buda, lo cierto es que vio pájaros volando en busca de la luz como hombres construyendo ética a través de su propia vida. No hay dioses, gobernantes o demonios que puedan hacer esto. Somos los dioses, nuestros demonios, y solo nosotros podemos construir la ética.

Sin embargo, pocos de nosotros, que rabiamos contra dioses y gobernantes, aceptamos someter nuestras creencias, nuestra existencia, nosotros mismos, poderes personales, fortunas e identidades a

un análisis crítico tan duro y extremo como el que estamos llevando a cabo aquí.

Pocos aceptan profundizar en su propia realidad y preguntarse qué pedimos a los dioses y gobernantes.

Este surgimiento es la puerta de entrada conceptual a la ética budista: las incursiones reflexivas más profundas para conocer y criticar la realidad y la identidad de nuestra existencia. Es una incursión en lo que somos cuando nos desprendemos de nuestras creencias, disfraces, mentiras y medias verdades, de la ignorancia, la indiferencia, los miedos y el narcisismo, convirtiéndonos en criaturas ridículas que se divinizan.

Esta reflexión nuclear y devastadora sobre lo que somos en nosotros mismos y lo que representamos o significamos para otras personas, para la sociedad humana, para nuestro planeta, para el todo cósmico al que pertenecemos. Estas reflexiones son las semillas más íntimas de una ética que siempre puede sobrevivir en nuestro inconsciente colectivo, sea cual sea la brutalidad de los pies que lo aplastan,

Para ello no se utiliza ningún código de preceptos, leyes escritas en tablas o susurradas por los dioses a los profetas que las escuchan, ni una colección deontológica de actos permitidos y prohibidos. Todo esto es en vano. No tomaremos un índice catalogado del bien y del mal en esta gran inmersión dentro de nosotros mismos, sino que buscaremos la realidad desnuda de todo lo que somos y hacemos. Al adquirir este conocimiento sabremos claramente qué nos une y qué nos separa de la humanidad, qué

sumamos y restamos a las vidas que nos rodean, qué creamos y destruimos con nuestra presencia, cuánto crecemos o disminuimos cada día debido a nuestro camino. del ser, qué verdad cognoscible tenemos dentro de nosotros y qué universo de fantasías e ilusiones llevamos sobre nuestros hombros.

No existen códigos, leyes, castigos ni recompensas; Nadie nos dirá nada, estemos de acuerdo o en desacuerdo. No habrá mensajes de los dioses en el camino, ni plagas de demonios; No encontraremos exámenes tipo test para probar suerte.

En este universo silencioso, solo estaremos en compañía de los compañeros más peligrosos: nosotros mismos.

Todo esto muestra la gigantesca valentía de los breves dichos del Buda.

Solo aquellos que hacen este viaje doloroso y devastador de manera sincera y profunda, sin importar el tiempo o las circunstancias requeridas, sabrán honestamente quiénes son y, en última instancia, se convertirán en personas éticas por su propia naturaleza y elección.

Buda concluyó que la humanidad, sin ética, solo podría caminar hacia el horror de su destrucción. No se puede encontrar ninguna configuración de un contexto ético en nuestras creencias, culturas y prácticas actuales.

La consecuencia natural de esta idea es que somos infelices. La felicidad solo se puede alcanzar si somos éticos, porque no hay felicidad sin verdad y no hay

verdad sin ética.

Cuando eligió el aprendizaje y el conocimiento de la ética como uno de los tres estudios superiores esenciales para alcanzar la felicidad, Buda no se refería solo al estudio académico o teórico de la ética, sino principalmente al conocimiento profundo de nosotros mismos.

"Conócete a ti mismo", como más tarde se inscribió en el pórtico de entrada del templo del dios Apolo en la ciudad de Delfos, Grecia, en el siglo IV a.C.

Cuando hablamos de ética, tendemos a ceñirnos a lo que siempre nos ha enseñado la ética deontológica occidental. La ética deontológica es aquella que establece o expresa un "código" (del latín, que significa "libro", "bloque de madera"), una lista descriptiva de lo que es malo y debe ser evitado por los hombres. El origen de estos códigos morales siempre se consideró divino y llegó a los hombres por revelación. Dios creó estas leyes y las reveló a los humanos; Así quiere que sean los hombres y el mundo.

Si bien el budismo también adopta preceptos éticos (como los cinco preceptos: evitar matar o dañar a los seres vivos, evitar robar, evitar conductas sexuales inapropiadas, evitar mentir y evitar el alcohol y otras sustancias intoxicantes), no se expresa en una codificación, ni mucho menos en un modelo deontológico.

La ética budista es un modelo de comportamiento que no se origina en dictados celestiales, sino en el aprendizaje necesario para la vida en común, la

supervivencia y los arreglos para las interrelaciones colaborativas esenciales en la evolución social de la especie.

La preocupación ética budista no se centra en una lista, cualquiera que sea, de cosas que no debemos hacer. El importante problema budista en el campo de la ética radica en identificar las causas del comportamiento antisocial perjudicial para el individuo.

Estas causas no constituyen una lista cuasi legal de "pecados" que deban buscarse, combatirse, controlarse y evitarse en sus efectos. Todas estas causas son aspectos del comportamiento humano, comunes y que se encuentran en todas las personas, y no en demonios u otras entidades imaginarias ajenas al individuo.

De esta manera, un comportamiento ético correcto no significa simplemente evitar realizar tal o cual acto. El comportamiento ético expresa el control en tu mente que puede generar ese acto y muchos otros similares a él, que los códigos no mencionan. No hay códigos que nos purifiquen; Solo nos purificamos conociendo y controlando ciertos aspectos de nuestra naturaleza que viven en nuestra mente: son nuestros "venenos".

Estos constituyen una lista relativamente corta, pero con contenido ilimitado. El Buda dice que todos llevamos tres venenos en la mente; resumen todo el mal que podemos hacer: pasión, agresión e indiferencia.

Los tres venenos de nuestra mente están siempre

inscritos en el centro del Samsara, como para mostrar el origen de todo nuestro sufrimiento en cada momento. Esta representación está realizada con tres figuras de animales: un gallo, una serpiente y un cerdo.

El Gallo representa la Pasión (también llamada apego, avaricia o lujuria): queremos cada vez más de lo que es bueno para nosotros. Por encima de todo, el ego está apegado a todo lo que garantiza su supervivencia, ya sea física o psicológica. Al mismo tiempo, la pasión lleva las semillas del amor y la conexión y, por tanto, de los tres venenos, es el que todavía ofrece algún camino hacia la iluminación.

La Serpiente representa la Agresión (asco, ira, odio): Intentamos repeler cualquier cosa que creamos que pueda dañarnos o amenazarnos. Como estamos dispuestos a herir a otros para protegernos a nosotros mismos, la agresión es la causa más importante de nuestro sufrimiento, incluso a gran escala.

El Cerdo representa la indiferencia, que hace que las personas prioricen el placer, el interés, la codicia y el ego en detrimento del sufrimiento de miles de millones de personas, que pasa desapercibido o se borra de sus mentes como algo irritante. La indiferencia es lo opuesto a la empatía y la compasión.

El significado de estos elementos tiene gran fuerza en el pensamiento budista, que otorga a cada persona la responsabilidad exclusiva de controlar su mente para no dejarse dominar por ninguno de estos venenos.

A lo largo de los cánones budistas hay referencias a Mara, el demonio que sometió a Buda a todas las tentaciones mientras vivía una vida de mendicidad en busca de la iluminación. Estas referencias se repiten en varios otros temas de las Escrituras. Es común entonces escuchar: "Si Buda niega la existencia de un dios, ¿cómo puede afirmar la existencia de un demonio? Reitero que nada en el budismo puede entenderse literalmente. El demonio Mara es una figuración que simboliza la conjunción de estos Tres venenos en una mente: la "tormenta perfecta" de lo peor que hay en nosotros.

Mara no es una entidad; Es la peligrosa agregación de los venenos en nuestras mentes. Cada uno de nosotros tiene una Mara latente en nuestra mente y controlarla es nuestra tarea.

Otra pregunta surge de los filósofos: en este concepto causal de ética no deontológica y en ausencia de un "código" integral, ¿cómo sabemos qué es lo correcto en cada situación? Buda enseñó que la respuesta es simple: en todo lo que hagas, pregúntate si se esperan buenos resultados y si quieres que esto sea una regla general para todas las personas. Si la respuesta honesta es sí, lo estás haciendo bien.

En una tranquila tarde de otoño de 1787, en Königsberg, Prusia, un profesor de la universidad local dijo exactamente lo mismo y llamó a esta afirmación un "imperativo hipotético", uno de los conceptos éticos más debatidos a lo largo de la historia de la ética. Su nombre era Immanuel Kant.

13

La masacre de Kalinga y la conquista de la verdad



¹⁰La Guerra de Kalinga fue uno de los episodios más decisivos en la historia del budismo y el desarrollo cultural de Eurasia, y puso de relieve un personaje intrigante y paradójico de extraordinaria intensidad: Samrat Ashoka, o Ashoka el Grande, Ashoka el Amado de los Dioses, o Ashoka el Despiadado, Ashoka el Cruel.

Cosas tan opuestas e igualmente válidas encajan en la vida de este hombre de forma indistintamente

¹⁰ The Kalinga War. <https://historyflame.com/kalinga-war/>. Retrieved 01/10/2023

intensa. Todo lo que hoy se puede decir de él es una extraña mezcla de realidad históricamente comprobada y jirones de leyenda recogidos en el camino de cualquier investigación sobre él y que se imponen como fragmentos lógicos necesarios para completar su imagen tan compleja y mal explicada.

Algún día, probablemente en el año 304 a. C., nació en Pataliputra, la actual zona de Bihar en la India.

Pataliputra era entonces un reino en expansión que se acercaba a las provincias o reinos cercanos para dominarlas y aumentar su territorio, avanzando en poder comercial.

Reinaron la dinastía y la etnia Maurya, establecidas allí por el abuelo de Ashoka, Chandragupta, quien enfrentó y expulsó de la India lo que quedaba del militarismo griego dejado por Alejandro Magno.

Ashoka era hijo del primogénito Bindusāra con una de sus varias esposas, Shubhadrangi, o Dharma, en Páli, que provenía de la tradición y la familia brahmán.

Como no hay familia real sin intrigas en torno al poder, esto no podía faltarle a Ashoka. Su madre, Dharma, no era bien considerada por la realeza Mauryan precisamente porque era de origen brahmán, ni tampoco su hijo Ashoka, a quien se mantenía alejado de los asuntos reales.

El rechazo de Ashoka por parte de su padre, Bindusara, era visible, al igual que su preferencia por sus tres hijos mayores, especialmente Susima, el favorito al trono.

En este contexto de rechazo e intriga, el apego de Ashoka a su madre y a su hermano menor adquirió dimensiones de gran intensidad. Su madre, Dharma, era el centro absoluto de sus sentimientos.

Paralelamente a este escenario, Ashoka recibió una educación exquisita y un intenso entrenamiento militar desde su adolescencia. Desde muy joven, se hizo conocido como un gran cazador y un comandante militar incomparable, con un asombroso dominio de todas las artes marciales. Su educación lo convirtió en lo que hoy llamamos "una máquina de matar".

A los dieciocho años, se convirtió en general de los ejércitos maurya.

El increíble y desenfrenado crecimiento de Ashoka en habilidades militares y su ascendiente sobre las tropas comenzaron a amenazar las aspiraciones de sus hermanos mayores, liderados por Susima.

Se hizo necesario destituir a Ashoka a cualquier precio antes de que tuviera pleno control sobre los ejércitos y se convirtiera en un aspirante al trono. En este camino, tanto su padre como sus tres hermanos mayores tramaron su exilio, porque el hijo de un brahmán no podía residir en el palacio de Pataliputra.

Ashoka llegó de forma anónima a Kalinga y permaneció allí en el exilio. Algunos relatos afirman que en Kalinga conoció a una mujer, hija de un comerciante, y se casó con ella informalmente, ocultando su identidad.

Resultó que Ashoka tenía valor militar para el reinado de su padre Bindusara y fue enviado de regreso del exilio para sofocar una rebelión armada en la provincia de Ujjain. Ashoka lo consiguió, pero se produjeron dos hechos determinantes. La primera es que a partir de las condiciones de la campaña militar que se le delegaron (información táctica, estado y disponibilidad de armamento, y muchos otros detalles), llegó a sospechar fuertemente que su hermano Susima había diseñado su intervención en Ujjain de una manera que sería fácilmente derrotado y asesinado. El segundo hecho es que, aunque ganó (contra las expectativas de su hermano), resultó gravemente herido en la batalla y moriría si no se le atendía con urgencia.



11

¹¹ Emperador Ashoka. <https://ptbr.khyentsefoundation.org/project/king-ashoka-of-india/>. Recuperado el 09/06/2023

Sus generales lo llevaron en secreto a una Sangha budista cercana, donde se escondió de su hermano y fue atendido por monjes y monjas con constante atención.

Los monjes pusieron a su servicio exclusivo a una enfermera, hija de un comerciante, que formaba parte de la Sangha: Maharani Devi, con quien, una vez recuperado, se casó.

Sin embargo, no pudo regresar a Pataliputra porque para su padre, Bindusara, era inaceptable que uno de sus hijos estuviera casado con una budista.

Bindusara decidió entonces enviarlo de regreso a Ujjain y lo nombró gobernador de Ujjain.

Después de un tiempo, su padre Bindusar falleció y Ashoka regresó a Pataliputra con su esposa Devi, que estaba embarazada de su primer hijo, para sus ceremonias de entierro.

Su hermano Susima luego ordena a uno de sus comandantes que vaya a la habitación de su esposa Devi para matarla, evitando así que Ashoka tenga descendientes, lo que le dificulta postularse al trono dejado por su padre.

Su madre, Dharma, estaba en compañía de Devi y reaccionó cuando se dio cuenta de lo que estaba pasando. Para escapar de la escena, el asesino mata a Dharma y luego huye.

Con el cobarde asesinato de su madre, Ashoka se convierte en un hombre dominado por el odio, para quien la muerte y la destrucción se convierten en las únicas expresiones de su dolor y la única realidad a

la que se aferra.

Ashoka luego mata a sus tres hermanos mayores, cada uno en una situación diferente, y se hace cargo de la corona del imperio Maurya.

Se convierte en un gobernante despótico y un guerrero sanguinario y despiadado: Ashoka El Cruel, cuyo odio no puede ser apaciguado por nada.

El emperador Mauryan inicia una expansión descontrolada de su imperio, aumentando su territorio, dominando continuamente los reinos cercanos, marchando sobre ellos con su ira y sembrando destrucción y horror.

Los relatos cuentan que el emperador incluso creó camuflado lo que se llamó "el infierno de Ashoka". El infierno era una serie de cámaras de tortura inteligentemente diseñadas para hacer que su exterior fuera visualmente agradable para ocultar su verdadero contenido, donde los métodos utilizados contra sus enemigos incluían asar vivas a las personas, amputar partes de ellos mismos para dárselos a las bestias, cortar las cuatro extremidades, y dejar que el torso muera de hambre y de sed, etc.

Su locura empeoró hasta que su esposa Maharani Devi, con quien ya tenía dos hijos, lo abandonó y se fue con ellos porque ya no soportaba vivir con su odio y sadismo. En esta avalancha de terror, los ojos de Ashoka se dirigieron a Kalinga, un reino cercano donde ya se había refugiado, que ahora le interesaba como territorio y centro comercial en el suroeste de la India.

Kalinga, sin embargo, además de ser muy próspera y culta, uno de los centros del budismo en ese momento, fue una ciudad de administración participativa y democrática para su época, y todos los poderes del estado estuvieron siempre involucrados en las decisiones del pueblo. Estas personas decidieron defender su tierra y su libertad, y todos se unieron para proteger a Kalinga de las garras de Ashoka.

Lo que la historia llama la "Guerra de Kalinga" duró aproximadamente 12 días. Al final de este período, Ashoka había perdido 5.000 de sus buenos guerreros, y alrededor de Kalinga, la tierra estaba cubierta con 150.000 cadáveres de los defensores de su libertad, entre ellos mujeres mutiladas, hombres mayores y niños, descuartizados, desmenuzados y quemado sobre un mar de sangre que aún flotaba en el barro. Todos los pueblos vecinos estaban en llamas. Algunas personas mutiladas todavía hacían un último y desesperado esfuerzo por vivir.



12

No había sido una guerra, sino una matanza, una carnicería dirigida por manos dementes, impulsadas por el odio y la estupidez extrema: la masacre de Kalinga.

Cuentan los relatos legendarios que, al anochecer, aquel macabro espectáculo se envolvió en el silencio y que Ashoka caminaba entre los cadáveres observando su trabajo cuando se topó con un hombre mayor que caminaba descalzo. Ashoka detuvo al hombre y le preguntó: "¿Qué haces aquí? El hombre respondió: "Te estaba buscando". "¿Por qué me buscabas a mí?", preguntó Ashoka, y el anciano le dijo: "Para felicitarte". en tu victoria. Ganaste. Ganaste todos esos cadáveres. Llévalos contigo; son tuyos y te seguirán para siempre."

Independientemente de que este encuentro legendario haya ocurrido o no, el hecho es que la conquista de Kalinga llevó a Ashoka al abismo de

¹² La guerra de Kalinga. <https://www.hindujagruti.org/marathi/news/18448.html>. Recuperado el 29/07/2023

una profunda depresión. De hombre vencido por el odio, pasó a ser atormentado y corroído por el remordimiento, sumergido en su reclusión y condenado a vivir diariamente con los restos de los horrores que su locura había producido. Ashoka se dirigía hacia la autodestrucción: la última perversidad monumental que podía cometer.

Una vez su vida había sido salvada por los cuidados que recibió en una Sangha budista, y ahora Ashoka volvería a buscar ayuda de los budistas para evitar que su mente se hundiera en la oscuridad de una locura irreversible.

En aquella época, el budismo todavía estaba restringido a unas pocas ciudades indias, un movimiento cultural y doctrinal local, sin ramificaciones ni extensiones. Kalinga y sus Sanghas, sin embargo, eran un importante centro budista y Ashoka podía acceder fácilmente a él, quien ya conocía los hábitos y preceptos de estas comunidades que un día le salvaron la vida. Además, su esposa Devi, quien lo salvó de una dura batalla.

heridas y se convirtió en su esposa, dándole dos hijos, era budista y lo abandonó porque no podía vivir con su ira descontrolada. A pesar de toda esta historia de familiaridad con el budismo, se supone que Ashoka sabía algo sobre su doctrina y vio en ella un refugio por segunda vez.

No existen registros de hechos de este proceso; No está claro cómo ocurrió, dónde, cómo ni durante cuánto tiempo. Ashoka no dejó registros de este

período de revisión de su vida y acciones porque no compartió su inmensa depresión con nadie, ni siquiera con sus seres más cercanos.

También se supone que los resultados de este proceso no fueron repentinos, sino consecuencia de pasos progresivos.

Volviendo a la historia y dejando de lado las suposiciones, el hecho es que Ashoka experimentó una profunda y extensa reformulación de su propia realidad, que dio como resultado que renunciara a la guerra y a todas las formas de dominio y aceptara los principios budistas como gobierno guía de su vida.

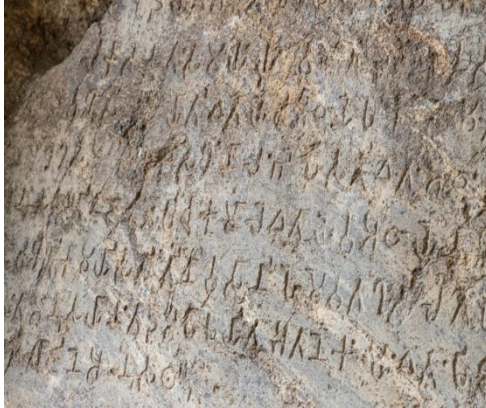
Este cambio inimaginable quedó documentado en uno de sus primeros edictos, grabado en pilares de piedra y difundido por todo el noreste de la India para ser conocido "por todos los pueblos".

En el pilar de Maski Ashoka, el "Amado de los Dioses", como se llamaba a los reyes Maurya, expresa su remordimiento por la matanza de Kalinga y declara su "fuerte inclinación hacia el Dhamma" (lo mismo que la rueda budista del Dharma y sus ocho rutas)

"El amado de los dioses, el rey Piyadasi, conquistó a los Kalingas ocho años después de su coronación. Ciento cincuenta mil fueron deportados, cien mil fueron muertos y muchos más murieron (por otras causas). Después de que Kalinga fue conquistada, el Amado de los Dioses, llegó a sentir una fuerte inclinación por el Dhamma, un amor por el Dhamma y por la instrucción en el Dhamma. Ahora, el amado de los Dioses siente un profundo remordimiento por

haber conquistado Kalinga. (Edicto sobre la piedra Nb13 S. Dhammika)

Hoy, resta una piedra rústica de 80 centímetros que cambió el curso de la historia y de todas las culturas de Eurasia.¹³



La tragedia de Kalinga y el posible impacto emocional en Ashoka le hicieron renunciar a la conquista militar y otras formas de violencia, incluida la crueldad animal. Se convirtió en

mecenas budista y apoyó el surgimiento de la doctrina en toda la India. Según se informa, Ashoka envió monjes emisarios a varios países, incluidos Siria y Grecia, e incluso a sus propios hijos como misioneros a Sri Lanka.

Después de abrazar el budismo, Ashoka se embarcó en peregrinaciones a lugares sagrados para Buda y comenzó a difundir sus pensamientos sobre el Dhamma. Ordenó decretos, muchos de ellos haciendo referencia al Dhamma o explicando el concepto por completo, grabados en piedra en todo su imperio y envió misioneros budistas a otras

¹³ Decretos de Ashoka tras la Guerra de Kalinga. Conceitos Budistas de Raiz

regiones y naciones, incluidas Sri Lanka, China, Tailandia y la Grecia moderna; al hacerlo, estableció el budismo como una de las principales religiones del mundo. Estos misioneros difundieron pacíficamente la visión de Buda, pues, como había decretado Ashoka, nadie debía elevar su religión por encima de la de los demás; hacerlo devaluaba la fe de uno al suponer que era mejor que la de otro, y así perdía la humildad necesaria para abordar asuntos sagrados.

De esta manera, utilizó el poder económico y político del imperio Maurya para expandir las enseñanzas de Buda por un territorio inmenso, llevándolas desde la pequeñez geográfica de sus orígenes hasta su expansión multi continental.

Ashoka compartió su nueva visión de la vida a través de edictos tallados en piedras y pilares ubicados por todo el país, en lugares de peregrinación y concurridas rutas comerciales. Los edictos se consideran uno de los primeros ejemplos de escritura en la historia de la India. No fueron grabados en sánscrito -el idioma oficial del estado- sino en dialectos locales para que los mensajes pudieran ser ampliamente comprendidos. Por ejemplo, un edicto cerca de la actual Kandahar en Afganistán, un área bajo el control de Alejandro Magno durante algún tiempo, está escrito en griego y arameo.

Al igual que Ciro en Persia, Ashoka adoptó y promovió una política de respeto y tolerancia hacia las personas de diferentes religiones. Un edicto declaraba: "Todos los hombres son mis hijos. En cuanto a mis propios hijos, deseo que reciban todo el bienestar y la felicidad de este mundo y del

próximo, y lo mismo deseo para todos los hombres.

Otros edictos instaban a los ciudadanos a la generosidad, la piedad, la justicia y la misericordia. Ashoka y sus altos ministros hacían viajes ocasionales por todo el reino para comprobar el bienestar del pueblo y ver cómo se estaban ejecutando sus decretos. Según un pilar, los ministros proporcionaban medicinas y hospitales para hombres y animales, atendiendo a las necesidades terrenales.

Además de sus decretos, Ashoka construyó estupas, monasterios y otras estructuras religiosas en sitios budistas notables como Sarnath.

Administró eficientemente un gobierno centralizado desde la capital, Maurya, en Pataliputra. Una gran burocracia recaudaba impuestos. Los inspectores informaron al emperador. El riego amplió la agricultura. Características familiares de los imperios antiguos: se construyeron excelentes carreteras que conectaban importantes centros comerciales y políticos; Ashoka ordenó que los caminos y calles tuvieran árboles de sombra, pozos y posadas.

De esta manera, Ashoka transportó los preceptos budistas a una nueva doctrina social, política y económica, que no permaneció en los escritos como la ética y la democracia griegas, sino que se implantó como una realidad demostrable, como experiencia existencial de las personas y como formas de vida. que dependen solo de lo más difícil: la voluntad ética y política.

Toda esta acción expansiva se denominó "conquista

por la verdad", rechazando las ideas de conquista por las armas o el dinero.

De esta manera, sembrada por toda Eurasia, la doctrina budista fue llevada por sus cánones, pero fue transformándose en varios aspectos debido a la relatividad con muchas culturas diferentes. Allí nació la extensa bifurcación doctrinal del budismo, con los conceptos de "vehículo universal" y todas sus variaciones, a partir de Nagarjuna.

Por tanto, la "conquista de la verdad" de Ashoka es el hito donde el budismo tuvo que desprenderse de sus raíces y alojarse en tantas culturas y creencias con las que tuvo que llegar a convivir.

Ashoka murió después de reinar durante casi 40 años. Su reinado había ampliado y fortalecido el Imperio Maurya, pero no duraría hasta 50 años después de su muerte. Su nombre finalmente fue olvidado, sus estupas cubiertas de maleza y sus decretos, tallados en majestuosos pilares, derribados y enterrados por la arena.

Después de su muerte, el estilo humanista de gobierno de Ashoka decayó junto con el propio Imperio Maurya. Su imperio cayó en el ámbito de la leyenda hasta que los arqueólogos tradujeron sus edictos dos milenios después. En su época, estos edictos ayudaron a unificar un vasto imperio a través de sus mensajes compartidos de virtud y estimularon la expansión del budismo en todo el mundo.

La historia de Ashoka es una narrativa que siempre tropieza con la discusión sobre la autenticidad de los relatos, dada la escasez de documentos históricos

para llenar sus vacíos, lo que da lugar a lo imaginario. Sin embargo, la mayoría de sus edictos se basan en objetos arqueológicos originales, y varias referencias complementarias los respaldan, aunque su contexto inexacto permite diferentes interpretaciones.

Algunos académicos actuales buscan encontrar grietas en estas narrativas basándose en sus afirmaciones y evidencia de fragilidad. Sin embargo, estos estudiosos carecen de elementos plausibles para abrir cualquier brecha histórica. En ese momento, pierden el contacto con el pensamiento científico y se dejan llevar por el sabor de su imaginación.

Una de las preguntas que surgen es si el arrepentimiento de Ashoka expresado en el edicto de Maski fue verdaderamente sincero o simplemente políticamente oportunista. Otro tema planteó dudas sobre el posible grado de participación de Ashoka con el budismo, antes de la guerra de Kalinga. También podemos encontrar preguntas de los investigadores sobre si Ashoka contó o no con el apoyo de mercenarios griegos para matar a sus hermanos y tomar el trono, y finalmente, por qué Ashoka hizo sus edictos en columnas colocadas en ciudades lejanas, las cuales están escritas en dialectos locales si en la población local no podía leerlos porque eran analfabetos.

Todas son preguntas inútiles, sin valor histórico, científico o literario, y cualesquiera que sean sus respuestas, no cambian la narrativa tejida entre evidencia histórica, fragmentos literarios y fragmentos de leyenda.

Los hechos históricamente indiscutibles son que Ashoka, desde Kalinga en adelante, adoptó la doctrina budista como bandera (ya sea sincera o no, política, espiritual o contextual) y la llevó por toda Eurasia hasta el final de su vida, junto con un modelo de desarrollismo, una administración pública pacifista y humanista, con dimensiones y alcances desconocidos en nuestra historia contemporánea, ni en nuestra filosofía política, que nunca ha sido más que una retórica académica servil al poder.

La extraña vida de Ashoka es un contexto de gran importancia para el budismo, no porque, en su momento, tuviera la fuerza de un imperio para expandirse, sino porque su doctrina fue capaz de transformar a un psicópata sanguinario en un competente administrador humanista, libertario y pacifista como pocos que la historia haya conocido. Por otro lado, el budismo también fue de notable importancia para Ashoka, quien, gracias a él, dejó de ser llamado "El Cruel" y entró en la historia como "Ashoka El Grande", tan grande como Alejandro, que también fue cruel.

Finalización

El budismo es, como su símbolo milenario, la flor de loto, que brota desapercibida en el barro sumergido de los pantanos, crece desapercibida atravesando la capa de agua que la recubre y, al atravesarla, florece intacta, como una obra mágica de la pureza más profunda y extrema, que inspira una fuerza muchas veces mayor que todas las armas de los hombres: la paz, la no violencia.

La paz no es una institución ni una atmósfera que nos rodea; existe o no en nosotros como producto de nuestra mente. Buda dijo que somos la paz. Basta con crecer más que las aguas de los oscuros pantanos de la especie humana, en cuyos lodos fértiles nos ha sembrado el universo.

Dejo aquí un texto de Buda que expresa gentilmente lo que también nos dijo Vinícius de Moraes, el icónico poeta, en uno de sus últimos poemas, "La Cuenta", donde hace un balance de su vida:

"Queda todavía esta mano fuerte de hombre, llena de mansedumbre hacia todo lo que existe. "

Buda escribió en Karaniya Metta Sutta - los versos de la bondad:



SUTTA NIPATA I.8

KARANIYA METTA SUTTA

Karaniya Metta Sutta del Sutta Nipata (Sn 1.8). Traducido por Budismo.net consultando las versiones de The Amaravati Sangha, Ñanamoli Thera y Acharya Buddharakkhita en accesstoinight.org

Esto debe hacer quien es sabio en bondad para conseguir el camino hacia la paz:

se debe ser honesto y capaz, sincero y de charla apacible, humilde y no vanidoso, contento y satisfecho con facilidad, aliviado de excesivas obligaciones, viviendo de manera sencilla.

Pacífico, tranquilo y hábil, sin un carácter orgulloso ni demandante.

No se debe hacer la mínima cosa que personas más sabias pudieran reprobar.

Desear el contento y la seguridad para que todos los seres estén bien y a salvo, ya sean débiles o fuertes, sin omitir a ninguno.

Grandes o medianos,



pequeños o diminutos, así como visibles o invisibles, vivan cerca o lejos, existan o estén por existir.

¡Que todos estén bien!

Que uno no engañe al otro, que no haya desprecio entre ellos.

Que ninguno por engaño o mala voluntad desee el daño al otro.

Tal como una madre protege con su vida a su único hijo, del mismo modo y con un corazón ilimitado

así es como se debe querer la protección de todos los seres vivos:

irradiando bondad sobre el mundo entero, enviándola hacia arriba hasta los cielos, y hacia abajo hasta las profundidades; alrededor y a todas partes, sin límites.

Y así, estando libre del odio y de la mala intención,

cuando se esté de pie o caminando, sentado o tumbado,

libre de la pereza se debe mantener esta consciencia ilimitada.

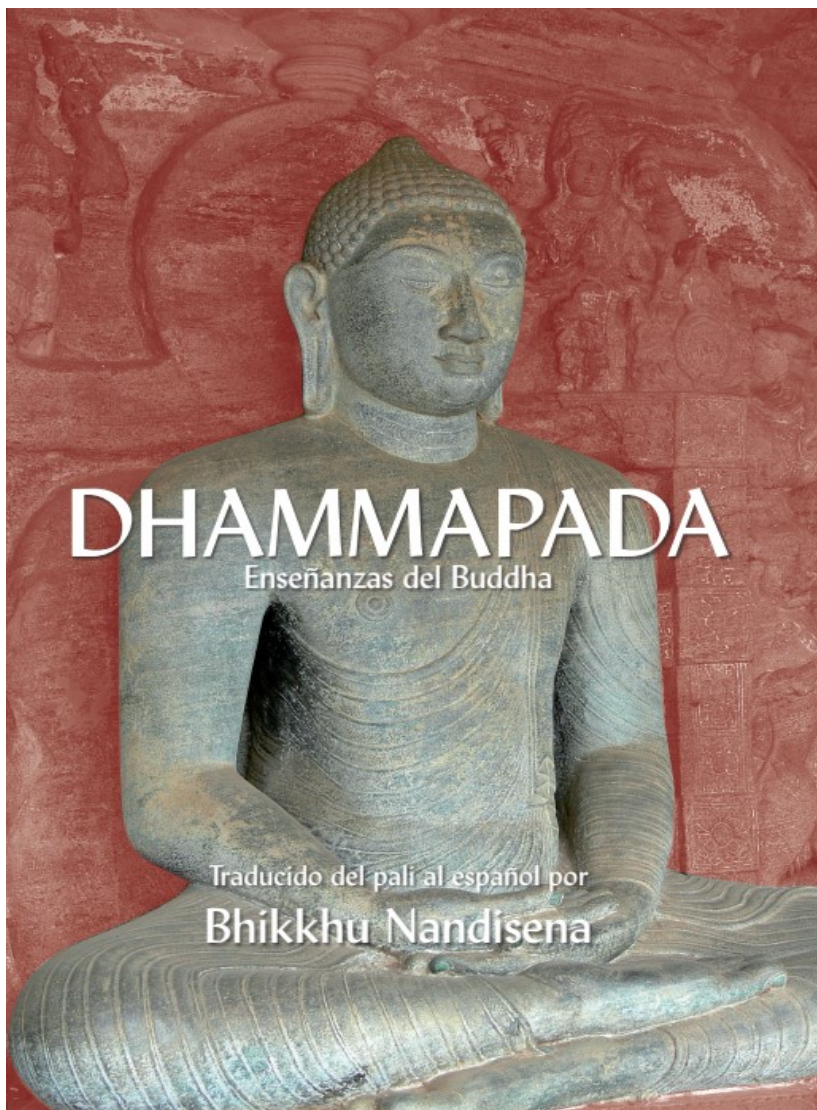
Esto es la sublime morada.



Al no mantener ideas preconcebidas, se tiene el corazón purificado, y teniendo claridad de visión y estando libre de la esclavitud de los sentidos, no se renacerá de nuevo en este mundo.

Sidartha Gautama, el Buda

*Apéndice 1 -
El Dhammapada*



DHAMMAPADA

Enseñanzas del Buddha

Traducido del pali al español por

Bhikkhu Nandisena

DHAMMAPADA. ENSEÑANZAS DEL BUDDHA

Traducción del pali al español.

Primera edición 2012

© 2012 Bhikkhu Nandisena (Ángel Óscar Valentinuzzi)

ISBN: 978-84-615-6742-3

Depósito legal: M-12046-2012

Impreso en España / Unión Europea

Editado por la Asociación Hispana de Buddhismo

Editor: Ricardo Guerrero Diáñez

Contacto: webmaster@buddhismohispano.org

<http://www.buddhismohispano.org>

Este libro puede ser reproducido para uso personal. Sólo puede ser distribuido en forma gratuita.

Dhammapada. enseñanzas del Buddha

Traducción del pali al español.

Primera edición 2012

© 2012 Bhikkhu Nandisena (Ángel Óscar Valentinuzzi)

Download

https://budismolibre.org/docs/sutras/El_Dammapada_nueva_version.pdf

23/10/2023

ÍNDICE

Capítulo I. Versos gemelos	165
Capítulo II. La vigilancia	167
Capítulo III. La mente	169
Capítulo IV. Flores	171
Capítulo V. El necio	173
Capítulo VI. El sabio	175
Capítulo VII. El Arahant	177
Capítulo VIII. Miles	179
Capítulo IX. El mal.....	181
Capítulo X. El castigo.....	183
Capítulo XI. La vejez.....	185
Capítulo XII. Uno mismo.....	187
Capítulo XIII. El mundo.....	189
Capítulo XIV. El Buddha	191
Capítulo XV. La felicidad	193
Capítulo XVI. El afecto	195
Capítulo XVII. La ira	197
Capítulo XVIII. Las impurezas.....	199
Capítulo XIX. El justo	203
Capítulo XX. El sendero	205
Capítulo XXI. Miscelánea	207
Capítulo XXII. El in!erno	209
Capítulo XXIII. El elefante	301
Capítulo XXIV. El deseo.....	303
Capítulo XXV. El bhikkhu.....	307
Capítulo XXVI. El Brahmán	311

CAPÍTULO I
VERSOS GEMELOS



1 • Los estados mentales están precedidos por la mente, liderados por la mente, creados por la mente. Si uno habla o actúa con mente impura, de aquí el sufrimiento lo sigue a uno como la rueda [sigue] la pata [del buey] que tira [el carro].

2 • Los estados mentales están precedidos por la mente, liderados por la mente, creados por la mente. Si uno habla o actúa con mente pura, de aquí la felicidad lo sigue a uno como la sombra que no se aparta.

3 • “Me insultó, me golpeó, me venció, me robó”; en esos que se envuelven en esto, el odio no se apacigua.

4 • “Me insultó, me golpeó, me venció, me robó”; en esos que no se envuelven en esto, el odio se apacigua.

5 • Los odios aquí nunca se apaciguan con el odio. Pero con el amor se apaciguan. Ésta es una ley antigua.

6 • Los otros no comprenden: “Nosotros moriremos en este mundo”. Pero en esos que aquí comprenden así, las disputas cesan.

7 • Al que vive contemplando lo placentero, incontrolado en los sentidos e inmoderado en la comida, indolente, bajo el esfuerzo, Māra¹ de verdad, conquista a ése como el viento [derriba] al árbol débil.

¹ En éste y en el siguiente verso “Māra” se refiere a las impurezas mentales. Véase Análisis y Comentario de este verso.

8 • Al que vive contemplando lo no placentero, bien controlado en los sentidos y moderado en la comida, con fe, firme en energía, Māra, de verdad, no conquista a ése como el viento [no derriba] a la montaña de roca.

9 • El contaminado que vestirá la túnica amarilla, carente de control y veracidad, ése no merece la túnica amarilla.

10 • Pero ése que hubiera expulsado los contaminantes, bien establecido en las virtudes, dotado de control y veracidad, ése, de verdad, merece la túnica amarilla.

11 • Los que consideran lo esencial como no esencial y ven lo no esencial en lo esencial, esos, que están en el campo de los pensamientos incorrectos, no alcanzan lo esencial.

12 • Pero comprendiendo lo esencial como esencial y lo no esencial como no esencial, esos, que están en el campo de los pensamientos correctos, alcanzan lo esencial.

13 • Como la lluvia penetra la casa mal techada, así la pasión penetra en la mente no desarrollada.

14 • Como la lluvia no penetra la casa bien techada, así la pasión no penetra en la mente bien desarrollada.

15 • Aquí se lamenta, en el más allá se lamenta. En ambos lugares el malhechor se lamenta. Él se lamenta, él se aflige viendo su acción impura.

16 • Aquí se regocija, en el más allá se regocija. En ambos lugares el bienhechor se regocija. Él se regocija, él se regocija mucho viendo su acción pura.

17 • Aquí se atormenta, en el más allá se atormenta. En ambos lugares el malhechor se atormenta. [Pensando] “he hecho mal”, se atormenta. Ido a un mal destino, aún más se atormenta.

18 • Aquí se deleita, en el más allá se deleita. En ambos lugares el bienhechor se deleita. [Pensando] “he hecho bien”, se deleita. Ido a un buen destino, aún más se deleita.

19 • Aun cuando recita mucho la Escritura, el hombre negligente que no la practica es como el vaquero que cuenta las vacas ajenas. No es partícipe de los beneficios de la vida ascética.

20 • Aun cuando recita poco la Escritura, si vive de acuerdo al Dhamma, abandonando la pasión, el odio y la ignorancia, comprendiendo correctamente, con mente bien liberada, no adhiriéndose aquí ni al más allá, éste es partícipe de los beneficios de la vida ascética.

CAPÍTULO II

LA VIGILANCIA

oḍḍa

21 • La vigilancia es el camino a la no muerte. La negligencia es el camino a la muerte. Los vigilantes no mueren. Los negligentes son como muertos.

22 • Comprendiendo esto claramente, los sabios se regocijan en la vigilancia, se deleitan en la esfera de los Nobles.

23 • Meditando constantemente, siempre perseverando, los sabios tocan el Nibbāna², el incomparable sosiego de las ligaduras.

24 • Crece la gloria de aquel que es enérgico, atento, puro en conducta, reflexivo, controlado, con recto modo de vida, vigilante.

25 • Con energía, vigilancia, disciplina y auto-control, que el sabio haga una isla que la correntada no sumerja.

26 • Las gentes necias sin inteligencia se entregan a la negligencia, pero el sabio guarda la vigilancia como un precioso tesoro.

27 • No os entreguéis a la negligencia, a la intimidad con el deleite sensual. Porque meditando, el no negligente alcanza abundante felicidad.

28 • Cuando el sabio expulsa la negligencia por medio de la vigilancia, ascendiendo a la mansión de la sabiduría, observa sin pesar a la humanidad apesadumbrada; el sabio observa a los necios como quien parado en una montaña [observa] a los que están abajo.

² Esta voz, que se deja sin traducir, se refiere a la Realidad Incondicionada, Increada, cuya realización conduce a la cesación del sufrimiento.

29 • Vigilante entre los negligentes, muy despierto entre los dormidos, el sabio avanza como el caballo rápido que ha dejado atrás al jameigo.

30 • Mediante la vigilancia Maghavā³ alcanzó supremacía entre los devas⁴. [Los sabios] elogian la vigilancia; la negligencia es siempre censurada.

31 • El bhikkhu⁵ que se deleita en la vigilancia y ve peligro en la negligencia, va quemando, como fuego, la atadura minúscula y vasta.

32 • El bhikkhu que se deleita en la vigilancia y ve peligro en la negligencia, es incapaz de retroceder; de verdad, está en la presencia del Nibbāna.

³ “Maghavā” es sinónimo de Sakka. Véase Análisis y Comentario para más información.

⁴ Esta voz, que se deja sin traducir, se refiere a los seres que habitan los seis planos de existencia superiores a los humanos. A veces se puede traducir como divinidades, deidades o dioses.

⁵ Esta voz, que se deja sin traducir, se refiere a uno de los miembros de la Orden Monástica (Sangha) creada por el Buddha.

CAPÍTULO III

LA MENTE



33 • Fluctuante e inestable es la mente, difícil de guardar, difícil de controlar. El sabio la endereza como el flechero a la flecha.

34 • Así como el pez tiembla cuando es sacado de su morada acuática y arrojado en la tierra firme, de la misma forma la mente tiembla al abandonar el dominio de Māra⁶.

35 • Bueno es el amansamiento de la mente que es difícil de contener, ligera, que aterriza en donde le place. La mente amansada trae felicidad.

36 • El sabio debería proteger la mente que es muy difícil de percibir, muy sutil, que aterriza en donde le place. La mente protegida trae felicidad.

37 • Aquellos que contendrán la mente, que va lejos, que anda sola, incorpórea, que yace en una cueva, se liberarán del vínculo de Māra⁷.

38 • La sabiduría de aquel de mente inestable, que desconoce el Dhamma verdadero⁸, de fe vacilante, no se perfecciona.

39 • No existe el miedo para el despierto cuya mente no está empapada [de pasión] ni golpeada [por el odio], para el que ha abandonado el bien y el mal.

⁶ El dominio de Māra es el ciclo de renacimientos.

⁷ C. "Todos ellos se liberarán del ciclo de los tres planos, considerado como el vínculo de Māra, debido a la inexistencia de la ligadura de las impurezas".

⁸ Se refiere a los treinta y siete requisitos de la Iluminación.

40 • Comprendiendo que este cuerpo es como un cántaro, guareciendo a la mente como una ciudad, uno debería luchar contra Māra con el arma de la sabiduría, proteger la conquista y permanecer sin apego.

41 • Realmente pronto este cuerpo yacerá sobre la tierra, desechado, sin conciencia, como un leño inservible.

42 • Un ladrón haría esto o aquello a un ladrón, o un enemigo al enemigo, pero una mente mal dirigida le haría a uno más mal que esto.

43 • Ni madre ni padre ni otros familiares harían esto [bueno]; una mente bien dirigida haría a él mejor que esto.

CAPÍTULO IV

FLORES



44 • ¿Quién indagará esta tierra, el mundo de Yama⁹ y éste [mundo humano] junto con el de los devas? ¿Quién examinará el bien expuesto Camino del Dhamma¹⁰ como un experto la flor?

45 • El aprendiz¹¹ indagará la tierra, el mundo de Yama y éste [mundo humano] junto con el de los devas. El aprendiz examinará el bien expuesto Camino del Dhamma como un experto la flor.

46 • Comprendiendo que este cuerpo es como la espuma, discerniendo su naturaleza como un espejismo, cortando las flores de Māra¹², uno debería ir fuera de la vista del rey de la muerte.

47 • La muerte se lleva al hombre de mente apegada que sólo recoge flores, como la gran correntada se lleva al poblado dormido.

48 • El terminador se apodera del hombre de mente apegada que sólo recoge flores, insaciable en la sensualidad.

49 • Como la abeja recoge el néctar y se va sin dañar la flor, su color y fragancia, así debería andar el sabio en el poblado.

⁹ El mundo de Yama se refiere a los cuatro estados de infelicidad: Infiernos, mundo animal, espíritus y demonios.

¹⁰ Aquí la voz “Dhamma” se refiere a los treinta y siete requisitos de la Iluminación.

¹¹ La voz “sekha”, traducida como “aprendiz”, se refiere a cualquier discípulo iluminado en los tres primeros niveles de Iluminación y en el Sendero del estado de Arahant.

¹² Las flores de Māra significa los ciclos de los tres planos.

50 • Uno no debería considerar las faltas de los demás ni lo hecho y no hecho por los demás, sólo [las cosas] hechas y no hechas por uno mismo.

51 • Como una hermosa y colorida flor sin fragancia, así, infructuosa, es la palabra bien expuesta para aquel que no la practica.

52 • Como una hermosa y colorida flor con fragancia, así, fructífera, es la palabra bien expuesta para aquel que la practica.

53 • Como de un cúmulo de flores es posible hacer muchas guirnaldas, de la misma forma un mortal debería hacer mucho bien.

54 • La fragancia de la flor no va en contra del viento, ni la fragancia del sándalo, del *tagara* o del jazmín, pero la fragancia de los virtuosos va en contra del viento. El hombre virtuoso abarca todas las direcciones.

55 • Sándalo y *tagara*, ninfea y jazmín, entre estas clases de fragancias, incomparable es la fragancia de la virtud.

56 • Débil es esta fragancia del *tagara* y sándalo, pero la fragancia de los virtuosos, incomparable, se esparce entre los devas.

57 • *Māra* no encuentra el camino de aquellos dotados de virtud que moran en la vigilancia, liberados por el recto conocimiento.

58-59 • Así como un deleitable y perfumado loto crece allí, en una pila de basura que ha sido desechada en el camino, de la misma forma, entre la basura de los seres, el discípulo del Buddha brilla con su sabiduría sobrepasando a la ciega humanidad.

CAPÍTULO V

EL NECIO



60 • Larga es la noche para el que está despierto. Larga es la legua para el que está cansado. Largo es el ciclo¹³ para los necios que desconocen el Dhamma verdadero.

61 • Si andando no encontrase a alguien mejor o igual que uno mismo, decididamente uno debería andar solo. No hay compañerismo con el necio.

62 • “Tengo hijos, tengo riqueza”, así el necio se aflige. En realidad uno no se posee a sí mismo, cuanto menos a los hijos, cuanto menos a la riqueza.

63 • Aquel necio que comprende su necesidad, por esto es sabio; pero el necio que se considera sabio, ése ciertamente se llama necio.

64 • Aun si el necio se asocia toda la vida con el sabio, él no comprende el Dhamma¹⁴, como la cuchara, el sabor de la sopa.

65 • Si aun por un momento el necio se asocia con el sabio, rápidamente comprende el Dhamma, como la lengua, el sabor de la sopa.

66 • Los necios sin inteligencia, con ellos mismos de enemigos, andan realizando la mala acción que tiene amargo fruto.

¹³ La continuación ininterrumpida de los agregados de una existencia a otra.

¹⁴ Se refiere a tres cosas: (1) Textos (pariyatti), (2) práctica (paṭipatti) y (3) realización (paṭivedha).

67 • Esa acción no está bien hecha si después de realizarla uno se arrepiente. Llorando, la cara con lágrimas, uno experimenta el resultado.

68 • Pero esa acción está bien hecha si después de realizarla uno no se arrepiente. Contento, gozoso, uno experimenta el resultado.

69 • Mientras el mal no madura, el necio piensa que es como la miel, pero cuando el mal madura, el necio experimenta sufrimiento.

70 • El necio podría comer comida una vez por mes con la punta de una hierba. Ni [así] él vale una decimosexta parte de aquellos que han realizado el Dhamma¹⁵.

71 • La mala acción no madura inmediatamente, así como la leche no se coagula de repente, pero sigue al necio, quemándolo como fuego cubierto por cenizas.

72 • Sólo para su detrimento surge el conocimiento en el necio, destruye el lado bueno del necio haciendo caer su cabeza.

73-74 • Desea innecesario respeto, preeminencia entre los bhikkhus, autoridad en los monasterios y ofrecimiento de otras familias. “Que ambos, laicos y renunciados, piensen que ha sido hecho sólo por mí; que estén sólo bajo mi poder en cualquier cosa, en lo que hay que hacer y lo que no hay que hacer”. Así piensa el necio; el deseo y la vanidad aumentan.

75 • En realidad uno es el camino que conduce a la ganancia y otro el que conduce al Nibbāna. Así, comprendiendo esto, el bhikkhu, discípulo del Buddha, no debería regocijarse en el honor, debería cultivar el aislamiento.

¹⁵ Aquí Dhamma se refiere a la realización de las Cuatro Nobles Verdades.

CAPÍTULO VI

EL SABIO



76 • Si viese a un sabio, que como un guía que lleva a un tesoro escondido, señala y censura las faltas, uno debería asociarse con este sabio. Es sólo para bien, no para mal, asociarse con tal.

77 • Aquel que exhortase, aconsejase y disuadiese del mal, ése, de verdad, es querido por los buenos, detestado por los malos.

78 • Uno no debería asociarse con malos amigos, no debería asociarse con hombres viles. Uno debería asociarse con buenos amigos, debería asociarse con los mejores hombres.

79 • Aquel que bebe el Dhamma, duerme feliz con mente serena. El sabio siempre se deleita en el Dhamma¹⁶ anunciado por los Nobles.

80 • Los irrigadores canalizan el agua; los flecheros enderezan la flecha; los carpinteros doblan la madera; los sabios se doman a sí mismos.

81 • Así como una roca sólida no se mueve por el viento, los sabios no se conmueven ante la crítica y el elogio.

82 • Como un lago profundo, claro, sereno, así, después de escuchar los Dhammas¹⁷, los sabios se serenán.

¹⁶ Se refiere a los requisitos de la Iluminación, como los establecimientos de la atención plena, etcétera.

¹⁷ Exposiciones o enseñanzas del Dhamma.

83 • En verdad los buenos hombres abandonan todo. Los santos no hablan de lo que causa sensualidad. Los sabios, tocados por la felicidad o por el dolor, no manifiestan altibajos.

84 • No por su propio bien, ni por el bien de otro, debería desear hijo ni riqueza ni reino, no debería desear por un medio incorrecto su propia prosperidad. Éste es virtuoso, sabio y justo.

85 • Pocos son esos entre los humanos, esas gentes que van a la otra orilla. Pero esa otra humanidad solamente va y viene a lo largo de esta orilla.

86 • Pero aquellos que actúan de acuerdo con la Enseñanza, la bien expuesta Enseñanza, esas gentes irán a la otra orilla, muy difícil de cruzar, más allá del dominio de la muerte.

87 • Abandonando la naturaleza oscura, viniendo de morada a no morada, en aislamiento, donde es difícil de disfrutar, el sabio debería cultivar la naturaleza clara.

88 • Allí¹⁸ debería deleitarse, abandonando los placeres sensuales, sin nada, el sabio debería limpiarse a sí mismo de las impurezas de la mente.

89 • Esos cuya mente está completamente bien desarrollada en los factores de la Iluminación, que sin adherencias se regocijan en el abandono del apego, los que han extinguido los contaminantes, refulgentes, han realizado el Nibbāna en este mundo.

¹⁸ Exposiciones o enseñanzas del Dhamma.

CAPÍTULO VII

EL ARAHANT



90 • La fiebre no existe para aquel que ha andado el camino, sin pesar, liberado de todo, que ha cortado todos los nudos.

91 • Los atentos se aplican, no se deleitan en el hogar. Ellos dejan una morada después de otra, como cisnes que abandonan el lago.

92 • En esos que no existe acumulación, que comprenden el alimento, cuyo dominio es la emancipación vacía y sin signo, el curso de esos, como el de las aves en el espacio, es difícil de rastrear.

93 • En ese que los contaminantes están extintos, no apegado a la comida, cuyo dominio es la emancipación vacía y sin signo, el sendero de ése, como el de las aves en el espacio, es difícil de rastrear.

94 • De ese que ha abandonado la vanidad, que carece de contaminantes, las facultades son serenas como caballos bien domados por el auriga; aun los devas quieren a ése.

95 • Como la tierra que no se opone, como un pilar, como un lago sin fango es ése bien comportado. Para tal no hay más jornadas.

96 • De ese que se ha liberado por el recto conocimiento, de tal pacificado, calma es su mente, calmo el lenguaje y calma la acción.

97 • Incrédulo, conoce lo increado y ha roto la unión, ese hombre que ha exterminado la ocasión, expulsado el anhelo, ése, de verdad, es el mejor hombre.

98 • En el poblado o en el bosque, en tierra baja o en tierra firme, en donde los Arahants¹⁹ viven, ése es un lugar encantador.

99 • Encantadores son los bosques donde la gente no se deleita, aquéllos libres de pasión se deleitarán; ellos no persiguen la sensualidad.

¹⁹ El discípulo que ha alcanzado el grado más alto de Iluminación.

CAPÍTULO VIII

MILES



100 • Aun si hay mil sentencias compuestas de palabras sin sentido, mejor es una palabra con sentido; habiéndola escuchado, uno se apacigua.

101 • Aun si hay mil versos compuestos de palabras sin sentido, mejor es una línea de un verso; habiéndola escuchado, uno se apacigua.

102 • Y uno podría recitar cien versos compuestos de palabras sin sentido; mejor es una palabra del Dhamma; habiéndola escuchado, uno se apacigua.

103 • Uno podría conquistar a un millón de hombres en batalla, pero debería conquistarse sólo a sí mismo. Ése en verdad es el conquistador supremo.

104-105 • Ciertamente es mejor conquistarse a uno mismo que a esa otra humanidad; para un hombre que se ha domado a sí mismo, que vive siempre controlado, ni deva, ni *Gandhabba*²⁰, ni Māra junto con *Brahma*²¹ pueden convertir en derrota la victoria de tal hombre.

106 • Uno podría ofrecer mil, mes por mes por cien años, y podría honrar aun por un instante a uno que se ha perfeccionado a sí mismo; de verdad este homenaje es mejor que cien años de ofrecimiento.

107 • Una persona podría adorar al fuego en el bosque por cien años y podría honrar aun por un instante a uno que se ha perfeccionado a sí mismo; de verdad este homenaje es mejor que cien años de ofrecimiento.

²⁰ *Gandhabba*: Cierta tipo de deva, un músico celestial

²¹ *Brahmā*: Dios, ser superior a las divinidades.

108 • Cualquier regalo u ofrenda en el mundo que uno deseoso de mérito podría ofrecer durante un año, aun todo esto no equivale a una cuarta parte: La reverencia a los Rectos es mejor.

109 • Para ese que tiene siempre el hábito de reverenciar y honrar a los mayores, cuatro cosas aumentan: Vida, belleza, felicidad, fortaleza.

110 • Y uno podría vivir cien años sin virtud, sin concentración; mejor es un día de vida del virtuoso, del meditador.

111 • Y uno podría vivir cien años sin sabiduría, sin concentración; mejor es un día de vida del sabio, del meditador.

112 • Y uno podría vivir cien años indolente, bajo en esfuerzo; mejor es un día de vida de uno que genera esfuerzo intenso.

113 • Y uno podría vivir cien años no viendo el surgir y el cesar; mejor es un día de vida de uno que ve el surgir y el cesar.

114 • Y uno podría vivir cien años no viendo el estado inmortal; mejor es un día de vida de uno que ve el estado inmortal.

115 • Y uno podría vivir cien años no viendo el Dhamma supremo; mejor es un día de vida de uno que ve el Dhamma supremo²².

²² “Dhamma supremo” significa los nueve Dhammas ultramundanos (cuatro Senderos, cuatro Fruiciones y Nibbāna).

CAPÍTULO IX

EL MAL



116 • Uno debería apresurarse hacia el bien; contener la mente del mal. Porque la mente de uno que hace lentamente el bien, se deleita en el mal.

117 • Si un hombre hiciese el mal, no debería hacerlo una y otra vez, no debería complacerse en éste. La acumulación del mal es sufrimiento.

118 • Si un hombre hiciese el bien, debería hacerlo una y otra vez, debería complacerse en éste. La acumulación del bien es felicidad.

119 • Aun el malo ve el bien mientras el mal no madura. Pero cuando el mal madura, entonces los males el malo ve.

120 • Aun el bueno ve el mal mientras el bien no madura. Pero cuando el bien madura, entonces los bienes el bueno ve.

121 • No debería desdeñar el mal: “Éste no vendrá a mí”. Aun la vasija de agua se llena con la gota de agua que cae. Acumulándolo poco a poco, el necio se llena de mal.

122 • No debería desdeñar el bien: “Éste no vendrá a mí”. Aun la vasija de agua se llena con la gota de agua que cae. Acumulándolo poco a poco, el sabio se llena de bien.

123 • Así como el mercader con poca escolta, con mucha riqueza, evita el camino peligroso, así como uno que desea vivir, evita el veneno, uno debería evitar los males.

124 • Si en la mano no hubiese herida, podría acarrear veneno con la mano; el veneno no afecta a uno sin herida. No hay mal para uno que no lo hace.

125 • Ese que ofende al hombre inofensivo, al hombre puro, sin imperfección, el mal retorna a ese mismo necio como polvo fino lanzado contra el viento.

126 • Algunos nacen en el vientre, los malhechores en el infierno, los bien-idos van al cielo, aquellos sin contaminantes van al Nibbāna.

127 • Ni en el firmamento, ni en el medio del mar, ni entrando en una grieta en las montañas, no existe región en la tierra donde estando parado, uno se podría liberar de la mala acción.

128 • Ni en el firmamento, ni en el medio del mar, ni entrando en una grieta en las montañas, no existe región en la tierra donde estando parado, la muerte no lo someta a uno.

CAPÍTULO X

EL CASTIGO



129 • Todos tiemblan ante el castigo, todos temen a la muerte. Haciendo la comparación con uno mismo, uno no debería dañar, ni debería hacer dañar.

130 • Todos tiemblan ante el castigo, todos aman la vida. Haciendo la comparación con uno mismo, uno no debería dañar, ni debería hacer dañar.

131 • Ese que buscando su propia felicidad lastima con el palo a seres deseosos de felicidad, no obtiene felicidad en el más allá.

132 • Ese que buscando su propia felicidad no lastima con el palo a seres deseosos de felicidad, obtiene felicidad en el más allá.

133 • No hables agresivamente a nadie; los agredidos podrían replicarte. En realidad el lenguaje abusivo es sufrimiento; las venganzas podrían afectarte.

134 • Si como un gong roto no reverberas tú mismo, eres ese que ha alcanzado el Nibbāna. No existe represalia en ti.

135 • Como el vaquero que con el palo hace que las vacas vayan al campo, de la misma forma la vejez y la muerte se llevan la vida de los seres.

136 • Aun cuando realiza malas acciones, el necio no comprende. Ése sin inteligencia sufre por las propias acciones como uno quemado por el fuego.

137 • Aquel que con el palo acomete a los inofensivos, a los inocentes, va muy pronto a cierta condición entre diez.

138 • Experimentaría sensación dolorosa, empobrecimiento, fractura del cuerpo, enfermedad grave o trastorno de la mente²³.

139 • Problema con el rey, calumnia seria, pérdida de familiares, descomposición de posesiones.

140 • Luego el fuego quema sus casas. Después de la disolución del cuerpo, ése sin sabiduría surge en el infierno.

141 • Ni andando desnudo, ni las trenzas, ni el lodo, ni el ayuno, ni acostarse en suelo pedregoso, ni polvo, ni barro, ni el esforzarse en cuclillas, purifican al mortal que no ha trascendido la duda.

142 • No obstante adornado, si anduviese calmo, sereno, controlado, seguro, casto, habiendo abandonado la violencia hacia todos los seres: ¡Éste es un brahmán, un asceta, un bhikkhu!

143 • El hombre contenido por la vergüenza, ¿existe alguno en el mundo, ese que evita el reproche como el buen caballo, el látigo?

144 • Como un buen caballo fustigado por el látigo, sed enérgicos con sentido de urgencia. Con fe, con virtud, con energía, con concentración, con discernimiento del Dhamma²⁴, los atentos, dotados de visión y conducta, abandonarán este sufrimiento, que no es poco.

145 • Los irrigadores canalizan el agua, los flecheros enderezan las flechas, los carpinteros doblan la madera, los dóciles se doman a sí mismos.

²³ Este verso y los dos siguientes son continuación del verso 137. En estos versos se enumeran las diez condiciones.

²⁴ “Discernimiento del Dhamma” se refiere a la facultad de la sabiduría.

CAPÍTULO XI

LA VEJEZ



146 • ¿Qué es la risa, qué es el júbilo cuando [el mundo] siempre está ardiendo? Envueltos en la oscuridad, ¿por qué no buscáis la luz?

147 • Mira esta figura adornada, una pila de llagas, erguida, enferma, muy considerada; en ésta no hay estabilidad perdurable.

148 • Avejentada es esta materia, nido de enfermedades, putrefacta, este apestoso conglomerado se rompe porque la vida concluye en la muerte²⁵.

149 • Como calabazas descartadas en otoño son estos huesos blancuzcos. Habiéndolos visto, ¿cuál es el deleite?

150 • Ciudad construida de huesos, cubierta de carne y sangre: Allí están depositadas la vejez y la muerte, la vanidad y la ingratitude.

151 • Envejecen los bien decorados carruajes de los reyes, también el cuerpo llega a la vejez. Pero el Dhamma de los santos no envejece; esto los santos proclaman entre los santos²⁶.

152 • Este hombre que ha oído poco, envejece como el buey; sus carnes aumentan, su sabiduría no aumenta.

²⁵ Este verso fue pronunciado por el Buddha a Therī Uttarā, una monja (bhikkhunī) que tenía ciento veinte años de edad. El comentario explica que ella alcanzó el primer estado de Iluminación después de escuchar el verso.

²⁶ Alternativa (no sustentada por el Comentario): Los santos hacen que otros santos realmente conozcan esto.

153 • He andado en el ciclo por muchos nacimientos, buscando sin encontrar al constructor de la casa. Nacer una y otra vez es sufrimiento.

154 • ¡Constructor de la casa, te he visto! No harás de nuevo la casa. Todas tus vigas están rotas; el techo de la casa, destruido. La mente ha ido a lo Incondicionado, alcanzó la extinción de los deseos.

155 • No habiendo practicado la vida pura, no habiendo obtenido riqueza en la juventud, se consumen como garzas viejas en un lago agotado de peces.

156 • No habiendo practicado la vida pura, no habiendo obtenido riqueza en la juventud, yacen suspirando pasados²⁷, como [flechas] disparadas por el arco.

²⁷ C. “Yacen lamentándose, affigiéndose, gimiendo acerca de las cosas hechas en el pasado”.

CAPÍTULO XII

UNO MISMO



157 • Si uno se quisiese a sí mismo, debería cuidarse bien. El sabio debería guardar alguna vigilia de las tres.

158 • Primero uno debería establecerse a sí mismo en lo correcto, después debería aconsejar a otro. [Así] el sabio no se contaminaría.

159 • Si hiciese a sí mismo como aconseja a otro, realmente estando bien entrenado, entrenaría. Porque en verdad es difícil entrenarse uno mismo.

160 • Uno mismo es realmente el protector de uno mismo. ¿Qué otro protector habría? En verdad, entrenándose bien a sí mismo, uno obtiene un protector difícil de obtener.

161 • En verdad el mal hecho por uno mismo, producido por uno mismo, originado en uno mismo, tritura a ese sin inteligencia como el diamante a la gema hecha de piedra.

162 • Su continua mala moralidad lo cubre como la enredadera *māluvā* al árbol *sāla*; así éste se hace a sí mismo lo que su enemigo desea para él.

163 • Fáciles de hacer son las [acciones] malas y perjudiciales para uno mismo, pero esa que es benéfica y buena, ésa, en verdad, es muy difícil de hacer.

164 • Aquel sin inteligencia, que a causa de una creencia perversa desdeña la enseñanza de los Arahants, de los Nobles, de los que viven en el Dhamma, fructifica, como los frutos del bambú, para la destrucción de sí mismo.

165 • En verdad uno mismo hace el mal, uno mismo se contamina; uno mismo no hace el mal, uno mismo se purifica. La pureza y la impureza dependen de uno mismo. Uno no puede purificar a otro.

166 • Por el bien de otro, no obstante grande, uno no debería hacer disminuir su propio bien. Habiendo comprendido su propio bien, debería ocuparse de su propio bien.

CAPÍTULO XIII

EL MUNDO



167 • Uno no debería seguir la cosa baja. No debería vivir con negligencia. No debería sostener creencia falsa. No debería ser uno que prolonga el mundo.

168 • No sea negligente estando parado. Practique el Dhamma bien practicado. El que practica el Dhamma duerme feliz en éste y en el otro mundo.

169 • Uno debería practicar bien el Dhamma. No debería practicarlo mal. El que practica el Dhamma duerme feliz en éste y en el otro mundo.

170 • Uno debería verlo como una burbuja, lo debería ver como un espejismo. El rey de la Muerte no ve a ese que mira al mundo de esta manera.

171 • Venid, ved este mundo que se asemeja a un carruaje real adornado, donde los necios se hunden; no existe pantano para los que comprenden.

172 • Ese que antes fue negligente pero que después no lo es, ése ilumina este mundo como la luna liberada de la nube.

173 • Ese que cubre con el bien la mala acción realizada, ése ilumina este mundo como la luna liberada de la nube.

174 • Ciego es este mundo. Poca [gente] aquí ve. Como pájaro liberado de la red, poca [gente] va al cielo.

175 • Los cisnes van en la vía del sol. Aquellos con poderes van por el espacio. Habiendo conquistado a Māra con sus cohortes, los sabios salen del mundo.

176 • Para la criatura que dice falsedades, que transgrede una sola ley, que desecha el otro mundo, no existe mal que no pueda ser hecho.

177 • En verdad los avaros no van al mundo de los devas. Los necios ciertamente no elogian la generosidad. Pero el sabio, regocijándose en la generosidad, sólo por esto es feliz en el más allá.

178 • Mejor que la soberanía sobre la tierra, que ir al cielo o dominar al mundo, es el Fruto de la Entrada en la Corriente²⁸.

²⁸ "Entrada en la Corriente" es el primer estado de Iluminación.

CAPÍTULO XIV

EL BUDDHA



179 • ¿Por cuál senda conduciréis²⁹ al Buddha de dominio infinito, que no deja huella, cuya victoria es irreversible, cuya victoria no es seguida por nada en el mundo?

180 • ¿Por cuál senda conduciréis al Buddha de dominio infinito, que no deja huella, en quien no existe la red adherente del deseo capaz de conducirlo a alguna parte?

181 • Aun los devas aman a esos sabios consagrados a la meditación, deleitados en la paz de la renunciación, los atentos, los Buddhas.

182 • Difícil es nacer como humano. Difícil es la vida de los mortales. Difícil es escuchar el Dhamma verdadero. Difícil es la aparición de los Buddhas.

183 • No hacer ningún mal. Generar el bien. Purificar la propia mente. Ésta es la enseñanza de los Buddhas.

184 • La paciencia, la tolerancia, es la mejor virtud. El Nibbana es lo mejor, dicen los Buddhas. No es un renunciante el que daña a otro, ni un asceta el que oprime a otro.

185 • No ofender, no dañar, contención de acuerdo con los Preceptos Fundamentales³⁰, moderación en la comida, residencia aislada, aplicación a la mente superior. Ésta es la enseñanza de los Buddhas.

²⁹ Se refiere a “llevar a un mal lugar”, es decir, “hacer caer en falta”.

³⁰ Se refiere a las 227 reglas de los bhikkhus contenidas en el Pātimokkha.

186-187 • Ni siquiera con una lluvia de monedas es posible satisfacer los deseos sensuales. Los deseos sensuales dan sufrimientos y pocas satisfacciones. El sabio, comprendiendo así, no se deleita ni siquiera en los placeres celestiales. El discípulo del Buddha se deleita en la destrucción del deseo.

188 • En verdad muchos humanos, incitados por el miedo, van por refugio a montañas, bosques, parques, árboles y templos.

189 • Éste no es un refugio seguro, éste no es el refugio superior. Habiendo venido a este refugio uno no se libera de todo el sufrimiento.

190-192 • Pero aquel que ha ido por refugio al Buddha, al Dhamma y al Sangha³¹ y que ve con recto entendimiento las Cuatro Nobles Verdades: Sufrimiento, Origen del Sufrimiento, Trascendencia del Sufrimiento y el Noble Óctuple Sendero que conduce a la pacificación del sufrimiento, habiendo venido a este refugio se libera de todo el sufrimiento. Éste en verdad es un refugio seguro, éste es el refugio superior.

193 • Difícil de encontrar es el hombre de raza noble; éste no nace dondequiera. Donde este sabio nace, esa familia prospera en felicidad.

194 • Feliz es la aparición de los Buddhas. Feliz es la exposición del Dhamma verdadero. Feliz es la concordia en la Orden. Feliz es la práctica de aquellos en concordia.

195-196 • Aquel que reverencia a aquellos dignos de reverencia, a los Buddhas o a los Discípulos, a los que han trascendido las expansiones, a los que han cruzado el pesar y el lamento, no es posible calcular el mérito, 'éste es tanto', de aquel que reverencia a éstos, a tales que carecen de miedo, a los desapasionados.

³¹ Se refiere a los discípulos Iluminados del Buddha

CAPÍTULO XV
LA FELICIDAD



197 • En verdad vivimos bien felices, sin odios entre los que odian. Entre los hombres que odian sin odios vivimos.

198 • En verdad vivimos bien felices, sin aflicciones entre los afligidos. Entre los hombres afligidos sin aflicciones vivimos.

199 • En verdad vivimos bien felices, sin empeños entre los que se empeñan. Entre los hombres que se empeñan sin empeños vivimos.

200 • En verdad vivimos bien felices sin nada nuestro. Como los Dioses Radiantes estaremos nutriéndonos del deleite.

201 • Venciendo, uno engendra odio. El vencido yace sufriendo. Habiendo abandonado la victoria y la derrota, el pacífico yace feliz.

202 • No hay fuego como la pasión; no hay crimen como el odio; no hay sufrimiento como los agregados; no hay felicidad superior a la Paz³².

203 • El hambre es la mayor enfermedad; las formaciones son el mayor sufrimiento. Comprendiendo esto de acuerdo con la realidad, [uno realiza] el Nibbāna, la Felicidad Suprema.

204 • La salud es la mejor ganancia; el contentamiento es la mejor riqueza; alguien de confianza es el mejor familiar; el Nibbāna es la Felicidad Suprema. Suprema.

³² Se refiere a la Paz del Nibbāna.

205 • Habiendo embebido el sabor de la soledad y de la Paz, bebiendo el sabor de la dicha del Dhamma, uno se torna sin inquietud, sin mal.

206 • Es bueno ver a los Nobles, la asociación con ellos es siempre felicidad; no viendo a los necios, uno estaría siempre feliz.

207 • Ese que anda en compañía de los necios se lamenta por largo tiempo. La convivencia con necios siempre es sufrimiento, como con el enemigo. Pero la convivencia con el sabio es felicidad, como el encuentro con familiares.

208 • Por lo tanto, asóciese con este buen hombre, sagaz, noble, que realiza los deberes, que tiene el hábito de soportar, instruido, inteligente, sabio, como la luna [se asocia] con la senda de estrellas.

CAPÍTULO XVI

EL AFECTO

ॐ

209 • Aplicándose uno mismo en lo indebido y no aplicándose en lo debido, abandonando lo benéfico, asiendo lo placentero, uno envidia a ése aplicado a sí mismo.

210 • No se relacione con lo querido, nunca con lo no querido. No ver lo querido y ver lo no querido es sufrimiento.

211 • Por lo tanto, no haga nada querido, porque separarse de lo querido es perjudicial. En esos que no tienen nada querido y no querido no existen nudos³³.

212 • De la afición surge pesar; de la afición surge miedo. En ése liberado de la afición no hay pesar, ¿de dónde miedo?

213 • Del cariño surge pesar; del cariño surge miedo. En ése liberado del cariño no hay pesar, ¿de dónde miedo?

214 • Del deleite surge pesar; del deleite surge miedo. En ése liberado del deleite no hay pesar, ¿de dónde miedo?

215 • De la sensualidad surge pesar; de la sensualidad surge miedo. En ése liberado de la sensualidad no hay pesar, ¿de dónde miedo?

216 • Del deseo surge pesar; del deseo surge miedo. En ése liberado del deseo no hay pesar, ¿de dónde miedo?

³³ “Ganthā”, nudos, es un término técnico. Véase Análisis y Comentario del verso.

217 • La gente quiere a ese que realiza su propia tarea, dotado de virtud y visión, establecido en el Dhamma, que ha experimentado la Verdad.

218 • Ese que ha generado deseo por lo Inefable y lo ha tocado con la mente, que su mente no está confinada a los placeres sensoriales se llama “uno que va corriente arriba”.

219 • Familiares, amigos y simpatizantes reciben con alegría al hombre que ha retornado de lejos con bien, que ha estado ausente por mucho tiempo.

220 • De la misma manera las buenas acciones también reciben al bienhechor que ha ido de este mundo al otro, como los familiares al ser querido que ha retornado.

CAPÍTULO XVII

LA IRA

ॐ

221 • Uno debería abandonar la ira, eliminar la vanidad, trascender toda atadura. Los sufrimientos no sobrevienen a ese que no se apega a la mente y al cuerpo, al que no posee nada.

222 • Ese que contiene la ira naciente como a un carro descontrolado, a ése yo llamo un auriga. La otra gente sólo sujeta las riendas.

223 • Uno debería conquistar el odio con el amor; debería conquistar el mal con el bien; debería conquistar la mezquindad con la generosidad, la mentira con la verdad.

224 • Uno debería decir la verdad; no debería enojarse; cuando le piden, debería dar aunque sea un poco. Por estos tres medios, uno puede ir a la presencia de los devas.

225 • Inocuos son esos sabios, siempre contenidos con el cuerpo; ellos van al lugar imperecedero, donde habiendo ido, no padecen.

226 • Los contaminantes desaparecen en los siempre despiertos que se entrenan día y noche, en aquellos resueltos por el Nibbāna.

227 • Esto es viejo, Atula, esto no es de hoy: Critican al que está sentado en silencio; critican al que habla mucho; también critican al que habla con mesura. No existe en el mundo alguien no criticado.

228 • No hubo y no habrá y no existe ahora hombre completamente criticado o completamente elogiado.

229 • Pero los sabios, examinando día tras día, elogian al de conducta intachable, inteligente, equipado con virtud y sabiduría.

230 • ¿Quién puede criticar a ese que es como una moneda de oro puro? Aun los devas elogian a ése, incluso por *Brahma* es elogiado.

231 • Uno debería cuidarse de la irritabilidad corporal; debería ser controlado con el cuerpo. Abandonando la mala conducta corporal, debería andar con buena conducta corporal.

232 • Uno debería cuidarse de la irritabilidad verbal; debería ser controlado con la palabra. Abandonando la mala conducta verbal, debería andar con buena conducta verbal.

233 • Uno debería cuidarse de la irritabilidad mental; debería ser controlado con la mente. Abandonando la mala conducta mental, debería andar con buena conducta mental.

234 • Los sabios son controlados con el cuerpo, controlados también con la palabra, controlados con la mente; en verdad, ellos están perfectamente controlados.

CAPÍTULO XVIII
LAS IMPUREZAS



235 • Ahora eres como una hoja seca y los mensajeros de la muerte están frente a ti. En el umbral de la muerte estás parado pero no tienes aprovisionamiento.

236 • Haz una isla de ti mismo, esfuérzate pronto, sé sabio. Siendo uno que ha expulsado las manchas, sin mácula, entrarás en el plano celestial de los Nobles.

237 • Y ahora eres uno cuya vida ha concluido; has llegado a la presencia de la muerte. No hay albergue para ti en el medio [del camino] y aun así no tienes aprovisionamiento.

238 • Haz una isla de ti mismo, esfuérzate pronto, sé sabio. Siendo uno que ha expulsado las manchas, sin mácula, no irás de nuevo al nacimiento y la vejez.

239 • Gradualmente, poco a poco, momento a momento, el sabio debería remover la impureza de sí mismo como el platero [remueve] la de la plata.

240 • Como el óxido originado del hierro, que habiendo surgido de éste, a este mismo corroe, así las propias acciones conducen al trasgresor a un mal destino.

241 • La no repetición es el defecto de los Mantras; la falta de mantenimiento es el defecto de las casas; la indolencia es el defecto de la belleza; la negligencia es el defecto del que cuida³⁴.

³⁴ Se refiere al que cuida la mente de las impurezas mentales.

242 • La mala conducta es la mancha de la mujer; la mezquindad es la mancha del dador. En verdad los malos estados son manchas en éste y en el otro mundo.

243 • Mayor mancha que estas manchas es la ignorancia: La peor de las manchas. Habiendo abandonado esta mancha, bhikkhus, sed immaculados.

244 • La vida es fácil para el que no tiene vergüenza, atrevido como un cuervo, detractor, pretencioso, imprudente, que vive con impureza.

245 • Pero la vida es difícil para el que posee vergüenza, que siempre busca la pureza, que carece de asimiento, prudente, para el que vive puro, para el que discierne.

246-247 • Ese que mata a un ser viviente y que habla falsedades, toma lo no dado en el mundo y va con la esposa de otro, y ese hombre que se dedica a la bebida intoxicante, ése, aquí en este mundo, arranca su propia raíz.

248 • ¡Hombre, comprende así!: Las cosas malas son incontrolables. No dejes que la avidez y lo que no es el Dhamma te subyuguen en un sufrimiento prolongado.

249 • En verdad la gente da de acuerdo a la fe, de acuerdo a la satisfacción. Y ese que aquí está descontento con la comida y bebida de otros, ése, en el día o en la noche, no alcanza concentración.

250 • Pero ése en el que está extirpado, erradicado, destruido éste [descontento], ése, en verdad, en el día o en la noche, alcanza concentración.

251 • No hay fuego como la pasión; no hay aferramiento como el odio; no hay red como la ignorancia; no hay río como el deseo.

252 • Fácil de ver es la falta de otro, pero realmente difícil de ver es la de uno mismo. En verdad éste avienta las faltas de otros como la cáscara [del grano] pero oculta las de uno mismo como el jugador tramposo, la mala mano.

253 • Los contaminantes aumentan del que ve las faltas de otros, del siempre irritable. Lejos está éste de la extinción de los contaminantes.

254 • No hay pisada en el espacio; no hay asceta fuera [de la enseñanza del Buddha]; la humanidad se deleita en la mundanidad; los Tathāgatas³⁵ carecen de mundanidad.

255 • No hay pisada en el espacio; no hay asceta fuera [de la enseñanza del Buddha]; no hay fenómenos condicionados eternos; no hay perturbación en los Buddhas.

³⁵ La voz "Tathāgata" es sinónimo de Buddha.

CAPÍTULO XIX

EL JUSTO



256 • Uno no está establecido en el Dhamma porque decidiese un caso arbitrariamente. Pero ese que considerase ambas, evidencia y no evidencia, sabio es.

257 • El protector de la ley, el sabio, que conduce a otros sin arbitrariedad, con justicia, con imparcialidad, se llama “uno que está establecido en el Dhamma”.

258 • Porque habla mucho, no por esto es sabio. Ése con seguridad, sin enemistad, sin miedo, es llamado sabio.

259 • Porque habla mucho, no por esto es sostenedor del Dhamma. Pero ese que aun habiendo escuchado poco, ve el Dhamma con el cuerpo, ese que no es negligente con el Dhamma, ése en verdad es sostenedor del Dhamma.

260 • Porque el cabello de su cabeza sea cano, no por esto es un antiguo. Ése de edad madura se llama “viejo vano”.

261 • En éste hay veracidad y Dhamma, inocuidad, disciplina, amansamiento; este sabio que ha expulsado las impurezas, en verdad se llama “antiguo”.

262 • No por mera elocuencia o por apariencia de belleza, el envidioso, avariento, fraudulento es un hombre de buena naturaleza.

263 • Pero ése en el que está extirpado, erradicado, destruido esto³⁶, ese sabio que ha expulsado el odio, se llama “uno de buena naturaleza”.

264 • No por la tonsura es asceta. Sin observancia, hablando falsedad, lleno de anhelo y apego, ¿asceta será?

265 • Pero ese que en todos los modos calma los males minúsculos y mayúsculos, por haber calmado los males se llama “asceta”.

266 • Porque pida comida a otros, no por esto es un bhikkhu; habiendo aceptado una doctrina dispar, no por esto es un bhikkhu.

267 • Ese que aquí, habiendo removido el mal y el bien, poseedor de la vida pura, que anda en el mundo con discernimiento, ése en verdad se llama “bhikkhu”.

268 • No por el silencio es sabio el ignorante, el confundido. Pero ése, que como sosteniendo una balanza toma lo mejor, sabio es.

269 • Evita los males ese sabio, por esto él es sabio. Ese que comprende ambos³⁷ en el mundo, por esto se llama “sabio”.

270 • Porque daña a seres vivientes, por eso no es Noble. Debido a la inocuidad hacia todos los seres vivientes se llama “Noble”.

271-272 • No por la mera disciplina moral o por mucho aprendizaje o por la obtención de concentración o por morar en aislamiento, [pensando] “toco la dicha de la renunciación no experimentada por los seres ordinarios”, [así] bhikkhu, uno no debería darse por satisfecho sin haber alcanzado la extinción de los contaminantes.

³⁶ Se refiere a la envidia, avaricia, etcétera, del verso anterior. Véase Análisis y Comentario.

³⁷ De acuerdo con el Comentario se refiere a los agregados internos y externos.

CAPÍTULO XX

EL SENDERO



273 • De los senderos, el óctuple es el mejor; de las verdades, las cuatro sentencias; la ausencia de pasión es el mejor de los estados; y de los bípedos, el que ojos tiene.

274 • Éste es el único sendero, no existe otro para la purificación de la visión. Entrad vosotros en éste; éste es el desconcierto de Māra.

275 • Entrados en éste, vosotros pondréis fin al sufrimiento. Habiendo comprendido cómo quitar el dardo, os he proclamado el sendero.

276 • Proclamadores son los Tathāgathas. Por vosotros debe ser hecho el esfuerzo. Habiendo entrado [en el sendero] los meditadores se liberarán del vínculo de Māra.

277 • “Todos los fenómenos condicionados son impermanentes”. Cuando uno ve esto con sabiduría, entonces siente hastío del sufrimiento. Éste es el sendero de la purificación.

278 • “Todos los fenómenos condicionados son insatisfactorios”. Cuando uno ve esto con sabiduría, entonces siente hastío del sufrimiento. Éste es el sendero de la purificación.

279 • “Todos los estados son impersonales”. Cuando uno ve esto con sabiduría, entonces siente hastío del sufrimiento. Éste es el sendero de la purificación.

280 • No esforzándose cuando es tiempo de esfuerzo, cuando uno es joven, fuerte; el perezoso, aquel de mente débil, inclinado a la ociosidad, indolente, no alcanza el sendero por medio de la sabiduría.

281 • Guardando el lenguaje, bien contenido con la mente, uno no debería hacer mal con el cuerpo, debería purificar estos tres cursos de acción. [De esta forma] conseguiría el sendero proclamado por los videntes.

282 • De la meditación, en verdad, surge la sabiduría; sin meditación hay disminución de sabiduría. Habiendo comprendido este doble camino de progreso y retroceso, así uno mismo debería establecerse, de forma tal que aumente la sabiduría.

283 • Cortad el bosque [el deseo], no el árbol. Del bosque surge el miedo. Bhikkhus, habiendo cortado el bosque y la maleza, permaneced sin bosques.

284 • Mientras el deseo del hombre hacia las mujeres, aun un mero vestigio, no se corte, entonces éste, en verdad, es uno de mente amarrada como el becerro mamando la leche de la madre.

285 • Arranca la afección de ti mismo como el lirio otoñal con la mano. Cultiva el sendero a la paz, el Nibbāna, expuesto por el bien-ido.

286 • “Aquí residiré en la estación de lluvias, aquí en el invierno y el verano”. Así piensa el necio, el peligro no comprende.

287 • La muerte se lleva al hombre de mente apegada, intoxicado con hijos y ganado, como la gran correntada se lleva al poblado dormido.

288 • No son los hijos para protección, ni padre tampoco, ni parientes. Para uno afectado por el terminador, entre familiares no hay protección.

289 • Comprendiendo este hecho, el sabio, contenido por la virtud, debería despejar rápidamente el sendero que conduce al Nibbāna.

CAPÍTULO XXI
MISCELÁNEA



290 • Si al abandonar una moderada cantidad de felicidad viese abundante felicidad, el sabio, viendo la abundante felicidad, debería dejar esta moderada cantidad de felicidad.

291 • Ése que enredado en los lazos de la enemistad, desea su propia felicidad causando sufrimiento a los demás, no se libera de la enemistad.

292 • Eso que se debe hacer es desechado y se hace lo que no se debe hacer; los contaminantes de esos arrogantes, de esos negligentes, aumentan.

293 • Pero de esos en quienes la atención en el cuerpo está siempre bien emprendida, esos que no atienden lo que no se debe hacer, los perseverantes en la tarea, los contaminantes de los atentos, de los que comprenden claramente, desaparecen.

294 • Habiendo matado a la madre, al padre y a dos reyes guerreros, habiendo destruido el reino junto con sus súbditos, ileso se va el brahmán³⁸.

295 • Habiendo matado a la madre, al padre y a dos reyes ilustrados, habiendo destruido un mal camino como quinto, ileso se va el brahmán.

296 • Bien despiertos despiertan siempre los discípulos de Gotama, en quienes día y noche, constantemente, existe la atención dirigida al Buddha.

³⁸ En éste y en el siguiente verso, la madre es el deseo, el padre es la vanidad, el reino junto con sus súbditos son las doce bases de los sentidos.

297 • Bien despiertos despiertan siempre los discípulos de Gotama, en quienes día y noche, constantemente, existe la atención dirigida al Dhamma.

298 • Bien despiertos despiertan siempre los discípulos de Gotama, en quienes día y noche, constantemente, existe la atención dirigida al Sangha³⁹.

299 • Bien despiertos despiertan siempre los discípulos de Gotama, en quienes día y noche, constantemente, existe la atención dirigida al cuerpo.

300 • Bien despiertos despiertan siempre los discípulos de Gotama, en quienes día y noche, constantemente, existe la mente regocijada en la inocuidad.

301 • Bien despiertos despiertan siempre los discípulos de Gotama, en quienes día y noche, constantemente, existe la mente regocijada en la meditación.

302 • Difícil es la renuncia; difícil es deleitarse [en la renuncia]; dura, difícil es la vida del hogar; la convivencia con aquellos que son diferentes es sufrimiento; el sufrimiento sobreviene al viajero. Por lo tanto no sea un viajero; no sea uno a quien le sobreviene el sufrimiento.

303 • Cualquier lugar que visita el creyente, el dotado de virtud, poseedor de fama y riqueza, allí mismo es honrado.

304 • Los santos son visibles desde lejos como una montaña nevada. Los malos no son vistos aquí como flechas disparadas en la noche.

305 • Sentado solo, acostado solo, andando activo solo, solo disciplinándose a sí mismo, sería uno que se deleita en la orilla del bosque.

³⁹ Aquí "Sangha" se refiere a los discípulos iluminados del Buddha.

CAPÍTULO XXII

EL INFIERNO



306 • El decididor de falsedades va al infierno y también ése, que habiendo hecho, dice: “No hago”. Estas gentes de acciones viles, ambas, son iguales en el más allá.

307 • Muchos que usan la túnica amarilla hasta el cuello son de mala naturaleza, incontrolados; esos malos, debido a las malas acciones, aparecen en el infierno.

308 • Mejor comer una bola de hierro ardiente como una flama de fuego que el inmoral, el incontrolado, coma la comida de la gente.

309 • Cuatro condiciones encuentra el hombre negligente que se asocia con la esposa de otro: Adquisición de demérito, mal sueño, reproche, la tercera; el infierno, la cuarta.

310 • Adquisición de demérito y un mal destino, un breve placer del atemorizado con la atemorizada, y el rey impone un duro castigo. Por lo tanto, el hombre no debería asociarse con la esposa de otro.

311 • Como la hierba *kusa* mal asida corta la misma mano, así la vida ascética mal agarrada lo arrastra a uno al infierno.

312 • Cualquier acción floja y práctica impura, la vida de la pureza recordada con dudas, nada de esto es muy fructífero.

313 • Si debiera hacer algo, que haga esto; debería esforzarse en esto con firmeza, porque una vida de renunciante laxa esparce mucho polvo.

314 • Mejor es no hacer una mala acción; una mala acción atormenta después. En cambio mejor es hacer una buena acción; habiéndola hecho, no se arrepiente uno.

315 • Como una ciudad fronteriza protegida adentro y afuera, así deberíais protegeros. Que el momento no escape de vosotros, porque aquellos que dejan pasar el momento, se lamentan cuando son consignados al infierno.

316 • Se avergüenzan de lo que no hay que avergonzarse y no se avergüenzan de lo que hay que avergonzarse; aceptando creencias falsas, los seres van a un mal destino.

317 • Ven peligro en donde no hay peligro y no ven peligro en donde hay peligro; aceptando creencias falsas, los seres van a un mal destino.

318 • Ven falta en donde no hay falta y no ven falta en donde hay falta; aceptando creencias falsas, los seres van a un mal destino.

319 • Pero comprendiendo lo que es falta como falta y lo que no es falta como no falta, aceptando creencias correctas, los seres van a un feliz destino.

EL ELEFANTE

etc.

320 • Yo, como elefante en la batalla, [que soporta] la flecha disparada del arco, soportaré el abuso. En verdad, la mayoría de la gente tiene mala moralidad.

321 • Conducen al [animal] domado a donde está la gente, el rey monta al [animal] domado. El domado es el mejor entre los humanos, ese que soporta el abuso.

322 • Excelentes son las mulas domadas, los purasangres del Sindh y los elefantes con colmillos, los grandes elefantes. Mejor que éstos es uno que se ha domado a sí mismo.

323 • En verdad, no por medio de estos vehículos uno irá a la región inalcanzada. Así, domándose bien a sí mismo, el domado, domándose va.

324 • El elefante Dhanapāla, en celo, difícil de controlar, amarrado, no come bocado; el colmilludo recuerda la selva de los elefantes.

325 • Cuando es somnoliento y glotón, dormilón, dando vueltas en el lecho como puerco alimentado con grano, el tardo entra una y otra vez en el vientre.

326 • Anteriormente esta mente anduvo vagando como deseaba, por donde quería, como le placía; hoy la sujetaré correctamente como el naire al elefante en celo.

327 • Deleitaos en la vigilancia, proteged vuestra mente; como un elefante hundido en el lodazal, desenterraos del mal lugar.

328 • Si uno consiguiese a un compañero sagaz con quien andar, un sabio que vive bien, superando todos los peligros, uno debería andar con éste, contento, atento.

329 • Si uno no consiguiese a un compañero sagaz con quien andar, un sabio que vive bien, debería andar solo como el rey que ha abandonado el reino conquistado, como el elefante Mātaāga en la selva.

330 • Es mejor andar solo, no hay compañerismo con el necio. Uno debería andar solo y no hacer males, despreocupado, como el elefante Mātaāga en la selva.

331 • Los amigos son buenos cuando surge la necesidad; bueno es estar satisfecho con cualquier cosa; bueno es el mérito al final de la vida; buena es la remoción de todo el sufrimiento.

332 • Bueno es atender a la madre, bueno también es atender al padre; bueno es atender a los renunciantes, bueno también es atender a los brahmanes.

333 • Buena es la virtud hasta la vejez; buena es la fe establecida; bueno es alcanzar sabiduría; bueno es no hacer males.

CAPÍTULO XXIV

EL DESEO



334 • El deseo del hombre que actúa con negligencia crece como la enredadera *māluvā*⁴⁰. Él brinca de existencia en existencia como un mono buscando fruta en el bosque.

335 • A ése que en el mundo este vil y adherente deseo somete, sus pesares crecen como la hierba *bīrana*⁴¹ cuando ha llovido.

336 • Pero ese que en el mundo somete a este vil deseo, difícil de superar, sus pesares se desprenden como la gota de agua del loto.

337 • Por lo tanto os digo: ¡Buena suerte a todos los aquí congregados! Excavad la raíz del deseo como el buscador de la raíz *usīra* [excava] la hierba *bīrana*. Que Māra no os destruya una y otra vez como la correntada al junco⁴².

338 • Como el árbol, aunque cortado, crece de nuevo cuando la raíz está firme y no está dañada, así, cuando el deseo latente no ha sido aún erradicado, este sufrimiento surge una y otra vez.

339 • En ese que las treinta y seis corrientes⁴³ que fluyen hacia lo placentero son poderosas, a ése de visión incorrecta, los torrentes de pensamientos asociados con la pasión, lo arrastran.

340 • Las corrientes [del deseo] fluyen hacia todo. La enredadera, habiendo nacido, permanece. Viendo a esta enredadera nacer, cortad su raíz con sabiduría.

⁴⁰ Tipo de enredadera parásita que lentamente destruye el árbol en donde crece.

⁴¹ Tipo de hierba que crece rápidamente después de recibir el agua de lluvia.

⁴² *Usīra* es la raíz fragante de la hierba *bīrana* (*Andropogon Muricatum*)

⁴³ Véase nota en el Análisis y Comentario de este verso.

341 • Los placeres de una criatura están expandidos y enacitados. Esos apegados al placer, que buscan lo placentero, esos hombres, en verdad, experimentan nacimiento y vejez.

342 • Las gentes, acosadas por el deseo, corren de lado a lado como una liebre atrapada; amarradas con ataduras y lazos, por mucho tiempo obtienen sufrimiento una y otra vez.

343 • Las gentes, acosadas por el deseo, corren de lado a lado como una liebre atrapada. Por lo tanto, anhelando la no pasión, uno mismo debería descartar el deseo.

344 • Ése sin deseo, aficionado al bosque, liberado del bosque, corre [regresa] a ese mismo bosque. Venid y ved a este individuo; liberado, regresa a la misma sumisión.

345-346 • Los sabios dicen que una cadena de hierro, madera o fibra no es un vínculo fuerte. Dicen los sabios que estar enardecidos con pasión por joyas y ornamentos, y afición por hijos y esposas, es un vínculo fuerte, que arrastra hacia abajo, flojo [pero] difícil de desatar. Pero habiendo cortado éste, aquellos sin afición, abandonando el placer de la sensualidad, del mundo se van.

347 • Aquellos inflamados por la pasión caen de nuevo en la corriente generada por sí mismos como la araña en la red. Pero los sabios, aquellos sin afición, habiendo cortado éste [vínculo], abandonando todo el sufrimiento, se van.

348 • Abandona el pasado, abandona el futuro, abandona el presente; habiendo ido más allá de la existencia, con la mente liberada de todo, no irás de nuevo al nacimiento y la vejez.

349 • El deseo de la criatura perturbada por pensamientos de pasión intensa, que contempla lo placentero, crece mucho. En verdad, éste crea un vínculo fuerte.

350 • Pero ese que se deleita calmando los pensamientos, que siempre medita atento en lo desagradable, ése, en verdad, pondrá un fin [al deseo], ése cortará el vínculo de Māra.

351 • Ha alcanzado el objetivo; sin miedo, sin deseo, sin mácula, ha quitado las espinas de la existencia. Este cuerpo es el último.

352 • Sin deseo, sin agarre, experto en lenguaje y palabras, que comprende la combinación de letras, cuál precede y cuál sigue, éste, en verdad, se llama “uno en el último cuerpo, gran sabio, gran hombre”.

353 • Conquistador de todo, conocedor de todo, yo soy, no contaminado entre todas las cosas. He abandonado todo, estoy liberado por la destrucción del deseo. Habiendo comprendido por mí mismo, ¿a quién debería señalar [como mi maestro]?

354 • El don del Dhamma⁴⁴ supera todo don; el sabor del Dhamma supera todo sabor; el deleite del Dhamma supera todo deleite; la destrucción del deseo supera todo el sufrimiento.

355 • Las riquezas dañan al [hombre] sin inteligencia pero no a los que buscan la otra orilla. Ese sin inteligencia, por el deseo de riquezas, se daña a sí mismo como daña a otros.

356 • Los campos tienen el defecto de la cizaña; esta humanidad, el defecto de la pasión. Por lo tanto, lo dado a aquellos sin pasión produce gran fruto.

357 • Los campos tienen el defecto de la cizaña; esta humanidad, el defecto del odio. Por lo tanto, lo dado a aquellos sin odio produce gran fruto.

358 • Los campos tienen el defecto de la cizaña; esta humanidad, el defecto de la ignorancia. Por lo tanto, lo dado a aquellos sin ignorancia produce gran fruto.

359 • Los campos tienen el defecto de la cizaña; esta humanidad, el defecto del deseo. Por lo tanto, lo dado a aquellos sin deseo produce gran fruto.

⁴⁴ Se refiere a la enseñanza del Buddha.

CAPÍTULO XXV

EL BHIKKHU



360 • Buena es la contención del ojo; buena es la contención del oído; buena es la contención de la nariz; buena es la contención de la lengua.

361 • Buena es la contención del cuerpo; buena es la contención de la palabra; buena es la contención de la mente; buena es la contención en todo. El bhikkhu que se contiene en todo, se libera de todo el sufrimiento.

362 • Ese que controla las manos, que controla los pies, controlado en la palabra; ese que tiene el mejor control, que se regocija en la introspección, sosegado, solitario, contento, a ése llaman bhikkhu.

363 • De ese bhikkhu que controla la boca, que habla sabiamente, que no es orgulloso, y que ilustra tanto el texto como el significado, dulce es su palabra.

364 • Morando en el Dhamma, deleitándose en el Dhamma, ponderando una y otra vez en el Dhamma, recordando el Dhamma, el bhikkhu no se separa del Dhamma verdadero.

365 • Uno no debería despreciar lo que ha obtenido ni andar envidiando lo que los demás han obtenido. El bhikkhu que envidia a otros no alcanza concentración.

366 • No obstante que ha obtenido poco, si un bhikkhu no desprecia lo obtenido, los devas en verdad elogian a este que vive puro y activo.

367 • En ese que no existe “lo mío” con respecto a toda la materia y la mente y que no se lamenta por su inexistencia, ése en verdad se llama “bhikkhu”.

368 • El bhikkhu que mora practicando amor benevolente, complacido en la Enseñanza del Buddha, alcanza el estado de Paz⁴⁵, la felicidad, la pacificación de lo condicionado.

369 • Desagua, bhikkhu, esta nave. Desaguada navegará rápido. Habiendo eliminado la pasión y el odio, después irás al Nibbāna.

370 • Corte cinco, abandone cinco y además desarrolle cinco. El bhikkhu que ha trascendido los cinco vínculos se llama “uno que ha cruzado la correntada”.

371 • Medita bhikkhu; no seas negligente; no deleites tu mente en el canal de la sensualidad. Que el negligente no trague una bola de metal y quemándose solloce: “Esto es sufrimiento”.

372 • No hay absorción en aquel sin sabiduría; no hay sabiduría en aquel sin absorción. Aquel en el que hay absorción y sabiduría está, en verdad, cerca del Nibbāna.

373 • El bhikkhu de mente serena, que ha entrado en una casa vacía y que percibe claramente el Dhamma⁴⁶, experimenta un goce superior al de los humanos.

374 • Cada vez que comprende el surgir y cesar de los agregados, experimenta regocijo y deleite. Para los que comprenden, esto es lo Inmortal.

375 • Aquí, éste es el comienzo para un bhikkhu sabio: Control de las facultades, contentamiento y contención en los Preceptos Fundamentales.

376 • Asíciate con buenos amigos, con modos de vida puros, activos. Que uno sea de conducta amable, de buen comportamiento. Después, experimentando mucho deleite, pondrá un fin al sufrimiento.

⁴⁵ Se refiere al Nibbāna.

⁴⁶ Se refiere a los cinco agregados.

377 • Como el jazmín deja caer las flores marchitas, así bhikkhus, removed el odio y la pasión.

378 • El bhikkhu de cuerpo tranquilo, de lenguaje tranquilo, sereno, bien compuesto, que ha expulsado las tentaciones del mundo, se llama “pacífico”.

379 • Exhórtate a ti mismo; examínate a ti mismo. Protegido por ti mismo, atento, vivirás en paz, bhikkhu.

380 • Uno mismo es realmente el protector de uno mismo. ¿Qué otro protector habría? Uno mismo es realmente el refugio de uno mismo. Por lo tanto, refrénate a ti mismo como un mercader refrena a un buen caballo.

381 • El bhikkhu que experimenta mucho deleite, complacido en la Enseñanza del Buddha, alcanza el estado de Paz, la felicidad, la pacificación de lo condicionado.

382 • El bhikkhu joven consagrado a la Enseñanza del Buddha, ése ilumina este mundo como la luna liberada de la nube.

CAPÍTULO XXVI

EL BRAHMÁN

etc.

383 • Esforzándote, brahmán, corta la corriente, expulsa los deseos. Habiendo comprendido la extinción de lo condicionado, brahmán, eres uno que conoce lo Increado.

384 • Después que el brahmán ha trascendido las dos cosas⁴⁷, todas las ligaduras de ése que comprende, cesan.

385 • Para ése no existe el otro lado, ni este lado, ni ambos lados; a ése sin aficción, desuncido, yo llamo un brahmán.

386 • Ése que medita, sin mancha, sentado solitario, sin contaminantes, que ha hecho su tarea, que ha alcanzado el máximo objetivo, a ése yo llamo un brahmán.

387 • Durante el día resplandece el sol, en la noche brilla la luna. En su armadura resplandece el guerrero, meditando resplandece el brahmán. Pero el Buddha, en todo el día y la noche, resplandece por su poder.

388 • Porque ha expelido el mal es un brahmán; porque vive en paz se llama asceta. Removiendo su propia impureza, por esto se llama renunciante.

389 • Un brahmán no debería golpear a un brahmán ni debería soltar [odio] hacia él. ¡Infortunio al que mata a un brahmán! ¡Y también infortunio al que suelta odio hacia él!

390 • Cuando la mente se contiene de lo placentero, esto no es de poco beneficio para el brahmán. Cada vez que la intención de hacer daño cesa, sólo entonces, realmente se apacigua el sufrimiento.

⁴⁷ Se refiere a la meditación de tranquilidad y la meditación de introspección.

391 • Ése que no hace el mal con el cuerpo, con la palabra y con la mente, contenido en tres lugares, a ése yo llamo un brahmán.

392 • De ése que uno aprende la Doctrina enseñada por el Completamente Iluminado, a ése uno debería reverenciar respetuosamente como un brahmán reverencia el fuego del sacrificio.

393 • No por las trenzas, ni por el clan, ni por el nacimiento, uno es un brahmán. En ése que hay veracidad y Dhamma, ése es puro y ése es un brahmán.

394 • ¿Cuál es el propósito de tus trenzas, hombre necio? ¿Cuál el de tu vestimenta de venado? Hay una jungla dentro de ti y tú ornamentas afuera.

395 • El ser que usa trapos polvorientos, enjuto, con venas protuberantes, meditando solo en el bosque, a ése yo llamo un brahmán.

396 • Yo no llamo brahmán al que fue generado en el vientre, nacido de una madre [brahmán]. Ése, si tiene algo⁴⁸, [simplemente] es uno que dice “bho”. Al que no tiene nada, sin apegos, a ése yo llamo un brahmán.

397 • Habiendo cortado toda atadura, ése que realmente no tiembla, que ha trascendido todos los vínculos, desuncido, a ése yo llamo un brahmán.

398 • Ése que ha cortado la cincha y la correa, la rienda con el freno, que ha quitado la tranca, que ha comprendido, a ése yo llamo un brahmán.

399 • Ése que sin odio tolera el insulto y la prisión y el castigo, que posee el poder de la paciencia que tiene la fortaleza de un ejército, a ése yo llamo un brahmán.

⁴⁸ Se refiere a las obstrucciones o impurezas mentales que obstruyen el camino a la iluminación.

400 • Ése que carece de odio, que observa la práctica, virtuoso, sin preponderancia, controlado y que está en su último cuerpo, a ése llamo yo un brahmán.

401 • Como el agua en la hoja del loto, como una semilla de mostaza en la punta de una lezna, ése que no se adhiere a la sensualidad, a ése yo llamo un brahmán.

402 • Ése que aquí mismo comprende la cesación de su propio sufrimiento, que ha descargado el peso, desuncido, a ése yo llamo un brahmán.

403 • Ése de profunda sabiduría, sabio, experto en el sendero correcto y el sendero incorrecto, que ha alcanzado el máximo objetivo, a ése yo llamo un brahmán.

404 • Ése que no se asocia con laicos, con renunciantes o con ambos, viviendo sin casa, deseando poco, a ése yo llamo un brahmán.

405 • Ése, que habiendo abandonado la violencia hacia los seres, débiles y fuertes, no mata ni hace matar, a ése yo llamo un brahmán.

406 • Sin hostilidad entre los hostiles, pacífico entre los violentos, no aferrado entre los que se aferran, a ése yo llamo un brahmán.

407 • En ése que la pasión, el odio, la vanidad y la ingratitud han caído como una semilla de mostaza de la punta de una lezna, a ése yo llamo un brahmán.

408 • Ése que profiere lenguaje amable, instructivo, veraz, y que por medio de éste no ofende a nadie, a ése yo llamo un brahmán.

409 • Ése que aquí en este mundo no toma lo que no ha sido dado, largo o corto, pequeño o grande, agradable o desagradable, a ése yo llamo un brahmán.

410 • En ése que no existen anhelos por este mundo ni por el otro, sin deseo, desuncido, a ése yo llamo un brahmán.

411 • En ése que no existen anhelos, que ha comprendido, sin duda, inmerso en lo Inmortal, realizado, a ése yo llamo un brahmán.

412 • Ése que aquí ha trascendido ambos, el bien y el mal, que ha trascendido el vínculo, sin pesar, sin mancha, puro, a ése yo llamo un brahmán.

413 • Ése que es inmaculado como la luna, puro, sereno, inalterado, que ha destruido el deseo por la existencia, a ése yo llamo un brahmán.

414 • Ése que atravesó este pantano, el camino difícil, el ciclo, la ignorancia; que meditando cruzó a la otra orilla, sin anhelo, sin duda, sin adherencia, pacífico, a ése yo llamo un brahmán.

415 • Ése que aquí, habiendo abandonado las sensualidades, sin casa anduviera, que ha extinguido la sensualidad y la existencia, a ése yo llamo un brahmán.

416 • Ése que aquí, habiendo abandonado el deseo, sin casa anduviera, que ha extinguido el deseo y la existencia, a ése yo llamo un brahmán.

417 • Ése que habiendo abandonado la ligadura humana, ha trascendido la ligadura divina, desuncido de todas las ligaduras, a ése yo llamo un brahmán.

418 • Ése que ha abandonado la satisfacción y la insatisfacción, sereno⁴⁹, sin impureza, el héroe que ha conquistado todo el mundo, a ése yo llamo un brahmán.

⁴⁹ La voz "sītabhūta" significa, literalmente, "siendo frío". Dado que esta expresión en nuestra lengua tiene la connotación de "indiferente", "insensible", y no de ecuanimidad, se ha decidido traducir esta voz como "sereno".

419 • Ése que en todos los modos conoce la muerte y el nacimiento de los seres, no apegado, bien-ido, que ha comprendido, a ése yo llamo un brahmán.

420 • Ni los devas ni los *Gandhabbas* ni los humanos conocen el destino de ese que ha extinguido los contaminantes, el Arahant; a ése yo llamo un brahmán.

421 • En ése que no hay nada antes, después y en el medio, sin nada, sin agarre, a ése yo llamo un brahmán.

422 • Ése que es como un toro, excelente, heroico, muy sabio, conquistador, sin anhelo, limpio, que ha comprendido, a ése yo llamo un brahmán.

423 • Ése que conoce las vidas pasadas y los cielos y los infiernos y que ha alcanzado la cesación de los nacimientos; el sabio perfecto en conocimiento, que ha logrado todo, a ése yo llamo un brahmán.

Apéndice 2-

Majjhima Nikaya 10

Satipatthana Sutta

Los fundamentos de la atención plena

(Download de

<https://suttacentral.net/mn10/es/baron?lang=en&reference=none&highlight=false>
se en 23/10/2023. Consulte los términos de la licencia en el Apéndice 3.)

*Majjhīma Nīkaya 10**Satīpatthana Sutta**Discurso sobre los establecimientos de la atención
Consciente**Escenario y ocho logros*

Esto he escuchado: En una ocasión, el Bienaventurado estaba morando entre los kurus, donde había uno de sus pueblos de nombre Kammāsaddhamma. Estando allí el Bienaventurado se dirigió a los monjes con estas palabras: “Monjes”.—“Venerable Señor”, contestaron los monjes y el Bienaventurado continuó:

Indicación

“Monjes, este es el camino directo para la purificación de los seres, para la superación de la pena y las lamentaciones, para la desaparición del dolor y de la aflicción, para alcanzar el recto sendero, para la realización del Nibbana, es decir, los cuatro establecimientos de la atención consciente.

“¿Cuáles son esos cuatro? He aquí, monjes, el monje mora contemplando el cuerpo como cuerpo, ardiente, plenamente atento y consciente, habiendo dejado atrás la codicia y la aflicción por el mundo. Él mora contemplando las sensaciones como sensaciones, ardiente, plenamente atento y consciente, habiendo dejado atrás la codicia y la aflicción por el mundo. Él mora contemplando la mente como mente, ardiente, plenamente atento

y consciente, habiendo dejado atrás la codicia y la aflicción por el mundo. Él mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales, ardiente, plenamente atento y consciente, habiendo dejado atrás la codicia y la aflicción por el mundo.

Contemplación del cuerpo

Kayanupassanaanapanapabba—Sección con la contemplación del cuerpo a través de inhalación y exhalación

“Y ¿cómo, monjes, el monje mora contemplando el cuerpo como cuerpo? He aquí, monjes, el monje va al bosque, al pie de un árbol o a una choza vacía y se sienta; habiendo cruzado las piernas, pone su cuerpo erguido y establece su atención consciente enfrente. Siempre conscientemente atento inhala y conscientemente atento exhala. Cuando hace una inhalación larga, entiende: ‘mi inhalación es larga’; o cuando hace una exhalación larga, entiende: ‘mi exhalación es larga’. Cuando hace una inhalación corta, entiende: ‘mi inhalación es corta’; o cuando hace una exhalación corta, entiende: ‘mi exhalación es corta’. Y se entrena así: ‘Voy a inhalar experimentando el cuerpo entero’; y se entrena así: ‘Voy a exhalar experimentando el cuerpo entero’. Y se entrena así: ‘Voy a inhalar calmando las formaciones corporales’; y se entrena así: ‘Voy a exhalar calmando las formaciones corporales’. Al igual que un hábil tornero o su aprendiz, al hacer un gran giro entiende: ‘estoy haciendo un giro grande’; o al hacer un giro pequeño entiende: ‘estoy haciendo un giro pequeño’, de la misma manera, monjes, el monje, cuando hace una inhalación larga, entiende: ‘mi inhalación es larga’... y se entrena así: ‘Voy a exhalar calmando las formaciones corporales’.

“De esta manera mora contemplando el cuerpo como cuerpo internamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo externamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo de

ambas formas: interna y externamente. Mora contemplando la naturaleza del surgimiento en el cuerpo, o mora contemplando la naturaleza del cese en el cuerpo, o mora contemplando ambas cosas: la naturaleza del surgimiento y la naturaleza del cese en el cuerpo. O, estando consciente de que ‘he aquí el cuerpo’, simplemente se establece en él en la medida necesaria para un conocimiento descubierto y la atención consciente. Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así, monjes, cómo el monje mora contemplando el cuerpo como cuerpo.

Kayanupassanairiyapathapabba— Sección con la contemplación del cuerpo a través de las cuatro posturas

“Además, monjes, cuando el monje camina, entiende: ‘estoy caminando’; cuando está de pie, entiende: ‘estoy de pie’; cuando está sentado, entiende: ‘estoy sentado’; cuando se recuesta, entiende: ‘estoy recostado’; o entiende cualquier otra postura que asume su cuerpo.

“De esta manera mora contemplando el cuerpo como cuerpo internamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo externamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo de ambas formas: interna y externamente... Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así también, monjes, cómo el monje mora contemplando el cuerpo como cuerpo.

Kayanupassanasampajanapabba—Sección con la contemplación del cuerpo a través del discernimiento

“Además, monjes, el monje es uno que actúa con discernimiento cuando camina hacia adelante y cuando retorna; que actúa con discernimiento cuando mira hacia adelante y cuando mira hacia

otro lado; que actúa con discernimiento cuando recoge y cuando extiende sus miembros; que actúa con discernimiento cuando viste su hábito y cuando lleva su hábito exterior y el cuenco; que actúa con discernimiento cuando come, bebe, mastica y saborea; que actúa con discernimiento cuando camina, está de pie, cuando se sienta o se acuesta a dormir, cuando se despierta, cuando habla o cuando permanece en silencio.

“De esta manera mora contemplando el cuerpo como cuerpo internamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo externamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo de ambas formas: interna y externamente... Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así también, monjes, cómo el monje mora contemplando el cuerpo como cuerpo.

Kayanupassanapatikulamanasikarapabba—Sección con la contemplación del cuerpo a través de la repugnancia de sus partes

“Además, monjes, el monje revisa este mismo cuerpo desde la planta de los pies hacia arriba y desde la punta de la coronilla hacia abajo, envuelto en piel y lleno de diferentes clases de impurezas, de esta manera: ‘He aquí que en este cuerpo hay cabellos, vellos, uñas, dientes, piel, carne, tendones, huesos, médula ósea, riñones, corazón, hígado, membrana, bazo, pulmones, intestinos, mesenterio, comida no digerida, excremento, bilis, flema, pus, sangre, sudor, grasa, lágrimas, linfa, saliva, moco, sinovia y orín’. Al igual que un saco de provisiones con la abertura en ambos extremos, lleno de diversas clases de grano, tales como el arroz de la colina, arroz rojo, frijoles, guisantes, mijo y arroz blanco, estuviera siendo examinando por un hombre con buena vista de esta manera: ‘este es el arroz de la colina, arroz rojo, frijoles, guisantes, mijo y arroz blanco’; de la misma manera, monjes, el

monje revisa este mismo cuerpo... lleno de diferentes clases de impurezas de esta manera: ‘He aquí que en este cuerpo hay cabellos, vellos, uñas, dientes, piel, carne, tendones, huesos, médula ósea, riñones, corazón, hígado, membrana, bazo, pulmones, intestinos, mesenterio, comida no digerida, excremento, bilis, flema, pus, sangre, sudor, grasa, lágrimas, linfa, saliva, moco, sinovia y orín’.

“De esta manera mora contemplando el cuerpo como cuerpo internamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo externamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo de ambas formas: interna y externamente... Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así también, monjes, cómo el monje mora contemplando el cuerpo como cuerpo.

Kayanupassanadhatumanasikarapabba—Sección con la contemplación del cuerpo a través de los elementos

“Además, monjes, el monje revisa este mismo cuerpo, en cualquier lugar o posición en que se encuentre, como consistente en los elementos de esta manera: ‘He aquí, en este cuerpo están: el elemento de la tierra, el elemento del agua, el elemento del fuego y el elemento del aire’. Al igual que un hábil carnicero o su aprendiz, que mata a una vaca y, dividiéndola en partes, se sienta con ellas en el cruce de los caminos, de la misma manera el monje revisa este mismo cuerpo, en cualquier lugar o posición en que se encuentre, como consistente en los elementos de esta manera: ‘He aquí, en este cuerpo están: el elemento de la tierra, el elemento del agua, el elemento del fuego y el elemento del aire’.

“De esta manera mora contemplando el cuerpo como cuerpo internamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo externamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo de ambas formas: interna y externamente... Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así también, monjes, cómo el monje mora contemplando el cuerpo como cuerpo.

Kayanupassanananavasivathikarapabba—Sección con las nueve formas de contemplación del cuerpo en el cementerio

“Además, monjes, el monje compara este mismo cuerpo con el cuerpo arrojado al suelo del cementerio, muerto desde hace un día, o dos días, o tres días; hinchado, lívido y putrefacto de esta manera: ‘Este cuerpo mío tiene la misma naturaleza, alguna vez será igual a aquel cuerpo y no está exento de este destino’ (1).

“De esta manera mora contemplando el cuerpo como cuerpo internamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo externamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo de ambas formas: interna y externamente... Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así también, monjes, cómo el monje mora contemplando el cuerpo como cuerpo.

“Además, monjes, el monje compara este mismo cuerpo con el cuerpo arrojado al suelo del cementerio devorado por los cuervos, halcones, buitres, perros, chacales o por las distintas clases de gusanos de esta manera: ‘Este cuerpo mío tiene la misma naturaleza, alguna vez será igual a aquel cuerpo y no está exento de este destino’.

”...Es así también, monjes, cómo el monje mora contemplando el cuerpo como cuerpo (2).

“Además, monjes, el monje compara este mismo cuerpo con el cuerpo arrojado al suelo del cementerio, reducido a un esqueleto con algo de carne y sangre, unido tan sólo por los tendones... (3) ...reducido a un esqueleto sin carne y manchado por sangre, unido tan solo por los tendones... (4) ...reducido a un esqueleto sin carne ni sangre, unido tan sólo por los tendones... (5) ...reducido a huesos sueltos esparcidos en todas direcciones—aquí el hueso de la mano, allí el hueso del pie, aquí la espina dorsal, allí el hueso del muslo, aquí la pelvis, allí el hueso de la espalda, aquí el hueso del brazo, allí el hueso del hombro, aquí el hueso del cuello, allí la mandíbula, aquí el diente, allí el cráneo- de esta manera: ‘Este cuerpo mío tiene la misma naturaleza, alguna vez será igual a aquel cuerpo y no está exento de este destino’.

”...Es así también, monjes, cómo el monje mora contemplando el cuerpo como cuerpo (6).

“Además, monjes, el monje compara este mismo cuerpo con el cuerpo arrojado al suelo del cementerio reducido a huesos blanqueados, de color blanco como el de una concha... (7) ...reducido a huesos amontonados de más de un año... (8) ...reducido a huesos rotos y desmoronados y hechos polvo,—de esta manera: ‘Este cuerpo mío tiene la misma naturaleza, alguna vez será igual a aquel cuerpo y no está exento de este destino’.

“De esta manera mora contemplando el cuerpo como cuerpo internamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo externamente, o mora contemplando el cuerpo como cuerpo de

ambas formas: interna y externamente. Mora contemplando la naturaleza del surgimiento en el cuerpo, o mora contemplando la naturaleza del cese en el cuerpo, o mora contemplando ambas cosas: la naturaleza del surgimiento y la naturaleza del cese en el cuerpo. O, siendo consciente de que 'he aquí el cuerpo', simplemente se establece en él en la medida necesaria para un conocimiento descubierto y la atención consciente. Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así también, monjes, cómo el monje mora contemplando el cuerpo como cuerpo.

Contemplación de las sensaciones

“Y ¿cómo, monjes, el monje mora contemplando las sensaciones como sensaciones? He aquí, monjes, cuando el monje siente una sensación agradable, entiende así: ‘siento una sensación agradable’; cuando siente una sensación dolorosa, entiende así: ‘siento una sensación dolorosa’; cuando siente una sensación que no es agradable ni dolorosa, entiende así: ‘siento una sensación que no es agradable ni dolorosa’. Cuando siente una sensación agradable mundana, entiende así: ‘siento una sensación agradable mundana’; cuando siente una sensación agradable espiritual, entiende así: ‘siento una sensación agradable espiritual’; cuando siente una sensación dolorosa mundana, entiende así: ‘siento una sensación dolorosa mundana’; cuando siente una sensación dolorosa espiritual, sabe: ‘siento una sensación dolorosa espiritual’; cuando siente una sensación mundana que no es dolorosa ni agradable, entiende así: ‘siento una sensación mundana que no es dolorosa ni agradable’; cuando siente una sensación espiritual que no es dolorosa ni agradable, entiende así: ‘siento una sensación espiritual que no es dolorosa ni agradable’.

“De esta manera mora contemplando las sensaciones como sensaciones internamente, o mora contemplando las sensaciones como sensaciones externamente, o mora contemplando las sensaciones como sensaciones de ambas formas: interna y externamente. Mora contemplando la naturaleza del surgimiento en las sensaciones, o mora contemplando la naturaleza del cese en las sensaciones, o mora contemplando ambas cosas: la naturaleza del surgimiento y la naturaleza del cese en las sensaciones. O, siendo consciente de que ‘he aquí las sensaciones’, simplemente se establece en ellas en la medida necesaria para un conocimiento descubierto y la atención consciente. Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así, monjes, cómo el monje mora contemplando las sensaciones como sensaciones.

Contemplación de la mente

“Y, ¿cómo, monjes, el monje mora contemplando la mente como mente? He aquí, monjes, el monje entiende la mente afectada por la lujuria, como mente afectada por la lujuria y la mente no afectada por la lujuria, como mente no afectada por la lujuria. Él entiende la mente afectada por el odio como mente afectada por el odio y la mente no afectada por el odio como mente no afectada por el odio. Él entiende la mente afectada por la falsa ilusión como mente afectada por la falsa ilusión y la mente no afectada por la falsa ilusión como mente no afectada por la falsa ilusión. Él entiende la mente contraída como mente contraída y la mente distraída como mente distraída. Él entiende la mente exaltada como mente exaltada y la mente no exaltada como mente no exaltada. Él entiende la mente superada como mente superada y la mente no superada como mente no superada. Él entiende la mente concentrada como mente concentrada y la mente desconcentrada como mente desconcentrada. Él entiende la mente liberada como mente liberada y la mente no liberada como mente no liberada.

“De esta manera mora contemplando la mente como mente internamente, o mora contemplando la mente como mente externamente, o mora contemplando la mente como mente de ambas formas: interna y externamente. Mora contemplando la naturaleza del surgimiento en la mente, o mora contemplando la naturaleza del cese en la mente, o mora contemplando ambas cosas: la naturaleza del surgimiento y la naturaleza del cese en la mente. O, siendo consciente de que ‘he aquí la mente’, simplemente se establece en ella en la medida necesaria para un conocimiento descubierto y la atención consciente. Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así, monjes, como el monje mora contemplando la mente como mente.

Contemplación de los objetos mentales

“Y ¿cómo, monjes, el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales?

Dhammanupassananivarapabba—Sección con la contemplación de los objetos mentales a través de los cinco obstáculos

“He aquí, monjes, el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales en términos de los cinco obstáculos. Y ¿cómo, monjes, el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales en términos de los cinco obstáculos? He aquí, monjes, cuando hay un deseo sensual en el monje, él entiende así: ‘hay un deseo sensual en mí’; o cuando no hay deseo sensual en él, entiende así: ‘no hay deseo sensual en mí’. Y también entiende cómo llega a ser el surgimiento del deseo sensual no surgido, y entiende cómo llega a ser el abandono del deseo sensual surgido, y entiende cómo llega a ser el futuro no surgimiento del deseo sensual abandonado (1).

“Además, monjes, cuando hay animadversión en el monje (2)... indolencia y letargo (3)... preocupación y remordimiento (4)... la duda en el monje, entiende así: ‘hay duda en mí’; o cuando no hay duda en él, entiende así: ‘no hay duda en mí’. Y también entiende cómo llega a ser el surgimiento de la duda no surgida, y entiende cómo llega a ser el abandono de la duda surgida, y entiende cómo llega a ser el futuro no surgimiento de la duda abandonada (5).

“De esta manera mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales internamente, o mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales externamente, o mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales de ambas formas: interna y externamente. Mora contemplando la naturaleza del surgimiento en los objetos mentales, o mora contemplando la naturaleza del cese en los objetos mentales, o mora contemplando ambas cosas: la naturaleza del surgimiento y la naturaleza del cese en los objetos mentales. O, siendo consciente de que ‘he aquí los objetos mentales’, simplemente se establece en ellos en la medida necesaria para un conocimiento descubierto y la atención consciente. Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así, monjes, cómo el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales en términos de los cinco obstáculos.

Dhammanupassanakhandhapabba—Sección con la contemplación de los objetos mentales a través de los cinco cúmulos

“Además, monjes, el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales en términos de los cinco cúmulos del apego. Y, ¿cómo, monjes, el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales en términos de los cinco cúmulos del apego? He aquí, monjes, el monje entiende esto: ‘Ésta

es la forma material, éste es su origen y ésta es su desaparición; ésta es la sensación, éste es su origen y ésta es su desaparición; ésta es la percepción, éste es su origen y ésta es su desaparición; éstas son las formaciones, éste es su origen y ésta es su desaparición; éstos son los estados de conciencia, éste es su origen y ésta es su desaparición’.

“De esta manera mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales internamente, o mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales externamente, o mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales de ambas formas: interna y externamente... Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así, monjes, cómo el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales en términos de los cinco cúmulos.

Dhammanupassanaayatanapabba—Sección con la contemplación de los objetos mentales a través de las bases de los sentidos

“Además, monjes, el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales en términos de las seis bases internas y externas de los sentidos. Y ¿cómo, monjes, el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales en términos de las seis bases internas y externas de los sentidos? He aquí, monjes, el monje entiende el ojo, entiende las formas y entiende la atadura que surge dependiendo de ambos; además, entiende también cómo llega a ser el surgimiento de la atadura no surgida, cómo llega a ser el abandono de la atadura surgida y cómo llega a ser el futuro no surgimiento de la atadura abandonada.

“Además, monjes, el monje entiende el oído, entiende los sonidos... entiende la nariz, entiende los olores... entiende la

lengua, entiende los sabores... entiende el cuerpo, entiende las sensaciones táctiles... entiende la mente, entiende los objetos mentales y entiende la atadura que surge dependiendo de ambos; además, entiende también cómo llega a ser el surgimiento de la atadura no surgida, cómo llega a ser el abandono de la atadura surgida y cómo llega a ser el futuro no surgimiento de la atadura abandonada.

“De esta manera él mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales internamente, o mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales externamente, o mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales de ambas formas: interna y externamente... Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así, monjes, cómo el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales en términos de las seis bases internas y externas de los sentidos.

Dhammanupassanabojjhangapabba—Sección con la contemplación de los objetos mentales a través de los factores del despertar

“Además, monjes, el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales en términos de los siete factores del despertar. Y ¿cómo, monjes, el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales en términos de los siete factores del despertar? He aquí, monjes, estando el factor del despertar de la atención consciente presente en él, el monje entiende esto: ‘he aquí que el factor del despertar de la atención consciente está presente en mí’; o, estando el factor del despertar de la atención consciente ausente en él, el monje entiende esto: ‘he aquí que el factor del despertar de la atención consciente está ausente en mí’; además, entiende también cómo llega a ser el

surgimiento del factor del despertar de la atención consciente surgido y cómo el factor del despertar de la atención consciente surgido llega a su pleno desarrollo.

“Además, monjes, estando el factor del despertar de la investigación de los estados presente en él... estando el factor del despertar de la energía presente en él... estando el factor del despertar del arrobamiento presente en él... estando el factor del despertar de la tranquilidad presente en él... estando el factor del despertar de la concentración presente en él... estando el factor del despertar de la ecuanimidad presente en él, el monje entiende esto: ‘he aquí que el factor del despertar de la ecuanimidad está presente en mí’; o, estando el factor del despertar de la ecuanimidad ausente en él, el monje entiende esto: ‘he aquí que el factor del despertar de la ecuanimidad está ausente en mí’; además, entiende también cómo llega a ser el surgimiento del factor del despertar de la ecuanimidad surgido y cómo el factor del despertar de la ecuanimidad surgido llega a su pleno desarrollo.

“De esta manera él mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales internamente, o mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales externamente, o mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales de ambas formas: interna y externamente... Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así, monjes, cómo el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales en términos de los siete factores del despertar.

Dhammanupassanasaccapabba—Sección con la contemplación de los objetos mentales a través de las Verdades

“Además, monjes, el monje mora contemplando los objetos mentales en los objetos mentales en términos de las Cuatro Nobles Verdades. Y ¿cómo, monjes, el monje mora contemplando los objetos mentales en los objetos mentales en términos de las Cuatro Nobles Verdades? He aquí, monjes, el monje entiende tal como realmente es: ‘este es el sufrimiento’; entiende tal como realmente es: ‘este es el origen del sufrimiento’; entiende tal como realmente es: ‘este es el cese del sufrimiento’ y entiende tal como realmente es: ‘este es el sendero que conduce al cese del sufrimiento’.

“De esta manera mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales internamente, o mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales externamente, o mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales de ambas formas: interna y externamente. Mora contemplando la naturaleza del surgimiento en los objetos mentales, o mora contemplando la naturaleza del cese en los objetos mentales, o mora contemplando ambas cosas: la naturaleza del surgimiento y la naturaleza del cese en los objetos mentales. O, siendo consciente de que ‘he aquí los objetos mentales’, simplemente se establece en ellos en la medida necesaria para un conocimiento descubierto y la atención consciente. Y mora con independencia, no apegado a nada en el mundo. Es así, monjes, cómo el monje mora contemplando los objetos mentales como objetos mentales en términos de las Cuatro Nobles Verdades.

“Monjes, cualquiera que desarrollase estos cuatro establecimientos de la atención consciente de esta manera durante siete años, podría esperar uno de estos dos frutos: el conocimiento final aquí y ahora o, si aún quedara rastro del apego alguno, el no-retorno.

“Aún si no fueran siete años, monjes. Cualquiera que desarrollase estos cuatro establecimientos de la atención consciente de esta manera durante seis años... cinco años... cuatro años... tres años... dos años... un año, podría esperar uno de estos dos frutos: el conocimiento final aquí y ahora o, si aún quedara rastro del apego alguno, el no-retorno.

“Aún si no fuera un año, monjes. Cualquiera que desarrollase estos cuatro establecimientos de la atención consciente de esta manera durante los siete meses... seis meses... cinco meses... cuatro meses... tres meses... dos meses... un mes... la mitad del mes, podría esperar uno de estos dos frutos: el conocimiento final aquí y ahora o, si aún quedara rastro del apego alguno, el no-retorno.

“Aún si no fuera la mitad del mes, monjes. Cualquiera que desarrollase estos cuatro establecimientos de la atención consciente de esta manera durante siete días, podría esperar uno de estos dos frutos: el conocimiento final aquí y ahora o, si aún quedara rastro de apego alguno, el no-retorno.

“Y fue con referencia a esto que se ha dicho: ‘Monjes, este es el camino directo para la purificación de los seres, para la superación de la pena y las lamentaciones, para la desaparición del dolor y de la aflicción, para alcanzar el recto sendero, para la realización del Nibbana, es decir, los cuatro establecimientos de la atención consciente’”.

Esto fue lo que dijo el Bienaventurado y los monjes fueron satisfechos y se deleitaron en las palabras del Bienaventurado.

Apéndice 3

Notas de derechos de autor

EN

MN 141

PTS: [M iii 248](#)

Saccavibhanga Sutta: An Analysis of the Truths translated from the Pali by

Thanissaro Bhikkhu © 2005

Alternate translation: [Piyadassi](#)

©2005 Thanissaro Bhikkhu.

The text of this page ("Saccavibhanga Sutta: An Analysis of the Truths", by Thanissaro Bhikkhu) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](#). To view a copy of the license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>. Documents linked from this page may be subject to other restrictions. Transcribed from a file provided by the translator. Last revised for Access to Insight on 30 November 2013.

Sn 1.8 PTS: Sn 143-152

Karaniya Metta Sutta:

The Buddha's Words on Loving-Kindness

translated from the Pali by The Amaravati Sangha © 2004

Alternate translations: Ñanamoli | Buddharakkhita | Piyadassi |

Thanissaro This sutta also

©1994 English Sangha Trust. You may copy, reformat, reprint, republish, and redistribute this work in any medium whatsoever, provided that: (1) you only make such copies, etc. available *free of charge*; (2) you clearly indicate that any derivatives of this work (including translations) are derived from this source document; and (3) you include the full text of this license in any copies or derivatives of this work.

Otherwise, all rights reserved. Documents linked from this page may be subject to other restrictions. From *Chanting Book: Morning and Evening Puja and Reflections* (Hemel Hempstead: Amaravati Publications, 1994). Used with permission of the English Sangha Trust, Ltd. Last revised for Access to Insight on 2 November 2013.

How to cite this document (a suggested style): "Karaniya Metta Sutta: The Buddha's Words on Loving-Kindness" (Sn 1.8), translated from the Pali by The Amaravati Sangha. *Access to Insight (BCBS Edition)*, 2 November 2013, <http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/kn/snp/snp.1.08.amar.html> .

The Dhammapada: The Buddha's Path of Wisdom

Translated from the Pali by Acharya Buddharakkhita
Introduction by Bhikkhu Bodhi
Copyright © 1985,


Buddhist Publication Society Kandy, Sri Lanka For free distribution only. You may print copies of this work for your personal use. You may re-format and redistribute this work for use on computers and computer networks, provided that you charge no fees for its distribution or use. Otherwise, all rights reserved.

DN 22
PTS: D ii 290

Maha-satipatthana Sutta:

The Great Frames of Reference
translated from the Pali by
Thanissaro Bhikkhu
© 2000

Alternate translation: Burma Pitaka Assn.

The updated version is freely available at  dhammadownload.com

©2000 Thanissaro Bhikkhu. The text of this page ("Maha-satipatthana Sutta: The Great Frames of Reference", by Thanissaro Bhikkhu) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). To view a copy of the license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>. Documents linked from this

page may be subject to other restrictions. Transcribed from a file provided by the translator. Last revised for Access to Insight on 30 November 2013.

How to cite this document (a suggested style): "Maha-satipatthana Sutta: The Great Frames of Reference" (DN 22), translated from the Pali by Thanissaro Bhikkhu. *Access to Insight (BCBS Edition)*, 30 November 2013, <http://www.accesstoinight.org/tipitaka/dn/dn.22.0.than.html> . Retrieved from

<https://www.dhammadata.org/suttas/DN/DN22.html>. On Mar.12, 2021)



ID de la imagen: 2A2CCYX

Detalles de la imagen

Título de la imagen	La rueda del Dharma o dharmachakra, enseñar y caminar el camino del Nirvana
Créditos	Natalia Andreychenko / Vector de stock de Alamy

Detalles de licencia

Tamaño	Libre de derechos - JPEG y vector
	71,5 MB (3,1 MB comprimido)

FR

MN 141 PTS: M iii 248
Saccavibhanga Sutta: An Analysis of the Truths
translated from the Pali by
Thanissaro Bhikkhu
 © 2005
Alternate translation: Piyadassi

©2005 Thanissaro Bhikkhu. The text of this page ("Saccavibhanga Sutta: An Analysis of the Truths", by Thanissaro Bhikkhu) is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License. To view a copy of the license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>. Documents linked from this page may be subject to other restrictions. Transcribed from a file provided by the translator. Last revised for Access to Insight on 30 November 2013.

How to cite this document (a suggested style): "Saccavibhanga Sutta: An Analysis of the Truths" (MN 141), translated from the

**Pali by Thanissaro Bhikkhu. Access to Insight (BCBS Edition), 30
November 2013,
<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/mn/mn.141.than.html>**

Sutta Nipata 1.8

Karaniya Mettā Sutta

Hymne de l'amour universel
(Traduit par Jeanne Schut <http://www.dhammadelaforet.org/> -
28/04/2023)
Siddhartha Gautama, le Bouddha.

Les traductions proposées sur ce site sont libres de droits, pour diffusion non-commerciale exclusivement. Toute reprise d'un texte doit mentionner, de façon claire, la source de celui-ci. Ce site s'attache à respecter les principes de la Tradition de la Forêt et ne saurait cautionner les sites et lieux de pratique qui ne suivraient pas ces principes.

Le Dhammapada Le Dhamma de la Forêt

La version établie à partir de la traduction du pali vers l'anglais du
Vénérable Maha Thera Narada .<http://www.dhammadelaforet.org/>
29/04/2023

INFORMATIONS CONCERNANT LE SITE

Les traductions proposées sur ce site sont libres de droits, pour diffusion non-commerciale exclusivement. Toute reprise d'un texte doit mentionner, de façon claire, la source de celui-ci. Ce site s'attache à respecter les principes de la Tradition de la Forêt et ne saurait cautionner les sites et lieux de pratique qui ne suivraient pas ces principes.

Le projet du site
Monastères, centres et sites (français et anglais)
Flux rss Flux RSS - nouveaux textes publiés.
Pour nous contacter, adressez vos messages à :
dhammadelaforet@yahoo.fr

Majjhima Nikaya 10

Satipatthana Sutta

Les fondamentaux de la pleine conscience
 DN 22 Mahāsatipaṭṭhāna Sutta
 Le grand discours sur l'établissement de l'attention

Traduction proposée par Rémy, sur la base du travail effectué par Thanissaro Bhikkhu, le VRI, et "Middle length discourses of the Buddha" de Bhikkhu Ñāṇamoli et Bhikkhu Bodhi. Publié comme un don du Dhamma, pour être distribué librement, à des fins non lucratives. Toute réutilisation de ce contenu doit citer ses sources originales.



ID de la imagen: 2A2CCYX

Detalles de la imagen

Título de la imagen
 Créditos

La rueda del Dharma o dharmachakra, theach y caminar el camino del Nirvana
 Natalia Andreychenko / Vector de stock de Alamy

Detalles de licencia

Tamaño

Libre de derechos - JPEG y vector
 71,5 MB (3,1 MB comprimido)

PT

MN 141 PTS: M iii 248
Saccavibhanga Sutta: An Analysis of the Truths
translated from the Pali by
Thanissaro Bhikkhu
© 2005
Alternate translation: Piyadassi

©2005 Thanissaro Bhikkhu. The text of this page ("Saccavibhanga Sutta: An Analysis of the Truths", by Thanissaro Bhikkhu) is licensed under a Creative

Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License. To view a copy of the license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>. Documents linked from this page may be subject to other restrictions. Transcribed from a file provided by the translator. Last revised for Access to Insight on 30 November 2013.

How to cite this document (a suggested style): "Saccavibhanga Sutta: An Analysis of the Truths" (MN 141), translated from the Pali by Thanissaro Bhikkhu. Access to Insight (BCBS Edition), 30 November 2013, <http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/mn/mn.141.than.html>

KARANIYA METTA SUTTA

O DISCURSO DA BONDADE

Somente para distribuição gratuita. Este trabalho pode ser impresso para distribuição gratuita. Este trabalho pode ser reformatado e distribuído para uso em computadores e redes de computadores, contanto que nenhum custo seja cobrado pela distribuição ou uso.

De outra forma todos os direitos estão reservados. Fonte: <https://www.acessoaoinight.net/sutta/SnpI8.php>, download em 02/02/2021

O DHAMMAPADA – O CAMINHO DO DHARMA

Acharya Buddhakkhit

*Traduzido do pāli para o inglês por
Acharya Buddhakkhit*

Tradução portuguesa de Bhikkhu Dhammiko

Transcrição integral do texto em sua formatação original com a generosa autorização do Mosteiro Budista Sumedhãramã, Ericeira, Portugal.



Mosteiro Budista Sumedhãramã <sangha@sumedharama.pt>



Caro Roberio

Boa tarde

Esteja à vontade para usar o texto, na íntegra ou parcialmente, sem edições posteriores, desde que seja exclusivamente para fins não comerciais.

Pode-nos enviar o link do sítio por favor?

Das informações autorais deverá constar: Mosteiro Budista Sumedharama, ou, Budismo Theravada da Floresta - C.R; o autor Acarya Buddharakkhita e o tradutor Dhammiko Bhikkhu.

Com os nossos melhores votos
Ajahn Appamado

Budismo Theravada da Floresta - C. R.
Caminho do Vale Grande 59, Fonte Boa dos Nabos
2855-464 Ericeira Portugal telefone: 261 863 787

Majjhima Nikaya 10

Satipatthana Sutta Os Fundamentos da Atenção Plena

Fonte:

<https://www.aceessoainsight.net/sutta/MN10.php>

Download em 200/32020

Somente para distribuição gratuita.

Este trabalho pode ser impresso para distribuição gratuita.

Este trabalho pode ser re-formatado e distribuído para uso em computadores e redes de computadores

contanto que nenhum custo seja cobrado pela distribuição ou uso.

De outra forma todos os direitos estão reservados.



ID de la imagen: 2A2CCYX

Detalles de la imagen

Título de la imagen

La rueda del Dharma o dharmachakra, sheach y caminar el camino del Nirvana

Créditos

Natalia Andreychenko / Vector de stock de Alamy

Detalles de licencia

Libre de derechos - JPEG y vector

Tamaño

71,5 MB (3,1 MB comprimido)

ESP

MN 141 PTS: M iii 248
Saccavibhanga Sutta: An Analysis of the Truths
translated from the Pali by
Thanissaro Bhikkhu

© 2005

Alternate translation: Piyadassi

©2005 Thanissaro Bhikkhu. The text of this page ("*Saccavibhanga Sutta: An Analysis of the Truths*", by Thanissaro Bhikkhu) is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License. To view a copy of the license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>. Documents linked from this page may be subject to other restrictions. Transcribed from a file provided by the translator. Last revised for Access to Insight on 30 November 2013.

How to cite this document (a suggested style): "*Saccavibhanga Sutta: An Analysis of the Truths*" (MN 141), translated from the Pali by Thanissaro Bhikkhu. Access to Insight (BCBS Edition), 30 November 2013,
<http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/mn/mn.141.than.html>

KARANIYA METTA SUTTA

Karaniya Metta Sutta del Sutta Nipata (Sn 1.8). Traducido por Budismo.net consultando las versiones de The Amaravati

Sangha, Ñanamoli Thera y Acharya Buddharakkhita en
accesstoinight.org. Download de
<https://budismo.net/karaniya-metta-sutta/> en 23/10/2023.
Cualquier uso comercial está prohibido.

Dhammapada

Traducción del pali al español.

Primera edición 2012

© 2012 Bhikkhu Nandisena (Ángel Óscar Valentinuzzi)

ISBN: 978-84-615-6742-3

Download de

https://budismolibre.org/docs/sutras/El_Dammapada_nueva_version.pdf en 23/10/2023

DHAMMAPADA. ENSEÑANZAS DEL BUDDHA Traducción del pali al español. Primera edición 2012 © 2012 Bhikkhu Nandisena (Ángel Óscar Valentinuzzi) ISBN: 978-84-615-6742-3 Depósito legal: M-12046-2012 Impreso en España / Unión Europea Editado por la Asociación Hispana de Buddhismo Editor: Ricardo Guerrero Diáñez Contacto: webmaster@buddhismohispano.org <http://www.buddhismohispano.org> **Este libro puede ser reproducido para uso personal. Sólo puede ser distribuido en forma gratuita.**

Majjhīma Nīkaya 10

Satīpatthana Sutta

Download de

<https://suttacentral.net/mn10/es/baron?lang=en&reference=None&highlight=false> en 23/10/2023.

Licensing: <https://suttacentral.net/licensing?lang=en>

The Buddhist texts, whether in original languages or translation, are regarded by the Buddhist traditions as “the Buddha’s words”. They are a spiritual heritage of humanity, not belonging to any individual. At SuttaCentral we continue this tradition by making the texts available to everyone free of charge. Our work would not be possible if it were not for the freely given contributions of countless people, and we hope to repay this kindness in some small way by contributing our work for free.

Our source files are freely available on SuttaCentral’s Github repository. SuttaCentral is proud to be part of the open source community.

Material on SuttaCentral falls in three distinct categories in relation to copyright, which are detailed below. If you wish to assert copyright over any material on SuttaCentral, or wish to discuss copyright on SuttaCentral, please do not hesitate to contact us on our forum.

1. Original material created by SuttaCentral

All original material created by SuttaCentral is dedicated to the Public Domain by means of Creative Commons Zero (CC0 1.0 Universal).

This includes all text, design, software, and images created by SuttaCentral or persons working for SuttaCentral, on the domain suttacentral.net, or any domains or subdomains owned or managed by SuttaCentral, unless otherwise specified.

You are invited to copy, alter, redistribute, present, perform, convey, or make use of any or all of this material in any way you wish.

If you make use of any of our material, even though you are under no legal obligations, we respectfully request that you:

Provide a notice of attribution.

Maintain the spirit of the Buddhist tradition. Please let us know if you would like any assistance in making use of our materials.



ID de la imagen: 2A2CCYX

Detalles de la imagen

Título de la imagen	La rueda del Dharma o dharmachakra, theach y caminar el camino del Nirvana
Créditos	Natalia Andreychenko / Vector de stock de Alamy

Detalles de licencia

Libre de derechos - JPEG y vector	
Tamaño	71,5 MB (3,1 MB comprimido)

RU

Учительные строфы Будды Шакьямуни
(Дхаммапада)

Перевод А. В. Парибка

©2010

Источник: © 2004 Буддизм России.

© 2010 Издание "Буддийского Просветительского Содружества", сайт "Колесо Дхаммы".

Условия использования: Только для бесплатного некоммерческого распространения. Разрешается копирование и размещение единичных материалов в Интернете в неизменном виде при условии, что все копии должны содержать это примечание, копирайты и ссылку на этот источник. В остальном все права сохранены.

Как сослаться на этот документ (предлагаемый вариант): А. В. Парибок: "Учительные строфы Будды Шакьямуни". Колесо Дхаммы, 2010, <http://dhamma.ru/canon/kn/dhp/paribok.html>.

Колофон: «Карания-метта-сутта: слова Будды о любящей доброте» (СН 1.8).

Переведено с пали на английский Сангхой Амаравати.
Опубликовано онлайн на Access to Insight (Legacy Edition), 2 ноября 2013. Переведено с английского на русский дост. Лобсангом Тенпой, 2016.

Лицензия исходного англоязычного текста: ©1994 English Sangha Trust. You may copy, reformat, reprint, republish, and redistribute this work in any medium whatsoever, provided that: (1) you only make such copies, etc. available free of charge; (2) you clearly indicate that any derivatives of this work (including translations) are derived from this source document; and (3) you include the full text of this license in any copies or derivatives of this work. Otherwise, all rights reserved.

Сатипаттхана-сутта: Основы осознанности

МН 10

Источник:

<https://www.theravada.ru/Teaching/Canon/Suttanta/Texts/mn10-satipathana-sutta-sv.htm> - Дата загрузки: 24 октября 2023 г.

© theravada.ru – при копировании материалов
просьба ставить прямую ссылку на наш сайт.



ID de la imagen: 2A2CCYX

Detalles de la imagen

Título de la imagen	La rueda del Dharma o dharmachakra, sheach y caminar el camino del Nirvana
Créditos	Natalia Andreychenko / Vector de stock de Alamy

Detalles de licencia

Tamaño	Libre de derechos - JPEG y vector
	71,5 MB (3,1 MB comprimido)

Apéndice 4

Bibliografía

A Seneviratna (editor), //King Asoka and Buddhism//. Kandy.1993.

Abe Ryūichi, *Weaving of Mantra* (New York: Columbia University Press, 1999).

Ambros, Barbara R. *Women in Japanese Religions* (New York: New York University Press, 2015).

Aris, Michael. *Hidden Treasures and Secret Lives* (London: Routledge, 1989; Indian edition: Delhi: Motilal Banarsidass,1988).

ASen, //Asoka's Edicts//. Calcutta, 1956

Asian Studies, 2(2), 61-82. Retrieved March 11, 2021, from <http://www.jstor.org/stable/40860203>

Benn, James. *Burning for the Buddha* (Honolulu: University of Hawai'i Press, 2007).

Bennett, A. A. G. - Long Discourses of the Buddha, tr Bombay,1964; 1-16

Beyer, Stephan. *The Cult of Tara. Magic and Ritual inTibet* (Berkeley: University of California Press, 1978).

Bhandarkar R., //Asoka//. Calcutta, 1955Bodhi, and Buddha. In the Buddhas Words: an Anthology of Discourses from the Pāli Canon. Wisdom Publications, 2015, ppv-xv; 1-5; 43-78; 373-384.

Bodhi, Bhikkhu (2005). In the Buddha's Words: An Anthology of Discourses from the Pali Canon. Boston: Wisdom Publications. ISBN 0-86171-491-1.

Buddhism and the Spirit Cults in Northeast Thailand (Cambridge: C.U.P., 1970).

Bullitt, John T. (2005). Dhamma. Retrieved 2007-11-08 from "Access to Insight" at

<http://www.accesstoinsight.org/ptf/dhamma/index.html>.

Burma Pitaka Association, en Suttas from Digha Nikaya, Rangoon, 1984; 1, 2, 9, 15, 16, 22, 26, 28-9, 31

Buswell, Robert E., *The Zen Monastic Experience* (Princeton: Princeton University Press, 1992).

Cabezón, José, *Sexuality in Classical South Asian Buddhism* (Somerville, MA: Wisdom Publications, 2017).

Campany, Robert Ford. "On the Very Idea of Religions (in the Modern West and in Early Medieval China)." *History of Religions* 42 (2003), pp.287-319.

Chen, Kenneth. *Buddhism in China. A Historical Survey* (Princeton: Princeton University Press, 1972).

Chinese Buddhism. A Thematic History (Honolulu: University of Hawai'i Press, 2020).

Collins, Steven. *Selfless Persons* (Cambridge: Cambridge University Press, 1982).

Coogan, Michael D. (ed.) (2003). *The Illustrated Guide to World Religions*. Oxford University Press. ISBN 1-84483-125-6.

Dalton, Jacob. *The Taming of the Demons: Violence and Liberation in Tibetan Buddhism* (New Haven: Yale University Press, 2013).

Dauids, Rhys The Buddha's Philosophy of Man, tr, rev Trevor Ling, Everyman, out of print; 10 suttas including 2, 16, 22, 31

Davidson, Ronald M. *Indian Esoteric Buddhism: A Social History of the Tantric Movement* (New York: Columbia University Press, 2002).

Davidson, Ronald M. *Tibetan Renaissance: Tantric Buddhism in the Rebirth of Tibetan Culture* (New York: Columbia University Press, 2005)

Dhammananda, K. Sri (1964). What the Buddhist Believe (PDF). Buddhist Mission Society of Malaysia. ISBN 983-40071-1-6

Dhammiko, Bhikkhu -[MAHATHERA, Nyanatiloka. A Palavra do Buddha. Tradução de. Portugal: Mosteiro Budista Theravada, 2013. p. 25-54.

Dobbins, James. *Jōdo Shinshū: Shin Buddhism in medieval Japan* (Bloomington: Indiana University Press, 1989).

Dreyfus, George. *The Sound of Two Hands Clapping* (Berkeley: University of California Press, 2003).

Dunne, John D. *Foundations of*

Dharmakīrti's

Philosophy (Boston: Wisdom Publications, 2004).

Eubanks, Charlotte D. *Miracles of Book and Body: Buddhist Textual Culture and Medieval Japan*. Berkeley: University of California Press, 2011).

Farmer, Edward L., et al. Comparative History of Civilizations in Asia. Westview, 1986, pp. 82-91; 100-106. (PDF)

Faure, Bernard. "Bodhidharma as Textual and Religious Paradigm," *History of Religions*, Vol.25, No.3 (1986), pp.187-198.

Gellner, David N. *Monk, Householder, and Tantric Priest: Newar Buddhism and its Hierarchy of Ritual* (Cambridge: Cambridge University Press, 1992).

Gernet, Jacques. *Buddhism in Chinese Society. An Economic History from the Fifth to the Tenth Centuries* (Columbia University Press, 1995).

Gethin, Rupert (1998). *Foundations of Buddhism*. Oxford University Press. ISBN 0-19-289223-1.

Gethin, Rupert. *The Foundations of Buddhism* (Oxford: Oxford University Press, 1988).

Gimello, Robert M. "Random Reflections on the 'Sinicization' of Buddhism," *Society for the Study of Chinese Religions Bulletin* vol.5 (1978), pp.52-89.

Groner, Paul, *Saicho: The Establishment of the Japanese Tendai School* (Berkeley: Center for South and Southeast Asian Studies, University of

California/Institute of Buddhist Studies, 1984 or Honolulu: University of Hawai'i Press, 2000).

Gunaratana, Bhante Henepola (2002). *Mindfulness in Plain English*. Wisdom Publications. ISBN 0-86171-321-4

Gyatso, Janet. *Apparitions of the Self: The Secret Autobiographies of a Tibetan Visionary* (Princeton: Princeton University Press, 2998).

Harvey, Peter. *An Introduction to Buddhism: Teachings, History and Practices* (2nd edition: Cambridge: Cambridge University Press, 2012).

Hirakawa, Akira. *A History of Indian Buddhism*, Paul Groner, trans. (Honolulu: University of Hawai'i Press, 1990).

Jacoby, Sarah. *Love and Liberation: Autobiographical Writings of the Tibetan Buddhist Visionary Sera Khandro* (New York: Columbia University Press, 2015).

Jaffe, Richard. *Neither Monk Nor Layman: Clerical Marriage in Modern Japanese Buddhism* (Princeton: Princeton University Press, 2001).

Kapstein, Matthew T. *The Tibetan Assimilation of Buddhism. Conversion, Contestation, and Memory* (Oxford: Oxford University Press, 2000).

Kieschnick, John. *The Impact of Buddhism on Chinese Material Culture* (Princeton University Press, 2003).

La Trobe University (n.d.), "Pali Canon Online Database," onlinesearch engine of the Sri Lanka

Tripitaka Project's (SLTP) PaliCanon. Retrieved
 2007-11-12 at
<https://web.archive.org/web/20070927001234/http://www.chaf.lib.latrobe.edu.au/dcd/pali.htm>.

LaFleur, William R.: *The Karma of Words. Buddhism and the Literary Arts in Medieval Japan* (Berkeley: University of California Press, 1983).
 Lamotte, Étienne. *History of Indian Buddhism*, Sara Boin, trans. (Louvain-la-Neuve: Institut Orientaliste, 1988).

Linrothe, Rob. *Ruthless Compassion: Wrathful Deities in Early Indo-Tibetan Esoteric Buddhist Art* (Boston: Shambhala, 1999).

Lowe, Bryan D. *Ritualized Writing: Buddhist Practice and Scriptural Cultures in Ancient Japan* (Honolulu: University of Hawai'i Press, 2016)

Lowenstein, Tom (1996). *The vision of the Buddha*. Duncan Baird Publishers. ISBN 1-903296-91-9.

McDaniel, Justin. *The Lovelorn Ghost and the Magical Monk: Practicing Buddhism in Modern Thailand* (New York, Columbia University Press, 2011).

McRae, John R. *Seeing Through Zen. Encounter, Transformation, and Genealogy in Chinese Chan Buddhism* (Berkeley: University of California Press, 2003).

Mookerji, //Asoka//. Delhi, 1962

Ñāṇamoli, Bhikkhu (trans.) & Bodhi, Bhikkhu (ed.) (2001). *The Middle-Length Discourses of the*

Buddha: A Translation of the Majjhima Nikāya. Boston: Wisdom Publications. ISBN 0-86171-072-X.

Nelson, John. *Experimental Buddhism: Innovation and Activism in Contemporary Japan*. Honolulu: University of Hawaii Press, 2013)

Nyanatiloka (1980). *Buddhist Dictionary: Manual of Buddhist Terms and Doctrines*. Kandy, Sri Lanka: Buddhist Publication Society. ISBN 955-24-0019-8. Retrieved 2007-11-10 from "BuddhaSasana" at http://www.budsas.org/ebud/bud-dict/dic_idx.htm.

Ortner, Sherry. *Sherpas Through Their Rituals* (Princeton: Princeton University Press, 1989).

Powers, John. Introduction to Tibetan Buddhism. Snow Lion, an Imprint of Shambhala Publications, Inc., 2007, pp. 31-61. (Find a copy in a library near you)

Rambelli, Fabio. *Buddhist Materiality: A Cultural History of Objects in Japanese Buddhism* (Stanford: Stanford University Press, 2007).

Reader, Ian and George Joji Tanabe. *Practically Religious: Worldly Benefits and the Common Religion of Japan* (Honolulu: University of Hawai'i Press, 1998).

Reader, Ian: *Religion in Contemporary Japan* (Honolulu: University of Hawai'i Press, 1991).

Reynolds, F. (1985). THERAVADA BUDDHISM AND ECONOMIC ORDER. Crossroads: An Interdisciplinary Journal of Southeast

Rhys Davids, . - Dialogues of the Buddha, , 1899–1921, 3 volumes, Pali Text Society, Vol. 1, Vol. 2, Vol. 3.

Rhys Davids, T.W. & William Stede (eds.) (1921–25). The Pali Text Society's Pali–English Dictionary. Chipstead: Pali Text Society. A general on-line search engine for the PED is available at <http://dsal.uchicago.edu/dictionaries/pali/>.

Right thoughts at the last moment: Buddhism and deathbedpractices in early medieval Japan (Honolulu: University of Hawaii Press, 2016)

Samuel, Geoffrey. *Civilized Shamans: Buddhism in Tibetan Societies* (Washington: Smithsonian, 1993).

Schopen, Gregory. *Bones, Stones, and Buddhist Monks: Collected Papers on the Archaeology, Epigraphy, and Texts of Monastic Buddhism in India* (Honolulu University of Hawai'i Press, 1997).
or *Buddhist Monks and Business Matters: Still More Papers on Monastic Buddhism in India* (Honolulu : University of Hawai'i Press, 2004).

Seneviratne, H. L. *The Work of Kings: The New Buddhism in Sri Lanka* (Chicago: University of Chicago Press, 1999).

Sharf, Robert H. "Buddhist Modernism and the Rhetoric of Meditative Experience." *Numen*, vol.42, no.3 (1985), pp.228-283.

Shen, Hsueh-man. *Authentic Replicas. Buddhist Art in Medieval China* (Hawaii: University of Hawaii Press, 2019).

Sircar D. C., //Inscriptions of Asoka//. Delhi, 1957

Snellgrove, David. *Indo-Tibetan Buddhism: Indian Buddhists and Their Tibetan Successors* (1 vol. ed., London: Serindia, 1987; 2 vol. ed., Boston: Shambhala, 1987).

Spiro, Melford. *Burmese Supernaturalism* (Englewood Cliffs, N.J.: Prentice Hall, 1967).

Stone, Jacqueline. *Original Enlightenment and the Transformation of Medieval Japanese Buddhism* (Princeton: Princeton University Press, 1999)

Strong, John. *Buddhisms: An Introduction* (London: Oneworld Publications, 2015).

Strong, John. *Relics of the Buddha* (Princeton: Princeton University Press, 2004).

Sujato, Bhikkhu -The Long Discourses, , 2018, published online at SuttaCentral and released into the public domain.

Tambiah, Stanley. *World Conqueror and WorldRenouncer* (Cambridge: C.U.P., 1976).

Tamura, Yoshiro *Japanese Buddhism: A Cultural History* (Kosei Publishing Company, 2001).

Teiser, Stephen F. *The Ghost Festival in Medieval China* (Princeton: Princeton University Press, 1988).

Thanissaro Bhikkhu (trans.) (1997). *Samaññaphala Sutta: The Fruits of the Contemplative Life (DN 2)*. Retrieved 2007-11-11 from "Access to Insight" at <http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/dn/dn.02.0.than.html>.

Thanissaro, Bhikkhu (trans.) (1998). *Kutthi Sutta: The Leper (Ud. 5.3)*. Retrieved 2007-11-12 from "Access to Insight" at <http://www.accesstoinsight.org/tipitaka/kn/ud/ud.5.03.than.html>.

The Buddhist Saints of the Forest and the

Cult of Amulets (Cambridge: C.U.P., 1984).

The Rhetoric of Immediacy. A Cultural Critique of Chan/Zen Buddhism (Princeton: Princeton, University Press, 1991).

Thurman, Robert A. F. (translator) (1976). *Holy Teaching of Vimalakirti: Mahayana Scripture*. Pennsylvania State University Press. ISBN 0-271-00601-3.

Walpola Rahula (1974), *What the Buddha Taught*, Grove Press ISBN 0-8021-3031-3.

Walshe Maurice, *Thus Have I Heard: the Long Discourses of the Buddha*, tr Wisdom Pubs, 1987; later reissued under the original subtitle; ISBN 0-86171-103-3

Walshe, Maurice (1995). *The Long Discourses of the Buddha: A Translation of the Dīgha Nikāya*. Boston: Wisdom Publications. ISBN 0-86171-103-3.

Warder, Anthony Kennedy. *Indian Buddhism*. Motilal Banarsidass, 2008, pp. 1-25; 27-79. (Find a copy in a library near you)

Wedemeyer, Christian. *Making Sense of Tantric Buddhism: History, Semiology, and Transgression in the Indian Traditions* (New York: Columbia University Press, 2012).

Welch, Holmes. *The Practice of Chinese Buddhism* (Cambridge Mass: Harvard University Press, 1967).

Westerhoff, Jan. *The Golden Age of Indian Buddhist Philosophy* (Oxford: Oxford University Press, 2018).

Williams, Duncan Ryūken. *The other Side of Zen: A Social History of Sōtō Zen Buddhism in Tokugawa Japan* (Princeton/Oxford: Princeton University Press, 2005).

Williams, Paul with Anthony Tribe and Alexander Wynne. *Buddhist Thought* (London: Routledge, 2013).

Williams, Paul. *Mahāyāna Buddhism: The Doctrinal Foundations* (2nd ed., London: Routledge, 2008).

Yamamoto, Kosho (translation), revised and edited by Dr. Tony Page. *The Mahayana Mahaparinirvana Sutra*. (Nirvana Publications 1999-2000).

Yin Shun, Yeung H. Wing (translator) (1998), *The Way to Buddhahood: Instructions from a Modern Chinese Master*, Wisdom Publications ISBN 0-86171-133-5.

Yü, Chün-fang. *Kuan-yin. The Chinese Transformation of Avalokiteśvara* (New York: Columbia University Press, 2001).

Zürcher, Erik. *The Buddhist Conquest of China. The Spread and Adaptation of Buddhism in Early Medieval China* (Leiden: E.J. Brill, 1972).