



**Una Guía Para la Humanidad
Por
Buddhadasa Bhikkhu**

**Traducido al español por
Rev. Yin Zhi Shakya, OHY
Revisado por Rev. Fa Gěng Shakya, OHY
Año 2009**



Tabla de Contenido

MANUAL PARA LA HUMANIDAD	5
POR BUDDHADASA BHIKKHU	5
PREFACIO.....	5
ACERCA DEL TRADUCTOR AL IDIOMA INGLÉS.....	7
BIBLIOGRAFÍA.....	8
I - MIRANDO AL BUDISMO.....	11
II - LA NATURALEZA VERDADERA DE LAS COSAS.....	20
III - LAS TRES CARACTERÍSTICAS UNIVERSALES.....	28
IV – EL APEGO Y EL AFERRAMIENTO.....	37
V - EL ENTRENAMIENTO TRIPLE.....	43
VI - LAS COSAS A LAS QUE NOS AFERRAMOS.....	49
VII - EL DISCERNIMIENTO A TRAVÉS DEL MÉTODO NATURAL.....	57
VIII – EL DISCERNIMIENTO A TRAVÉS DEL ENTRENAMIENTO ORGANIZADO	67
IX – LA EMANCIPACIÓN DEL MUNDO.....	78

ÍNDICE/ENLACE A LA PÁGINA EN EL IDIOMA INGLÉS

[Foreword](#)

[About the Author](#)

[Looking at Buddhism](#)

[The true nature of things](#)

[Three universal characteristics](#)

[Grasping and clinging](#)

[The threefold training](#)

[The things we cling to](#)

[Insight by the nature method](#)

[Insight by organized training](#)

[Emancipation from the world](#)

Manual Para la Humanidad

Por Buddhadasa Bhikkhu

[Handbook for Mankind](#). **Bhikkhu Buddhadasa – Versión en inglés**
Traducido del tailandés por Ariyananda Bhikkhu (Roderick S. Bucknell)

Traducido al español por Rev. Yin Zhi Shakya, OHY
Revisado por Rev. Fa Gěng Shakya, OHY

[Handbook For Mankind](#)

By Buddhadasa Bhikkhu

Translated from the Thai by Ariyananda Bhikkhu (Roderick S. Bucknell)
For more information: Dhammadana Foundation c/o Suan Mokh Chaiya Surat
Thani 84110 Thailand

First electronic edition: December 1996

Scanning & Proofreading: John Gebhardt: Email: gebhardt@well.com

This electronic edition is offered FOR FREE DISTRIBUTION ONLY

by arrangement with the Dhammadana Foundation.

This text is a gift of Dhamma. You may print this file for your personal use, and you may make and distribute unaltered copies of this file, provided that you charge no fees of any kind for its distribution.

Otherwise, all rights reserved

PREFACIO

En 1956, el Venerable **Buddhadasa Bhikkhu** ofreció una serie de conferencias, a un grupo de futuros jueces, que subsecuentemente se editaron y prepararon de forma que llegaron a ser un **Manual** o **Guía para la Humanidad**.

Desde entonces, el éxito de este pequeño libro ha sido asombroso. Después de tres décadas de las charlas originales, 100,000 copias se han impreso en Tailandia, y el libro todavía sigue disfrutando de gran popularidad. La razón por la cual esta "Guía" o "Manual" ha durado tanto es clarísima: en ella, el Venerable Buddhadasa ofrece, en la presentación invariable de la Verdad (el **Dhamma**) a través del tiempo, percepciones evidentes y discernimientos frescos, en una forma simple y directa que caracteriza sus enseñanzas. La claridad de sus discernimientos trae el Dhamma a la vida, de manera que hoy en día, una generación nueva de lectores, que no habían nacido en el tiempo de estas charlas, puede encontrar un significado en sus palabras.

Este libro como guía para los novatos en Dhamma del Buda—el Buddha-Dhamma— (la Verdad que despertó al Buda y que más tarde Él enseñó), es una orientación inestimable. En ella está contenida la esencia de las enseñanzas del Budismo. La Guía es especialmente útil para esos que se acercan a las enseñanzas de Buda, no como una asignatura de estudio escolar, sino como un medio para entender y ennoblecer sus vidas.

El Manual para la Humanidad se publicó originalmente en inglés por la organización Misión Sublime de la Vida [**Sublime Life Mission**] pero la edición que no ha sido renovada. Con el permiso de ellos, nosotros hemos reimpresso este libro, haciéndole algunas correcciones donde eran necesarias, pero de lo contrario dejando el texto intacto. Les damos nuestras gracias al Sr. **Pun Chongprasoed**, quien primeramente preparó este libro en Tailandia y a todas las personas que se esforzaron para hacer posible la reimpresión de él.

Handbook for Mankind by Buddhadasa Bhikkhu – Manual para la Humanidad.

Translated from the Thai by **Ariyananda Bhikkhu (Roderick S. Bucknell)** – Traducido del tailandés por Ariyananda Bhikkhu (Roderick S. Bucknell)

Para más información: Dhammadana Foundation c/o Suan Mokh Chaiya Surat Thani 84110 Thailand

Primera Edición Electrónica: Diciembre 1996

Scanning & Proofreading: John Gebhardt: Email: gebhardt@well.com

This electronic edition is offered for **Free Distribution Only** by arrangement with the Dhammadana Foundation.

Esta edición electrónica se ofrece para la **Distribución Gratuita Solamente** a través de una aprobación/arreglo con la Fundación Dhammadana.

This text is a gift of Dhamma. You may print this file for your personal use, and you may make and distribute unaltered copies of this file, provided that you charge no fees of any kind for its distribution. Otherwise, all rights reserved.

Este texto es un regalo del Dhamma. Se puede imprimir este archivo solamente para su uso personal, y se puede distribuir copias sin alterar su

contenido, proveyendo que no se reciba ningún costo por su distribución. De lo contrario, todos los derechos quedan reservados.

ACERCA DEL TRADUCTOR AL IDIOMA INGLÉS

Rod Bucknell primero llegó a interesarse seriamente en el Budismo a mediado de los años 60, cuando durante una visita a Tailandia se le introdujo a las técnicas de la Meditación de Discernimiento. Después de pasar un año en varios Centros de Meditación y Monasterios en Tailandia, se ordenó como bhikkhu (monje) bajo la guía de **Ajahn Pannananda** de **Wat Cholapratan Rangsarit**. Pronto llegó a interesarse también en las enseñanzas de **Ajahn Buddhadasa**, y reconociendo su valor potencial para los occidentales, comenzó a traducir al inglés algunos de los trabajos más importantes del Maestro. Durante los cuatro años que él pasó en la Sangha, tradujo en total seis trabajos, algunos más extensos que otros, usualmente consultándole a Ajahn para asegurarse de que su interpretación era correcta. A pesar de su regreso a la vida laica, él mantuvo un gran interés—práctico y académico—en las enseñanzas de Ajahn Buddhadasa publicando muchos artículos en revistas sobre estudios religiosos. Actualmente, él es un conferencista en el Departamento de Estudios Religiosos en la Universidad de Queensland, Australia.

BIBLIOGRAFÍA

Buddhadasa Bhikkhu (**Sirviente del Buda**) se ordenó como bhikkhu (monje budista) en 1926, a la edad de veinte años. Después de unos años de estudio en Bangkok, que lo convenció de que "la pureza no estaba en la gran ciudad", se inspiró para vivir cerca de la naturaleza y así poder investigar el Dhamma del Buda (el Buddha-Dhamma). Por lo tanto él fundó el Monasterio Theravada Suan Mokkhabalarama (El Fundamento del Poder de la Liberación) en 1932, cerca de su pueblo natal, **Pum Riang** [ahora en el Distrito de **Chaiya**]. En ese tiempo, era el único Centro de Dhamma en el campo y uno de los pocos lugares dedicados a la meditación vipassana en el Sur de Tailandia. La palabra de Buddhadasa Bhikkhu, su trabajo y Suan Mokkh se esparcieron a través de los años, así que son fácilmente descritos como "uno de los más importantes eventos de la historia del Budismo en **Siam**". Aquí solamente podemos mencionar algunos de los servicios más interesantes que él le ha prestado al Budismo.

Ajahn Buddhadasa trabajó meticulosamente para establecer y explicar los principios esenciales y correctos de lo que él llamó el "Budismo prístino", esto es, el entendimiento original del Señor Buddha antes de que fueran enterrados bajo los comentarios, ritualismos, las políticas clericales y todo lo similar. Su trabajo se fundamentó en una búsqueda extensa de los textos Pali (el Canon y comentarios), especialmente de los discursos de Buda (Sutta Pitaka), seguido por el experimento y la práctica personal con esas enseñanzas. Entonces él enseñó y lo sea que dijo, verdaderamente extinguió a dukkha (el sufrimiento y la insatisfacción). Su meta era producir un grupo completo de referencias para la búsqueda y la práctica presentes y futuras. Su acercamiento era siempre científico, simple y práctico.

Aunque su educación formal solamente llegó hasta el noveno grado y al comienzo de los estudios Pali, se le honró con cinco Doctorados Honorarios por las Universidades de Tailandia. Sus libros, escritos y transcritos de sus charlas, llenaron una habitación en la Biblioteca Nacional e influenciaron seriamente a todos los budistas tailandeses en Siam. Disertaciones doctorales todavía se están escribiendo acerca de él y su legado. Sus libros se pueden encontrar en cualquier librería en todo el país y son los regalos favoritos en las cremaciones.

Los elementos progresivos en la sociedad tailandesa, especialmente la juventud, se han inspirado por sus escritos su ejemplo altruista e inegoísta. Desde los años 60s, los activistas y pensadores en áreas como la educación, la ecología, el bienestar social y el desarrollo rural han utilizado

sus enseñanzas y consejos. La mayoría de los monjes involucrados en la conservación de la naturaleza y el desarrollo comunitario se inspiraron por él. Él proveyó el enlace entre la tradición teológica de los textos sagrados y la transmisión de la práctica budista de hoy en día.

Después de la fundación de Suan Mokkh, él estudió todas las escuelas del Budismo, como también las otras tradiciones religiosas principales. Este interés fue más bien práctico que académico o intelectual. Él buscaba, como así lo hizo, unir todas las personas genuinamente religiosas para trabajar en unión y ayudar a "remover/desarraigar la humanidad del poder del materialismo". Esta amplitud de mente le ganó muchos amigos y estudiantes alrededor del mundo, incluyendo cristianos, musulmanes, hindúes y sikhs.

Su último proyecto fue establecer una Ermita Internacional para el Dhamma. Esta adición a Suan Mokkh intenta proveer facilidades para:

Cursos que informen e introduzcan a los extranjeros al entendimiento correcto de los principios y prácticas budistas;

Reuniones entre budistas alrededor del mundo para establecer y acordar sobre el "corazón del Budismo";

Reuniones de los líderes de todas las religiones por el beneficio de construir un entendimiento beneficioso y mutuo en la cooperación para erradicar la tiranía del materialismo mundano.

También él dejó instrucciones para un monasterio pequeño en el cual los monjes extranjeros pudieran entrenarse como misioneros del Dhamma (**Dhamma-duta**). Eso ahora funciona bajo el nombre de "**Daun Kiam**" o **Suan Atammayatarama**.

Una facilidad similar para monjas, tailandesas y extranjeras, les espera a las mujeres que lo hagan posible. Él lo llamó Dhamma-Mata (Madres en el Dhamma, esas que dan a luz o hacen nacer a los demás a través del Dhamma).

Ajarn Buddhadasa murió en 1993 después de una serie de ataques cardíacos y derrames cerebrales que le mantuvieron una y otra vez retirado de la enseñanza.

El último derrame cerebral ocurrió mientras estaba preparando unas notas para una charla que iba a ofrecer en su cumpleaños dos días después (mayo 27). Suan Mokkh lo lleva en los corazones y acciones de todos esos

que han sido inspirados y guiados por su ejemplo y palabras. Suan Mokkh no es tanto un lugar físico sino más bien un espacio de liberación que todos nosotros debemos descubrir en esta misma vida, aquí y ahora.

I - MIRANDO AL BUDISMO

Si abrimos cualquier libro que se haya publicado recientemente sobre el origen de la religión, encontramos que hay un punto sobre el cual todos los autores están en conformidad. Ellos todos están de acuerdo en decir que la religión surgió en el mundo por el temor. El hombre primitivo que habitaba en el bosque le temía al relámpago y al trueno, a la oscuridad y a las tormentas, y a varias cosas acerca de él que era incapaz de entender o controlar. Su método para evadir el peligro que él observaba en los fenómenos era demostrar ya sea humildad y sumisión o respeto y reverencia, dependiendo en lo que él sentía era más apropiado. Más tarde, cuando el conocimiento y entendimiento del hombre se desarrolló, este miedo o temor a las fuerzas de la naturaleza cambió en un temor a los fenómenos más difícil de detectar. Las religiones basadas en la sumisión a los objetos de temor tales como los fenómenos naturales, los espíritus y los seres celestiales, se rechazan como irrazonables y ridículas. Porque el miedo del hombre deviene todavía más refinado dentro del temor del sufrimiento, sufrimiento de una clase que no se puede aliviar por ningún medio material. Él llega a temer el sufrimiento inherente en el nacimiento, la vejez, el dolor y la muerte, el desencanto y la desesperanza que surgen del deseo, la irritación y la estupidez, y que ningún poder o posesión puede aliviarlo. Hace tiempo en la India, un país muy bien proveído de pensadores e investigadores, personas inteligentes rendían tributo prestándoles homenaje a seres supernaturales buscando los medios de conquistar el nacimiento, la vejez, el dolor y la muerte y de eliminar el egoísmo, el odio y el engaño. Debido a esto surgió el Budismo, una religión superior basada en el discernimiento, un medio de conquistar el nacimiento, la vejez, el dolor y la muerte y un método de destruir las corrupciones mentales. El Budismo tiene sus orígenes en el temor a todo esto, igualmente que todas las religiones que están basadas en la inteligencia. El Buda descubrió cómo conquistar absolutamente lo que el hombre teme: él descubrió un método práctico, ahora llamado Budismo, para eliminar el sufrimiento.

El "Budismo" significa "La Enseñanza del Iluminado". Un Buda es un individuo iluminado, uno que conoce acerca de todas las cosas, uno que sabe justamente **qué es que**, y por lo tanto es capaz de conducirse apropiadamente en respecto a todas las cosas. El Budismo es una religión basada en la inteligencia, la ciencia y el conocimiento, cuyo propósito es la destrucción del sufrimiento y la causa de él (el sufrimiento). Todos los que brindan homenaje a objetos sagrados a través de ritos y rituales, haciendo reverencias o imploraciones, no es budismo. El Buda rehusó toda esta clase de tontería ridícula e insana. También rehusó los seres celestiales, considerados por ese entonces por ciertos grupos como los creadores o el

creador de las cosas, como también las deidades que se suponían habitaban en cada estrella en el cielo. Así que, encontramos que el Buda hizo declaraciones como la siguiente:

“El conocimiento, la habilidad y la destreza son los que conducen al éxito y beneficio y son las premoniciones/augurios auspiciosos, buenos en su propio derecho en cuanto a los movimientos de los cuerpos celestiales. Con los beneficios ganados de estas cualidades [el conocimiento, la habilidad y la destreza], uno excederá y sobrepasará completamente a esos tontos o personas tontas que simplemente se sientan a hacer sus cálculos astrológicos”. Y: “Si el agua en los ríos (tales como el Ganges) pudieran realmente lavar los pecados y el sufrimiento, entonces las tortugas, los cangrejos, los peces y los crustáceos que viven en esas aguas sagradas, ya deben de estar libres también de sus pecados y sufrimientos”. Y: “Si un hombre pudiera eliminar el sufrimiento haciendo ofrendas, reverencias e imploraciones, no habría nadie en el mundo que quedara sujeto al sufrimiento, porque todos en absoluto pueden hacer ofrendas y reverencias. Pero dado que las personas todavía están sujetas o propensas al sufrimiento mientras están haciendo las ofrendas y reverencias o en el mismo acto de hacer los ritos, y prestar sus respetos, está muy claro que esa no es la forma de alcanzar la liberación”.

Para alcanzar la liberación, primero tenemos que examinar las cosas muy de cerca, para poder llegar a saber y entender su verdadera naturaleza. Entonces tenemos que conducirnos en una forma apropiada a esa naturaleza verdadera. Esta es la enseñanza Budista; Esto lo debemos saber y llevar en mente. El Budismo no tiene nada que ver con postrarse uno mismo y acatarse a las cosas extraordinarias. El Budismo no establece ni ritos ni ceremonias tales como sumergirse o rociarse en/con aguas sagradas o cualquier cosa externa, e incluir espíritus o seres celestiales. De lo contrario, el Budismo depende en la razón y el discernimiento. Él no demanda conjeturas o suposiciones; sino que requiere que actuemos de acuerdo con lo que nuestro propio discernimiento nos revela y no tomemos como verdad, la palabra de nadie para nada. Si alguien llega y nos dice algo, no debemos creerle sin preguntar. Debemos escuchar su declaración y examinarla. Entonces si la encontramos razonable, podemos aceptarla provisionalmente y prepararnos para verificarla por nosotros mismos. Este es el rasgo clave del Budismo que lo señala y distingue de otras religiones.

Ahora bien, una religión es una cosa que tiene muchos lados. Vista desde un ángulo tiene cierta apariencia, vista desde otro, tiene otra. Muchas personas observan la religión desde un ángulo equivocado, y el Budismo no es la excepción. Diferentes individuos que observan el Budismo con diferentes actitudes mentales, están obligados a tener diferentes puntos de

vista de él. Porque cada uno de nosotros tiene, naturalmente, confianza en sus propias opiniones, la verdad para cada uno de nosotros coincide con nuestro propio entendimiento y punto de vista. Consecuentemente, "la Verdad" no es hasta cierto punto la misma cosa para las diferentes personas. Las diferentes personas van a través de preguntas que tienen diferentes grados de profundidad, a través de múltiples métodos, y con grados diversos de inteligencia. Una persona no reconoce como verdad, de acuerdo a sus propias ideas de la Verdad, nada que esté más allá de su propia inteligencia, conocimiento y entendimiento. Y aunque ella pueda en apariencia estar de acuerdo con las ideas las otras personas de lo que es la verdad, ella sabe en si misma que no es la verdad como ella la ve. El concepto de cada persona de la verdad puede cambiar y desarrollarse día a día, con el aumento de su entendimiento, conocimiento e inteligencia, hasta ese momento en que llegue a la verdad última; y cada uno de nosotros tiene formas diferentes de examinar y probar antes de creer. Así que si el Budismo se observa con grados diferentes de inteligencia, se verán diferentes imágenes de él, simplemente porque se puede ver desde un aspecto diferente. Como hemos dicho, el Budismo es un método práctico para liberarse a uno mismo del sufrimiento a través de llegar a comprender, como lo hizo el Buda mismo, la verdadera naturaleza de las cosas. Ahora bien, cualquier texto religioso contiene material, que después las personas han encontrado ocasión para añadirle cosas, y nuestro Tipitaka no es la excepción. Las personas en los tiempos posteriores han añadido secciones basadas en ideas presentes, ya sea para mejorar la confianza de las personas o por el excesivo entusiasmo religioso. Lamentablemente incluso hasta los ritos y rituales que han mezclado con la religión ahora se aceptan y reconocen como propios del Budismo. Las ceremonias, tales como la preparación de bandejas de dulces y frutas como ofrendas al "alma" de Buda en la misma forma que la comida ofrecida por caridad a los monjes, tampoco encajan en los principios budistas. Sin embargo, algunos grupos consideran que esto es una práctica genuina budista, enseñándola como tal y manteniéndola estrictamente.

Los ritos y ceremonias de esta clase han llegado a ser tan numerosos que ellos hoy en día, oscurecen completamente al Budismo verdadero y a su propósito original. Tomemos por ejemplo el procedimiento de llegar a ser un monje ordenado. Se ha llegado a practicar la ceremonia de hacerle regalos al nuevo **bhikkhu** que se ordena. Se invitan asistentes y se les pide que traigan comida y bebida y observen los procedimientos, y como resultado, hay borrachera y ruido. Las ceremonias se ejecutan en ambos lugares, el templo y en el hogar. El nuevo bhikkhu más tarde deja la Orden de nuevo solamente por unos días después de haber sido ordenado, y puede que inclusive llegue a odiar el templo mucho más que antes. Deben comprender que en el tiempo de Buda no había nada de esto. Esto se

desarrolló más tarde. La ordenación en el tiempo de Buda significaba algo simple, que algún individuo, que se había ordenado con el consentimiento de sus padres renunciaba al hogar y la familia. Él era una persona capaz de terminar los asuntos familiares—cerrar el capítulo familiar—y marcharse del hogar para unirse al Buda y a la Orden de bhikkhus. En alguna ocasión conveniente él iría a ordenarse y quizás no vería a sus padres o familia por el resto de su vida. Aunque algunos bhikkhus regresarían a visitar a sus padres de nuevo en ocasiones apropiadas, eso era raro. Existe una regla que permite a un bhikkhu ir al hogar cuando hay una buena razón para hacerlo, pero en el tiempo de Buda esto no era una cosa que se hacía. Los bhikkhus no recibían la ordenación con sus padres en asistencia, ni celebraban el evento como un gran momento sólo para dejar la Sangha de nuevo por unos días apartándose, como sucede comúnmente en el presente.

¡Nosotros somos tan tontos, como para llamar Budismo a todas estas presentaciones de regalos, a toda esta ejecución de ceremonias, y a todas estas clases de celebraciones! Es más, escogemos hacer de esto algo extraordinario, solamente pensando en gastar nuestro dinero o el de los demás en el nombre del Budismo. Este “Neo-Budismo” está tan diseminado que casi es universal. El Dhamma, la enseñanza genuina que una vez fue suprema he devenido superimpuesta por los ceremoniales, oscureciendo, falsificando y cambiando el objetivo del Budismo. La Ordenación, por ejemplo, ha llegado a ser una estrategia para que los jóvenes a los que las personas les han señalado como que nunca se han ordenado, les hagan frente; o un prerrequisito para encontrar una esposa (ya que ser un monje es un signo de madurez); o con cualquier motivo o propósito escondido. En algunos lugares la ordenación es considerada como una oportunidad para coleccionar dinero, por lo que para ese trabajo siempre hay personas que dan una mano para ayudar. Es una forma de hacerse rico. ¡Incluso a esto, ellos le llaman Budismo! Y cualquiera que lo critique es considerado ser ignorante del Budismo o se opone a él.

Otro ejemplo es la presentación **la tela de kathina**. La intención original del Buda era tener telas para hacer mantos que se le daban a todos los bhikkhus simultáneamente de manera que ellos cosían juntos los mantos con un mínimo de pérdida de tiempo. Si solamente había un manto, se le donaba a algún bhikkhu, no necesariamente al más antiguo, sino al que el grupo consideraba lo necesitaba más o era el más meritorio de usarlo, y se le presentaba en el nombre de toda la Orden. La intención del Buda era evitar que cualquier bhikkhu tuviera una opinión superior acerca de sí mismo. En ese día, todos, sin importar el rango, tenían que ser humildes y ser uno más en la Orden. Todos tenían que dar una mano cortando y cosiendo las telas, tiñéndolas y lo que sea que involucrara el tener los

mantos listo y terminados el mismo día. El confeccionar las telas en mantos era un esfuerzo cooperativo. Así era como el Buda intentaba que eso fuera, un evento que necesariamente no involucrara en absoluto a las personas laicas. Pero hoy en día ha llegado a ser un asunto que involucra ceremonia, diversión y juegos, risas en alta voz y búsqueda de dinero. Es simplemente como un pasadía/picnic y carece de todos los resultados deseables que se intentaba originalmente.

Esta clase de cosa es un tumor que se ha desarrollado en el Budismo que crece cada vez más. El tumor toma cientos de formas diferentes, tan numerosas que no podemos darles nombres a todas. Es un crecimiento peligroso y maligno que gradualmente ha sobrepasado y oscurecido el material bueno, el verdadero núcleo del Budismo, y hasta cierto punto lo ha desfigurado. Un resultado de esto ha sido el surgimiento de sectas, algunas grandes, otras insignificantes, como ramas de la religión original. Es esencial que siempre discriminemos para reconocer cual es el Budismo original verdadero. No debemos agarrar tontamente la corteza, o devenir tan apegados a los variados rituales y ceremonias, que el objetivo verdadero se pierda de vista. **La práctica verdadera del Budismo se basa en la purificación de la conducta a través del cuerpo y el habla, seguida de la purificación de la mente, que a su debido tiempo guía al discernimiento y el entendimiento correcto.** No piensen que esto y aquello es Budismo porque todos dicen que lo es. El tumor se ha esparcido constantemente desde el día que el Buda murió, expandiéndose todas direcciones hasta el día presente, así que ahora es bastante grande. El tumor en el Budismo no se debe equivocadamente identificar como el Budismo en sí. También esta equivocado que las otras religiones vengan y apunten a esos crecimientos vergonzosamente reprobables como siendo el Budismo. Es injusto, porque esas cosas no son en absoluto Budismo; ellas son monstruosidades. Esos de nosotros interesados ampliar el aprendizaje del Budismo, ya sea para apoyar a las personas o para nuestro beneficio privado, deben saber cómo agarrar la esencia verdadera del Budismo y no simplemente asirse a algunos de esos crecimientos inútiles. Ahora, inclusive el Budismo genuino tiene muchas caras, un hecho que puede guiar a un entendimiento falso del verdadero significado. Por ejemplo, si miramos de frente el punto de vista de un filósofo moral, el Budismo parece ser una religión de moralidad. Hay una predica de mérito y desmérito, del bien y el mal, de la honestidad, la gratitud, la armonía, un corazón abierto, y mucho más. El **Tipitaka** esta lleno de enseñanzas morales. Muchos novatos del Budismo se acercan a él desde este ángulo y son atraídos por estas explicaciones.

Un aspecto más profundo es el Budismo como la Verdad, como la verdad profunda y escondida que descansa bajo la superficie y es invisible al

hombre ordinario. Ver esta verdad es conocer el vacío intelectual de todas las cosas; la impermanencia, la insatisfacción, y la insustancialidad o el no-yo de todas las cosas; conocer la naturaleza del sufrimiento intelectualmente, de su completa eliminación y de las muchas formas de alcanzar la eliminación completa del sufrimiento; percibirlos en términos de verdad absoluta, la clase de cambios y lo que cada uno debe saber. Esto es el Budismo como Verdad.

El Budismo como religión es Budismo como un sistema de práctica basado en la moralidad, la concentración y el discernimiento, que culmina en el discernimiento que libera; un sistema que cuando se practica en su totalidad le capacita a uno a romper las cadenas del sufrimiento, liberándolo. Esto es el Budismo como religión.

Entonces tenemos el Budismo como Psicología, como se nos presenta en la tercera sección del **Tipitaka**, donde la naturaleza de la mente se describe extraordinariamente detallada. La psicología budista es para los estudiantes de la mente, causa de interés y asombro incluso en el presente. Es mucho más detallada y profunda que el conocimiento de la psicología de hoy en día.

Otro aspecto es el Budismo como Psicología. El conocimiento psicológico se puede ver claramente a través de pruebas lógicas razonables pero no puede ser demostrado experimentalmente. El contrasta con la ciencia, que es el conocimiento resultante de ver algo claramente, con nuestros ojos o a través del experimento físico y la prueba, o incluso con el "ojo interno" de la intuición. El conocimiento profundo como ese del vacío es simplemente filosofía para una persona que todavía no ha penetrado la verdad, y ciencia para otra que lo ha hecho, tal como un individuo completamente iluminado o un **arahant** que lo ha visto clara e intuitivamente. Muchos aspectos del budismo, en particular las Cuatro Nobles Verdades, son científicos hasta la extensión que ellos pueden ser verificados por pruebas claras experimentales usando la introspección. Para cualquiera que esté equipado con la atención plena e interesado en estudiar y llevar a cabo la búsqueda, la relación de causa-efecto, es igualmente que la ciencia. El Budismo no es algo simplemente oscuro y vago, no es simplemente filosofía, como son las asignaturas hechas por el hombre.

Algunos miran al Budismo como Cultura. Cualquiera que tenga una alta estima por la cultura encuentra muchos aspectos de la práctica Budista comunes a todas ellas—las culturas—y también muchos que son característicamente budistas y superiores que cualquier cosa en otras culturas.

De todos estos variados aspectos, el único verdaderamente Budista y en el cual uno debe estar más interesado es el **Budismo como Religión**. Debemos mirar al Budismo como un método práctico y directo para ganar conocimiento de la verdadera naturaleza de las cosas, conocimiento que hace posible el desprenderse o renunciar a cada forma de apego y aferramiento, de estupidez y obsesión, y devenir completamente independiente de las cosas. Hacer esto es penetrar en la esencia del Budismo. El Budismo considerado en este aspecto es mucho más útil que el Budismo considerado como simple moralidad, o como verdad, que es simplemente el conocimiento profundo y no verdaderamente práctico; y es más útil que el Budismo considerado como filosofía, como algo para ser disfrutado como un objeto de especulación y argumento sin valor alguno en la renunciación de las corrupciones mentales; y ciertamente es más útil que el Budismo considerado simplemente como cultura, como una conducta atractiva, notable desde el punto de vista sociológico.

Por lo menos, todos deberían considerar el Budismo como un Arte, el Arte de Vivir—en otras palabras, como una habilidad o destreza que nos capacita para ser un ‘ser humano’, viviendo en una forma que es ejemplar y elogiable y que impresiona tanto a los demás que ellos automáticamente desean emularla. Lo que tenemos que hacer es cultivar/practicar los “Tres Lustres”¹, primeramente **desarrollar** la moral pura, **entrenar** la mente a estar tranquila y firme y adecuada para hacer su trabajo, y finalmente **desarrollar** tal abundancia en sabiduría y discernimiento claro en la naturaleza de todas las cosas, que ellas ya no sean capaces de hacer surgir el sufrimiento. Cuando la vida de cualquiera tiene estos Tres Lustres, esa persona puede ser considerada como ‘Maestro/a del Arte de Vivir’. Los occidentales están extremadamente interesados en el Budismo como el Arte de Vivir, y discuten este aspecto mucho más que los otros. Cuando penetramos profundamente en la verdadera esencia del Budismo somos capaces de tomarlo como nuestra guía para una vida que nos induzca al gozo y la bienaventuranza, disipando la depresión y la desilusión/cinismo. El también disipa los temores, tales como el temor o la duda de que una renunciación completa de las corrupciones espirituales no hará una vida tediosa, sin interés, monótona y carente completamente de sabor, o el temor que la completa liberación del deseo haga todo pensamiento y acción imposible, pero en realidad una persona que organiza su vida de acuerdo con el Arte de Vivir Budista es victoriosa sobre todas las cosas acerca de ella. Aparte de si esas cosas sean animales, personas, posesiones u otra cosa cualquiera, y aparte de si ellas entran en la consciencia de la persona a través del ojo, oído, nariz, lengua, cuerpo o mente, ellas entraran como perdedoras, incapaces de nublarla, corromperla o perturbarla. La ganancia de la victoria sobre todas las cosas es la felicidad genuina.

¹ Los Tres Esplendores o Glorias.

El Dhamma del Buda entra/deleita una mente que ha desarrollado un gusto por él. Eso puede considerarse también una forma indispensable de alimentación. Ciertamente, que una persona que todavía está controlada por las corrupciones continúa deseando alimentación a través del ojo, el oído, la nariz, la lengua y el cuerpo, y va en busca de eso que le sienta a su naturaleza. Pero hay otra parte de ella, algo profundo, que no exige o demanda esa clase de alimentación. Ese es el elemento libre y puro en su mente. Él desea el goce y la delicia del alimento espiritual, comenzando con la delicia que resulta de la pureza moral. Ella es el origen de satisfacción para los individuos completamente iluminados, que poseen esa tranquilidad de mente en la que las corrupciones no pueden perturbarlos, que poseen un discernimiento claro en la verdadera naturaleza de todas las cosas, y que no tienen ambiciones en referencia a ninguna de ellas. Ellos son, diríamos, capaces de sentarse sin estar obligados a correr de aquí para allá como esas personas—**“humo por la noche y fuego por el día”**—a las cuales el Buda les aplicaba una sonrisa.

“Humo por la noche” se refiere a pasar la noche en blanco, pasar una mala noche con insomnio. Uno que sufre de esto, se queja toda la noche con las manos en la frente, planeando en ir tras esto y tras lo otro, imaginándose como obtener rápidamente dinero, riquezas y las variadas cosas que desea. Su mente está llena de “humo”. Todo lo que puede hacer es estar tumbado ahí hasta el amanecer, cuando puede levantarse e ir corriendo tras las cosas en obediencia a los deseos del “humo” que ha sostenido toda la noche. Esta actividad ferviente es lo que el Buda se refiere cuando dice “fuego por el día”. Estos son los síntomas de una mente que no ha alcanzado la tranquilidad, una mente que ha sido privada de alimento espiritual. Es un hambre y una sed patológica inducida por la corrupción llamada deseo. Toda la noche la víctima reprime el humo del calor, que en la mañana llega a ser fuego, y entonces arde en fuego caliente todo el día dentro de él/ella. Si a una persona se le obliga, a través de su vida entera, a reprimir el “humo por la noche”, que entonces deviene “fuego por el día”, ¿cómo podrá alguna vez encontrar paz y tranquilidad? Justamente visualicen esa condición. Ella soporta el sufrimiento y el tormento toda su vida, desde el nacimiento hasta que entra en el ataúd, simplemente por la carencia del discernimiento que podría haber extinguido completamente ese fuego y humo. Para tratar tal dolencia uno tiene que hacer uso del conocimiento suministrado por el Buda. El humo y el fuego disminuyen en proporción al grado de entendimiento que uno tenga, de la verdadera naturaleza de las cosas.

Como hemos dicho, el Budismo tiene un número de aspectos o lados diferentes. Al igual que una montaña cuando se mira desde direcciones

diferentes presenta una apariencia distinta, así que beneficios diferentes se derivan del Budismo de acuerdo a como uno lo mire. Incluso el Budismo tiene sus orígenes en el temor—no el temor tonto de una persona ignorante que se arrodilla y adora o le rinde respeto o lealtad a los ídolos o fenómenos extraños, sino la clase superior de temor, el temor quizás de nunca alcanzar la liberación de la opresión del nacimiento, la vejez, el dolor y la muerte, de las varias formas de sufrimiento que experimentamos. El budismo real o verdadero no está en los libros, ni en los manuales, ni en las repeticiones del Tipitaka de palabra por palabra, ni en ritos y rituales. Esos no son el Budismo verdadero. El Budismo verdadero es la práctica, a través del cuerpo, habla y mente, que destruirá las corrupciones, en parte o completamente. Uno no necesita tener nada que hacer con libros y manuales. Uno no debe depender en ritos ni rituales, o en nada externo, incluyendo los espíritus y seres celestiales. En su lugar, uno debe preocuparse directamente con la acción corporal, el habla y el pensamiento. Diríamos, uno debe **perseverar** en el esfuerzo de uno **para controlar y eliminar** las corrupciones de manera que el discernimiento claro pueda surgir. Entonces, uno estará o será automáticamente capaz de actuar apropiadamente, y será libre de sufrimiento desde ese instante hasta el final.

Este es el Budismo verdadero. Esto es lo que tenemos que entender. No seamos tontos agarrando y apegándonos al tumor que oscurece el Budismo, tomándolo por la cosa real o verdadera.

II - LA NATURALEZA VERDADERA DE LAS COSAS

La palabra "religión" tiene un significado más amplio que la palabra "moralidad". La moralidad tiene que ver con la conducta y la felicidad, y es básicamente la misma a través del mundo. Una religión es un sistema de práctica de orden superior. Las formas de prácticas abogadas por las variadas religiones difieren grandemente.

La moral nos hace buenas personas, conduciéndonos de acuerdo con los principios generales de la vida comunitaria en tal forma que no causa sufrimiento a los demás ni a nosotros. Pero aunque una persona pueda ser completamente moral, ella puede todavía estar muy lejos de ser libre del sufrimiento que conlleva el nacimiento, la vejez, el dolor y la muerte, y todavía no es libre de la opresión de las corrupciones mentales. La moralidad detiene rápidamente y casi elimina el deseo, la aversión y el engaño, de forma que hace que el sufrimiento se aleje. La religión, particularmente el Budismo, va mucho más allá que esto. Ella tiene como meta directa, eliminar completamente las corrupciones, esto es, ella extingue las varias clases de sufrimientos que acompañan el nacimiento, la vejez, el dolor y la muerte. Esto indica como la religión difiere de la simple moralidad y cuanto más lejos el Budismo va que los sistemas morales del mundo en general. Habiendo entendido esto, no podemos desviar nuestra atención del Budismo.

El Budismo es un sistema designado a traer un conocimiento técnico/científico inseparable de su técnica/destreza de práctica, un entendimiento práctico organizado de la verdadera naturaleza de las cosas o qué es que. Si ustedes mantienen esta definición en mente, no tendrán dificultad en entender el Budismo.

Examínense a ustedes mismos y vean si saben o no qué es que. Inclusive si saben qué son ustedes mismos, qué es la vida, qué es el trabajo, el deber, la forma de vida, el dinero, las posesiones, el honor y la fama, ¿se atreverían a afirmar que lo saben todo? Si nosotros supiéramos qué es que, nunca actuaríamos inapropiadamente, siempre procederíamos de forma apropiada, y sería una certeza, que nunca estaríamos sometidos al sufrimiento. Como la cosa es, es que nosotros somos ignorantes de la verdadera naturaleza de las cosas, así que más o menos nos conducimos inapropiadamente y de acuerdo a eso el resultado es el sufrimiento. La práctica Budista está diseñada a enseñarnos como las cosas realmente son. Saber y conocer esto en todas su claridad es alcanzar el Fruto del Camino, quizás inclusive el fruto Final, el Nirvana, porque este conocimiento en si mismo es lo que destruye las corrupciones. Cuando llegamos a saber qué es

que, o la verdadera naturaleza de las cosas, el desencanto con las cosas toma el lugar de la fascinación, y la liberación del sufrimiento llega automáticamente como resultado. En ese momento, estamos practicando en la etapa donde todavía no conocemos cómo son las cosas verdaderamente, en particular, en la etapa de no comprender todavía que todas las cosas son impermanentes, y no tienen 'un yo' o sustancia. Nosotros sin embargo todavía no hemos comprendido esa vida, todas las cosas con las que nos encaprichamos, las que nos gustan, las que deseamos y nos regocijamos en ellas, son impermanentes, insatisfactorias o sea producen sufrimiento, no tienen un 'yo' o sustancia. Es por esa razón que devenimos encaprichados con esas cosas, que nos gustan, que las deseamos, que nos regocijamos y que nos apegamos y aferramos a ellas cuando, siguiendo el método budista, llegamos a comprenderlas correctamente, a ver claramente que todas son impermanentes, insatisfactorias y carentes de 'yo', que realmente no hay nada que valga la pena acerca de las cosas para apegarnos a ellas, y entonces vendrá inmediatamente un movimiento de una salida, de liberación del poder de control de esas cosas.

Esencialmente la enseñanza de Buda como nosotros la tenemos en el Tipitaka es nada más que el conocimiento de '**qué es que**', o de la verdadera naturaleza de las cosas—simplemente eso. Mantengan esta definición. Es una definición adecuada y es buena para llevar en mente mientras uno está en el curso de la práctica. Ahora vamos a demostrar la validez de esta definición a través de considerar como un ejemplo las Cuatro Nobles Verdades. **La Primera Noble Verdad, que señala que todas las cosas son sufrimiento**, nos dice precisamente que las cosas son así. Pero fracasamos en comprender que todas las cosas son una causa de sufrimiento y por lo tanto deseamos esas cosas. Si nosotros las hubiéramos reconocido como el origen o la causa del sufrimiento, sin valor para desearlas, sin valor para agarrarlas y asirnos a ellas, sin valor para apegarnos a ellas, estaríamos seguros de no desearlas. **La Segunda Noble Verdad señala que el deseo es la causa del sufrimiento**. Las personas todavía no saben, no ven, no entienden, que los deseos son la causa del sufrimiento. Ellas todas desean esto, aquello y lo otro, simplemente porque ellas no entienden la naturaleza del deseo. **La Tercera Noble Verdad señala que la liberación, la libertad del sufrimiento, el Nirvana, consiste en la extinción completa del deseo**. Las personas no comprenden en absoluto que el nirvana es algo que puede ser alcanzado en cualquier tiempo o espacio, que se puede llegar a él en el instante que el deseo haya sido completamente extinguido. Por lo tanto, no sabiendo los detalles de la vida, las personas no se interesan en extinguir el deseo. No están interesadas en el nirvana porque ellas no conocen lo que es.

A la **Cuarta Noble Verdad** se le llama el Camino y constituye el método para extinguir el deseo. Nadie lo entiende como un método para extinguir el deseo. Nadie está interesado en el Noble Camino Óctuple que extingue el deseo. Las personas no lo reconocen como su punto de ayuda, su apoyo, algo que ellas deben estar reforzando más activamente. Ellas no están interesadas en el Noble Camino del Buda, que es la cosa más preciosa y excelente en la masa completa del conocimiento humano en este mundo o en cualquier otro. **Este es el fragmento más aterrador de la ignorancia.**

Entonces nosotros podemos ver que las Cuatro Nobles Verdades son la información que nos dice clara y simplemente **'qué es que'**. Se nos ha dicho que si jugamos con el deseo, él hará surgir el sufrimiento, y sin embargo insistimos en jugar con él, hasta que la copa se llena hasta el borde de sufrimiento. Esto es tonto. No conociendo realmente qué es que o la verdadera naturaleza de las cosas, actuamos en todas las formas inapropiadamente. Nuestras acciones son ocasionalmente apropiadas. Ellas frecuentemente son "apropiadas" sólo en términos de los valores de las personas sujetas al deseo, que dirían que si uno obtiene lo que quiere, la acción debe tener justificación. Pero espiritualmente hablando, esa acción es injustificable. Ahora miremos a una estrofa de los textos que resume la esencia del Budismo, a saber, las palabras habladas por el bhikkhu **Assaji** cuando él se encontró con **Sariputta** antes de su última ordenación. A Sariputta le preguntó a Assaji que le describiera un unas pocas palabras la esencia del Budismo. Assaji respondió: "Todos los fenómenos que surgen lo hacen como resultado de causas. El Perfecto ha demostrado cuales son las causas y también cómo todos los fenómenos pueden llegar a su final a través de eliminar las causas. Esto es lo que el Gran Maestro enseña". En efecto él dijo: Cada cosa tiene causas que se combinan para producirla. Ella no puede ser eliminada a menos que esas causas sean primero eliminadas. Esta es la palabra de guía que nos advierte que no miremos nada como un 'yo' permanente. No hay nada permanente. Solamente hay efectos surgiendo de las causas, desarrollándose por virtud de las causas, y debiendo cesar con la cesación de esas causas. Todos los fenómenos son simplemente productos de causas. El mundo es justamente un flujo perpetuo de fuerzas naturales que incesantemente interactúan y cambian. El budismo nos señala que todas las cosas carecen de cualquier auto-identidad. Ellas solamente son un flujo de cambio perpetuo que inherentemente es insatisfactorio por la carencia de libertad ya que está sujeto a la causalidad. Esta insatisfacción se traerá a su final tan pronto como el proceso se detenga; y el proceso se detendrá tan pronto las causas sean eliminadas, por lo tanto, ya no habrá más interacción. Esta es la descripción más profunda de "qué es que" o la naturaleza de las cosas, tal como únicamente un individuo iluminado podría darla. Es el corazón del

Budismo. Ella nos dice que todas las cosas son simplemente apariencias y que no deberíamos dejarnos engañar y caer en el gusto y disgusto de ellas. Dominar la mente para que sea completamente libre, involucra escapar totalmente de la cadena causal a través de eliminar completamente las causas. En esta forma, la insatisfacción, condición que resulta del gusto y el disgusto, llegará a su final. Examinemos ahora la intención del Buda en devenir un ascético. ¿Qué lo motivó a llegar a ser un bhikkhu? Esto lo indica claramente en uno de sus discursos, en el que dice que dejó el hogar y devino un bhikkhu para responder la pregunta: "¿Qué es lo Bueno?". La palabra "bueno" (Kusala), como la usó aquí el Buda aquí, se refiere a la destreza, al conocimiento correcto absolutamente. Él quería saber en particular qué era el sufrimiento, cuál era la causa del sufrimiento, qué es la libertad del sufrimiento, y cuál es el método que guiará a la liberación del sufrimiento. Alcanzar el conocimiento correcto y perfecto es la destreza o habilidad suprema. Y la meta del Budismo no es otra que esta perfección de conocimiento o 'qué es que' o la naturaleza verdadera de las cosas. Otra enseñanza budista importante es esa de las Tres Características, a saber, la impermanencia (**anicca**), la insatisfacción o sufrimiento (**dukkha**) y el **no-yo o no-ser o la no-entidad (anatta)**. No saber esta enseñanza es no conocer el Budismo. Ella nos señala que todas las cosas son impermanentes (anicca), que todas las cosas son insatisfacción (dukkha), y que todas las cosas son carentes de un yo (anatta). Al decir que todas las cosas son impermanentes nosotros queremos decir que todas las cosas cambian perpetuamente, no hay una entidad o un yo que permanezca sin cambiar, incluso por un instante. Que todas las cosas son insatisfacción significa que todas las cosas tienen inherentemente en ellas la propiedad de conducir al sufrimiento y al tormento. Ellas son inherentemente desagradables y desilusionantes. Que ellas no tienen un 'yo' quiere decir que en cualquier cosa, sea lo que sea, no hay una cosa o entidad que podamos llamar o mirar como un 'yo'. Si nosotros nos agarramos o nos aferramos a las cosas, el resultado está obligado a ser sufrimiento. Las cosas son más peligrosas que el fuego porque por lo menos nosotros podemos ver las llamas del fuego y por lo tanto no nos acercamos a ellas, mientras que todas las cosas son un fuego que no podemos ver, y como resultado, nos acercamos a ellas voluntariamente agarrando un puñado de ese fuego invisible que invariablemente es doloroso. Esta enseñanza nos dice que las cosas son como los términos de las Tres Características. Está claro que el Budismo es simplemente un sistema práctico organizado designado a enseñarnos qué es que.

Nosotros hemos visto que tenemos que conocer la naturaleza de las cosas. También tenemos que saber cómo practicar para encajar en la naturaleza de las cosas. Hay otra enseñanza en los textos, conocida como la Principal de todas las Enseñanzas. Ella consiste en tres puntos breves: evitar el mal,

hacer el bien y purificar la mente". Este es el principio de la práctica. Conocer o saber que todas las cosas son impermanentes, inútiles o insustanciales y que no son de nuestra propiedad, y por lo tanto no vale la pena apegarse ni encapricharse con ellas; tenemos que actuar apropiada y cautelosamente con respecto a ellas y esto significa el mal. Eso implica no romper con las normas morales aceptadas y renunciar al deseo excesivo y el apego. Por otra parte, uno debe hacer el bien como lo han llegado a entender las personas sabias. Estas dos cosas son etapas simples en la moralidad. La tercera, que nos dice que hagamos/tengamos la mente pura completamente de cada clase de elemento contaminante, es el Budismo claro y recto y directo. Nos dice que liberemos la mente. Mientras que la mente todavía no esté libre de la dominación de las cosas, ella no puede ser una mente limpia y pura. La liberación mental debe llegar del más profundo conocimiento de qué es que. Mientras uno carezca de ese conocimiento, uno está sujeto/sometido a continuar libremente con el gusto y disgusto de las cosas en una forma u otra. Mientras uno no pueda permanecer inamovible ante las cosas, uno difícilmente podrá llamarse libre. Básicamente nosotros los seres humanos estamos sujetos o sometidos a dos clases de estados emocionales: el gusto y el disgusto (que corresponden a la satisfacción e insatisfacción de los sentimientos mentales). Nos esclavizamos a nuestras apetencias/disposiciones/estados mentales y no tenemos una libertad real y verdadera porque no conocemos la verdadera naturaleza de esas cosas o estados emocionales—las **apetencias/disposiciones/estados mentales** o '**qué es que**'. El gusto tiene la característica del agarre a las cosas, del apego a las cosas; el disgusto tiene la característica de apartar las cosas, de rechazarlas, desprenderse de ellas. Mientras estas dos clases de estados mentales **existan**, la mente no es libre todavía. Mientras todavía haya un descuidado gusto y disgusto de esto, aquello y lo otro, no habrá forma que la mente pueda purificarse y liberarse de la tiranía de las cosas. Por esta misma razón, la enseñanza suprema del Budismo condena el apego y el agarre o aferramiento a las cosas atractivas y repulsivas, y finalmente condena inclusive, el apego al bien y al mal. Cuando la mente se haya purificado de esas dos reacciones emocionales, ella devendrá independiente de las cosas.

Otras religiones nos tendrían evitando el mal y agarrándonos al bien. Ellas nos hacen apegarnos y aferrarnos al bien, incluyendo a la personificación del bien, esto es, Dios. El Budismo va mucho más allá, condena el apego a cualquier cosa en absoluto. **Este apego al bien es la práctica correcta en el nivel intermedio**, pero no nos puede llevar al nivel superior, no importa lo que hagamos. En el nivel inferior nosotros evitamos el mal, en el intermedio, hacemos lo sumo para hacer el bien, mientras que en el nivel superior hacemos que la mente flote/se eleve por arriba de la dominación de ambos, **el bien y el mal**. La condición del apego a los frutos de la

bondad no es todavía la liberación completa del sufrimiento, porque, mientras una persona mala sufre en la forma apropiada que sufren las personas malas, una persona buena sufre también, en la forma apropiada que las personas buenas sufren. Cuando se es bueno, uno experimenta la clase de sufrimiento apropiado a los seres humanos buenos. Un ser celestial bueno experimenta el sufrimiento apropiado para los seres celestiales, e incluso un dios o Brahma experimenta el sufrimiento apropiado para los dioses. Pero la libertad completa de todo sufrimiento llega solamente cuando uno se ha separado y está libre o ha trascendido incluso eso que llamamos bondad para devenir un **Ario/Aryian**², uno que ha trascendido la condición mundana y finalmente deviene un individuo completamente perfecto, un Arahant.

Ahora, como hemos visto, el Budismo es la enseñanza del Buda, el Iluminado, y un budista es uno que practica de acuerdo a la enseñanza del Iluminado. En cuanto a ¿qué era el iluminado? Él simplemente sabía la naturaleza de las cosas. Entonces, el Budismo es la enseñanza que nos dice la verdad acerca de lo que verdaderamente son las cosas o qué es que. Es entonces de nosotros el practicar hasta que entendamos o sepamos esa verdad por nosotros mismos. Podemos estar seguros que una vez que el conocimiento perfecto ha sido alcanzado, los antojos/el ansia/el afán/la ambición/la codicia, en fin el deseo, será completamente destruido por ese conocimiento, porque la ignorancia cesará de ser en el mismo momento que el conocimiento surge. Cada aspecto de la práctica budista es designado a traer conocimiento. Vuestro propósito completo y total en ubicar vuestra mente en el camino de la práctica que penetrará el Dhamma del Buda—el Buddha-Dhamma—es simplemente ganar conocimiento. Sólo dejen que sea el conocimiento correcto, el conocimiento alcanzado a través de un discernimiento claro, no un conocimiento mundano, un conocimiento parcial, un conocimiento a medias, que por ejemplo equivoca torpemente el mal por el bien, y una causa de sufrimiento por una [causa] de felicidad. Traten todo lo posible de mirar las cosas en términos de sufrimiento, y por lo tanto saber/conocer/entender gradualmente, paso por paso. El conocimiento así obtenido será conocimiento budista basado en principios profundos budistas. Estudiando a través de este método, incluso un carpintero sin un libro para aprender, será capaz de penetrar y llegar hasta la esencia del budismo, mientras que un religioso erudito con muchos títulos, que está completamente absorto en el estudio del Tipitaka, pero que no mira las cosas desde este punto de vista, puede que no penetre en absoluto la enseñanza. Esos de nosotros que tienen alguna inteligencia

² **Ario/Aryian** es un noble individuo en su condición supramundana. Supramundano significa más allá del mundo. En cuanto a él—un Aryian— ningún mundo tal como el infierno, el purgatorio o los lugares de sufrimiento, de tormento y esclavitud, le puede tocar: <http://www.buddhanet.net/budasa12.htm>

deberán ser capaces de investigar y examinar las cosas y llegar a conocer/saber su naturaleza verdadera. Debemos estudiar cada cosa que nos encontramos para entender claramente su verdadera naturaleza. Y debemos entender la naturaleza y el origen del sufrimiento que produce y que pone en llamas y nos quema. Establecer la atención, observar y esperar, examinar en esta forma descrita el sufrimiento que llega a uno—es la mejor manera para penetrar el Buddha-Dhamma. Es infinitamente mejor que aprenderlo del Tipitaka. Estudiar el Dhamma activamente en el Tipitaka desde el punto de vista lingüístico no es la forma de saber/conocer la verdadera naturaleza de las cosas. Por supuesto el Tipitaka está lleno de explicaciones en cuanto a la naturaleza de las cosas; pero el problema es que las personas lo escuchan y repiten como las “cotorras” lo que han sido capaces de memorizar. Ellos mismos son incapaces de penetrar la verdadera naturaleza de las cosas. En su lugar ellos deberían de hacer alguna introspección y descubrir por ellos mismos los hechos de la vida mental, encontrar de primera mano las propiedades de las corrupciones mentales, del sufrimiento, de la naturaleza, en otras palabras, de todas las cosas en las que ellos están involucrados, y entonces ellos serían capaces de penetrar el verdadero y real Dhamma del Buda, el Buddha-Dhamma. aunque una persona nunca haya visto u oído del Tipitaka, si pone en práctica una investigación detallada cada vez que el sufrimiento surge y quema su mente, esa persona puede decir que ha estudiado el Tipitaka directamente, mucho más correctamente que las personas que de hecho están en el proceso de leerlo. Ellos quizás sean cuidadosos cada día con los libros del Tipitaka sin tener ningún conocimiento del Dhamma inmortal, la enseñanza contenida en ellos. Igualmente, como también cada día nosotros hacemos uso de ‘nosotros mismos’ y nos entrenamos a ‘nosotros mismos’ y hacemos cosas conectadas con ‘nosotros mismos’, sin ser capaces de enfrentar adecuadamente los problemas de ‘nosotros mismos’. Nosotros todavía, definitivamente, estamos muy sometidos al sufrimiento, y el deseo/antojo todavía está presente para producir más y más sufrimiento cada día a medida que envejecemos; todo simplemente porque no nos conocemos a nosotros mismos. Todavía no conocemos la vida mental que vivimos. Llegar a saber y conocer el Tipitaka y las cosas profundas que esconde, eso es todavía más difícil. En su lugar, dispongámonos al estudio del Dhamma del Buda a través de conocer nuestra propia naturaleza verdadera. Conozcamos todas las cosas que componen este cuerpo y mente. Aprendamos de esta vida: vida que está girando en el círculo del deseo, actuando basada en los deseos y recogiendo los resultados de las acciones, que entonces nutren de nuevo la voluntad del deseo y así sucesivamente, una y otra vez incesantemente; una vida que está obligada a ir girando en el círculo del samsara, ese mar de sufrimiento, simple y puramente por la ignorancia en cuanto a la verdadera naturaleza de las cosas o... ‘qué es que’.

Resumiendo, el Budismo es un sistema organizado práctico, designado a revelarnos "**qué es que**". Una vez que hayamos visto las cosas como ellas verdaderamente son, ya no necesitamos **a nadie** más para enseñarnos o guiarnos. Nosotros podemos llevar a cabo nuestra práctica por nosotros mismos. Uno progresa a lo largo del **Camino Aryano/Ario** tan rápido como elimine las corrupciones y renuncie a la acción inapropiada. Finalmente uno alcanzará la mejor cosa posible para un ser humano, lo que llamamos el Fruto del Camino, el Nirvana. Esto puede hacerse por uno mismo simplemente a través de conocer o llegar a saber la denotación o el sentido o el significado último de "**qué es que**".

<http://www.buddhanet.net/budasa6.htm>

III - LAS TRES CARACTERÍSTICAS UNIVERSALES

Ahora discutiremos en detalle las tres características comunes a todas las cosas, para ser exactos, la impermanencia, la insatisfacción (el sufrimiento) y la carencia de sustancia real o verdadera o el no-yo.

Todas las cosas, en absoluto, tienen la propiedad de cambiar incesantemente; ellas son inestables. Todas las cosas, en absoluto, tienen la característica de la insatisfacción; verlas evoca la desilusión y el desencanto en cualquiera que tenga un discernimiento claro de su naturaleza. Nada en absoluto es tal, que podamos, en referencia a lo que sea, decir "eso es mío". Para nuestra visión normal imperfecta, las cosas aparecen como teniendo "entidades", pero tan pronto como nuestra visión deviene clara, despejada y precisa, comprendemos que no hay ninguna entidad presente en ninguna de ellas.

Estas tres características fue el aspecto de la enseñanza que el Buda enfatizó más que ningún otro. El resumen de la enseñanza completa simplemente **ascendió al discernimiento de la impermanencia, la insatisfacción y el no-yo, o no-ser, o carencia de sustancia real y verdadera, o la no-entidad**³. Algunas ellas se mencionan explícitamente, otras veces ellas se expresan en otros términos, pero fundamentalmente ellas aspiran a demostrar la misma y sola verdad. La impermanencia de todas las cosas se ha enseñando antes del tiempo de Buda, pero no había sido expuesta tan profundamente como lo hizo el Buda. Igualmente la insatisfacción ha sido enseñada pero no en su profundidad completa. Ella no ha sido tratada desde el punto de vista de la relación de causa-efecto y no se dieron direcciones en cuanto a cómo abolirla sistemática y completamente. Los primeros maestros no entendieron su verdadera naturaleza como el Buda la entendió en su iluminación. En cuanto al no-yo o no-ser en su sentido último, esto se enseña solamente en el Budismo. Esta doctrina nos dice que una persona que tiene un entendimiento completo de "qué es que" o la naturaleza de las cosas, sabrá que nada en absoluto tiene una identidad o pertenece a una [identidad]. Esto fue enseñado solamente por el Buda, quien verdaderamente tuvo un entendimiento completo y exacto de "qué es que" o la naturaleza verdadera de las cosas. Las formas de practicar diseñadas a traer el discernimiento de esas tres características son numerosas; pero un hecho simple que merece atención es que una vez que el discernimiento perfecto ha sido alcanzado,

³ **Comentario de la traductora al español:** Todos estos términos es la misma cosa, la carencia de sustancia real y verdadera de todas las cosas.

para ser exactos, el hecho que nada es meritorio o tiene valor para apegarse o aferrarse a eso, está obligado a ser revelado. No hay nada que debamos querer, obtener o ser. En resumen: nada es meritorio o tiene valor para obtenerse, nada es meritorio o tiene valor para serse. Sólo cuando uno ha llegado a percibir que tener algo o ser algo **es una ilusión, una mentira, un espejismo**, y que nada en absoluto tiene valor para obtenerlo o serlo, es que uno ha alcanzado el verdadero discernimiento de la impermanencia, la insatisfacción y la carencia de entidad en todas las cosas (el no-yo). Un hombre puede que haya repetido miles de veces día y noche la fórmula: "anicca, dukkha, anatta", y sin embargo no ser capaz de percibir esas características. No está en la naturaleza de esas características ser percibidas a través del oído o la repetición verbal de ellas.

Ahora bien, el discernimiento intuitivo, o lo que nosotros llamamos "viendo el Dhamma" **no es** bajo ningún concepto la misma cosa que el pensamiento racional. El discernimiento intuitivo se puede alcanzar solamente a través de una comprensión verdadera/real interna. Por ejemplo, supongamos que estamos examinando una situación donde hemos llegado a involucrarnos despreocupadamente en algo que más tarde nos ha causado sufrimiento. Si, al mirar más de cerca el curso concreto de los eventos, devenimos genuinamente hartos, descontentos y desilusionados con esa cosa, podemos decir que hemos visto el Dhamma o que hemos alcanzado un discernimiento claro. Este discernimiento claro puede que se desarrolle a través del tiempo hasta que se perfeccione y tenga el poder de traer la liberación de todas las cosas. Si una persona recita o repite en voz alta: "anicca, dukkha, anatta" o examina esas características día y noche sin siquiera devenir desencantado con las cosas, sin perder nunca el deseo de obtener las cosas o de ser algo, o el deseo de apegarse a ellas, esa persona **no ha alcanzado todavía el discernimiento**. En resumen, entonces, el discernimiento de la impermanencia, la insatisfacción y la carencia de sustancia de todas las cosas equivale a comprender que nada tiene valor para obtenerlo o para serlo.

Hay una palabra en el Budismo que cubre completamente este significado, la palabra es **suññata**, o vacío de 'yo', vacío de cualquier esencia que podamos tener el derecho de aferrarnos con todo nuestro poder como siendo "nosotros mismos" o "nuestra". La observación que guía al discernimiento de que todas las cosas carecen de cualquier esencia que tenga valor para aferrarnos a ellas es el verdadero corazón de la religión. Es la clave para la práctica budista. Cuando sabemos claramente que todo de cada clase es carente de 'yo' o sustancia verdadera o identidad, podemos decir que conocemos el Dhamma del Buda en su totalidad. La sola frase: "vacío de yo", resume las palabras "impermanencia" (anicca), insatisfacción

(dukkha), y **no-yo** o **no-ser** (anatta). Cuando algo está perpetuamente cambiando, carente de cualquier elemento fijo o perpetuo, se puede decir también que está vacío. Cuando la cosa, lo que sea, se ve desbordada con la propiedad que induce a la desilusión, se puede describir como vacío de cualquier entidad que pueda tener el derecho de aferrarse o asirse a eso. Y cuando examinándola descubrimos que posee un componente no estable, cualquier cosa que pueda ser un 'yo' o una 'entidad', eso es simplemente la naturaleza cambiando y fluctuando de acuerdo con su ley—la ley de la naturaleza—que nosotros no tenemos el derecho de llamarle un 'yo' o una entidad, entonces eso puede describirse como vacío de 'yo' o entidad. Tan pronto como cualquier individuo comienza a percibir el vacío de las cosas, surge en él la comprensión de que todas las cosas no son meritorias o tienen valor para obtenerlas o llegar a ser cualquiera de ellas. Ese sentimiento de no deseo de obtenerlas o serlas tiene el poder de protegerlo a uno de esclavizarse a las corrupciones o a cualquier otra clase de participación o intervención emocional. Una vez que el individuo ha alcanzado esta condición, él/ella es de ahí en adelante incapaz de abrigar cualquier estado de mente insano. Él deviene menos atento con la participación o intervención en cualquier cosa. A él no le atrae o seduce nada en ninguna forma. Su mente conoce la libertad y la independencia permanente y es libre del sufrimiento.

La declaración "Nada es meritorio de obtenerlo o serlo" debe entenderse en un sentido especial. Las palabras "obtener" y "ser" se refieren aquí a obtener y ser con una mente engañada, con una mente que agarra y se apega entera y completamente. Aquí no se sugiere que uno pueda vivir sin tener una cosa en absoluto o ser algo. Normalmente hay ciertas cosas que uno no puede hacer sin ellas. Uno necesita propiedad, hijos, esposa/o, un lugar y así sucesivamente. Uno debe ser bueno, uno no puede ayudar a los seres a ganar o perder, o a tener uno u otro estatus. Uno no puede ayudar a hacer una u otra cosa. ¿Por qué entonces enseñamos a mirar las cosas como no meritorias para obtenerlas o serlas? La respuesta es esta: Los conceptos de obtener y ser son puramente relativos, ellos son ideas mundanas basadas en la ignorancia. Hablando en términos de realidad pura o verdad absoluta, nosotros no podemos obtener nada ni ser algo en absoluto. ¿Por qué? Simplemente porque ambos, la persona quien obtiene y la cosa que se desea obtener son impermanentes, insatisfactorias y no son la propiedad de nadie. Pero un individuo que no percibe esto, naturalmente pensará: "Estoy obteniendo"... "Yo soy"... "Yo tengo"... Nosotros automáticamente pensamos en esos términos, y es ese mismo concepto de obtener y ser que es la causa del dolor, el sufrimiento y la miseria.

'Obtener' y 'ser' representan una forma de deseo, para ser exactos, el deseo de no dejar que la cosa que uno está en el proceso de obtener o de

ser, desaparezca o se vaya. El sufrimiento surge del deseo de tener y el deseo de ser, en resumen, del deseo; y el deseo surge del fracaso en comprender que todas las cosas son inherentemente indeseables. La idea falsa de que las cosas son deseables está presente como un instinto desde el momento de nacer, y es la causa del deseo. Consecuentemente del deseo llegan los resultados de una clase u otra, que pueden o no, estar de acuerdo con el deseo. Si el resultado del deseo se obtiene, surgirá aún un deseo mayor. Si el resultado del deseo **no es** obtenido, el proceso está obligado a seguir una lucha y esfuerzo hasta que de una forma u otra se obtenga. El mantener los resultados es un círculo vicioso: acción (karma), resultado, acción, resultado, que conocemos como la Rueda del Sámsara. Ahora esta palabra sámsara no se debe tomar como refiriéndose al ciclo infinito de una existencia física, una después de otra. De hecho se refiere al círculo vicioso de tres acontecimientos: deseo, acción para mantenerse en el deseo, efecto resultante de esa acción; inhabilidad para detener el deseo, habiendo deseado algo más; acción; de nuevo otra vez otro efecto; promoviendo el aumento del deseo... y así continuando interminablemente. Buda le llamó a esto la "Rueda" del **sámsara** porque es un círculo **interminable** que rueda **continuamente**. Esa es la razón por la cual en ese mismo círculo estamos obligados a soportar el tormento y el sufrimiento. El éxito en romper ese círculo vicioso es alcanzar la liberación de todas las formas de sufrimiento, en otras palabras, el Nirvana. Sin tener en cuenta si una persona es un mendigo o un millonario, un rey o un emperador, un ser celestial o un dios, o cualquier otra cosa, mientras que ella está atrapada en ese círculo vicioso, está obligada a experimentar, si se mantiene con el deseo, el sufrimiento y el tormento de una forma u otra. Podríamos decir entonces, que esta rueda del sámsara está sobrecargada con sufrimiento. Para rectificar esta situación, la moralidad es completamente inadecuada. Para resolver el problema tenemos que depender de los principios supremos del Dhamma.

Hemos visto que el sufrimiento tiene sus orígenes en el deseo, que es justo lo que el Buda presentó en la Segunda Noble Verdad. Ahora bien, hay **tres** clases de deseo. La primera clase es el **deseo sensual**, deseando y encontrando placer en las cosas: en formas y colores, sonidos, esencias, gustos u objetos táctiles. La segunda clase es el **deseo de llegar a ser**, deseo de ser esto o lo otro de acuerdo a lo que uno quiere. La tercera clase es el **deseo de no llegar a ser**, deseo de no ser esto o lo otro. De que hay tres clases de deseos **es una regla absoluta**. Desafiamos a todos y cada uno a confrontar esta regla y demostrar la existencia de una clase de deseo que no sean estos tres.

Todos pueden observar que cada vez que hay deseo, el sufrimiento está también ahí; y cuando estamos forzados a actuar sobre él [el deseo],

estamos obligados a sufrir de nuevo de acuerdo con la acción. Habiendo obtenido el resultado, somos incapaces de terminar con nuestro deseo, así que continuamos deseando. La razón por la que estamos obligados a continuar experimentando el sufrimiento es que todavía no estamos libres del deseo, sino que todavía somos esclavos de él. Por lo tanto se puede decir que un hombre malo hace maldad porque desea hacer maldad, y experimenta la clase de sufrimiento apropiado a la naturaleza de un hombre malo; y que un hombre bueno desea hacer el bien y por lo tanto está sujeto a la experiencia de otra clase de sufrimiento, una clase apropiada a la naturaleza de un hombre bueno. Pero no entiendan esto como una enseñanza para que nosotros desistamos de hacer el bien. Eso simplemente nos enseña a comprender que existen grados de sufrimiento tan refinados que el hombre normal o común no puede detectarlos. Tenemos que actuar basados en el consejo de Buda: si vamos a liberarnos del sufrimiento completamente, simplemente hacer el bien, no es suficiente. Es necesario hacer cosas que estén más allá y por encima de hacer el bien, cosas que sirvan para liberar la mente de la condición de vasallos y esclavos del deseo de cualquier clase. Esta es la quintaesencia/el extracto/el corazón de la enseñanza de Buda. No puede ser mejorado o igualado por cualquier otra religión en el mundo, así que deben de ser recordada cuidadosamente. Tener éxito en vencer estas tres formas de deseo es alcanzar la liberación completa del sufrimiento.

¿Cómo podemos eliminar el deseo, extinguirlo, cortarlo de raíz y finalizar con él? La respuesta a esto es muy simple: observen y tomen nota de la impermanencia, la insatisfacción (el sufrimiento) y la no-identidad o el no-yo o la carencia de sustancias de todo, hasta que lleguemos a ver que no hay nada que merezca ser deseado. ¿Qué hay que sea meritorio de obtener o ser? ¿Qué cosa hay que cuando una persona la obtiene o llega a ser no produce alguna clase de sufrimiento? Háganse esta pregunta a ustedes mismos: ¿Qué pueden ustedes tener o ser que no les traiga sufrimiento y ansiedad? Piénsenlo bien. ¿Tener una esposa e hijos guía a la felicidad y liberación o trae toda clase de responsabilidades? ¿Es alcanzar una posición superior y un título el ganar la paz y la tranquilidad, o el ganar unas obligaciones y cargas pesadas? Observen estas cosas en esta forma, y sin dificultad vemos que ellas siempre traen carga y responsabilidad. ¿Y por qué? Todo, lo que sea, es una carga simplemente por la virtud/condición de sus características de impermanencia, insatisfacción y carencia de sustancia. Habiendo obtenido algo, tenemos que ver que se queda con nosotros, es como si deseáramos que eso exista o nos beneficie. Pero esa cosa es por naturaleza impermanente, insatisfactoria y no es la propiedad de nadie. La cosa que sea no puede ajustarse a las metas y los objetivos de nadie. Todo cambia a medida que su naturaleza cambia. Todos nuestros esfuerzos, entonces, son un intento de oponernos y resistirnos a la ley del

cambio; y la vida, como esfuerzo para ajustar las cosas a nuestro deseo, está llena con sufrimientos y dificultades.

Existe una técnica para llegar a comprender que nada es meritorio de obtener o de ser. Ella consiste en examinar las cosas profundamente, lo suficiente para descubrir que en la presencia del deseo/anhelo/afán, uno tiene sentimientos de cierta clase hacia obtener y ser; que cuando el deseo se ha transformado completamente en el discernimiento de la verdadera naturaleza de las cosas, la actitud de uno hacia obtener y ser es bastante diferente. Como un simple ejemplo consideremos el comer. La forma de comer de un hombre acompañado por el antojo y el deseo de sabores deliciosos debe tener ciertas características que lo distinguen de las formas de comer de otro hombre que no va acompañado por los antojos y deseos, sino por la comprensión clara o el discernimiento de la verdadera naturaleza de las cosas. Sus formas de comer deben diferir, sus sentimientos mientras comen difieren igualmente y por lo tanto los resultados que surgen debido a lo que comen, también deben ser diferentes.

Ahora lo que tenemos que comprender es que uno puede todavía comer alimentos incluso aunque carezca del deseo por sabores deliciosos. El **Buda** y los **Arahants**, individuos carentes de deseos/antojos/anhelos, fueron todavía capaces de hacer cosas y ser cosas. Ellos todavía eran capaces de trabajar, de hecho, mucho más que cualquiera de nosotros podemos hacerlo con todos nuestros deseos. ¿Cuál fue el poder que los indujo a hacer eso? ¿Cuál fue el poder correspondiente al deseo y el anhelo de hacer esto o ser esto, por el cual nosotros hacemos las cosas? La respuesta es que ellos lo hicieron por el poder del discernimiento, el conocimiento claro y completo de "qué es que", o la verdadera naturaleza de las cosas. Nosotros en contraste estamos motivados por el deseo, con el resultado de que somos desiguales a ellos, continuamente sujetos al sufrimiento. Ellos no deseaban obtener o poseer ninguna cosa, y como resultado, los demás se beneficiaron gracias a su benevolencia. Su sabiduría les indujo/estimuló/dijo a ellos que comunicaran lo que sabían en lugar de permanecer indiferentes, y por lo tanto fueron capaces de pasarnos la enseñanza.

La liberación de los anhelos y deseos nos trae muchos beneficios secundarios. Un cuerpo y una mente libre de anhelos pueden esperar y compartir la comida motivados por la discriminación inteligente y no como antes, por el deseo. Si deseamos liberarnos del sufrimiento siguiendo los pasos del Buda y de los arahants, entonces debemos entrenarnos para actuar con discriminación en lugar de anhelos/antojos/deseos. Si somos estudiantes, entonces aprendamos a distinguir lo correcto de lo incorrecto, el bien del mal, y confirmar y experimentar que el estudio es la cosa mejor

para que ustedes hagan. Si tienen un trabajo de alguna clase, entonces aprendan cómo distinguir lo correcto de lo incorrecto, lo bueno de lo malo y comprueben ustedes mismos que ese trabajo es la cosa mejor que están haciendo y es de beneficio para todos los concernientes. Entonces, háganlo bien, con toda la confianza y ecuanimidad que vuestro discernimiento les provee. Si cuando hacemos algo estamos motivados por el deseo, entonces nos preocupamos mientras lo hacemos y nos preocupamos cuando lo hemos terminado; pero si lo hacemos guiados por el poder de discriminación, no estaremos preocupados en absoluto. Esta es la diferencia que eso hace.

Es esencial, entonces, que siempre estemos conscientes que en realidad, todas las cosas son **impermanentes, producen insatisfacción y no tienen entidad o carecen de sustancia verdadera**. Si devenimos involucrados con ellas, entonces hagámoslo con discriminación y nuestras acciones no se contaminarán con el deseo. Si actuamos sabiamente, nos liberaremos del sufrimiento desde el principio hasta el fin. La mente no se agarrará ni apegará ciegamente a las cosas como merecedoras de obtenerlas o serlas. Estaremos seguros de actuar vigilantemente, y seremos capaces de proceder de acuerdo con la tradición y la costumbre o de acuerdo con la ley. Por ejemplo, aunque nosotros seamos propietarios de tierras y posesiones, no necesitamos necesariamente tener un sentimiento de avaricia acerca de ellas. No necesitamos aferrarnos a las cosas hasta el extremo que devengan una carga pesada y un tormento mental. La ley está obligada a ver que nuestro pedazo de tierra permanece en nuestra posesión. No necesitamos sufrir y preocuparnos y tener ansiedad acerca de eso. La tierra no se nos va a ir de las manos y desaparecer. Incluso, si alguien viene y nos la arrebató, seguramente podemos resistir y protegerla inteligentemente. Podemos resistir sin llegar a ponernos coléricos, sin llegar a calentarnos con la llama del odio. Nosotros podemos depender en la ley y hacer nuestro trabajo de resistir sin la necesidad de experimentar el sufrimiento. Ciertamente debemos observar y cuidar nuestra propiedad, pero si de hecho se nos escapa de nuestras manos, entonces devenir emocional, no ayuda a eso en absoluto. Todas las cosas son impermanentes, cambiando perpetuamente. Comprendiendo esto, no necesitamos llegar a disgustarnos por nada.

“**Ser**” es lo mismo. No hay necesidad de aferrarnos a un estado de ser, ya sea este o aquel, porque en realidad no hay condición satisfactoria en absoluto. Todas las condiciones nos traen sufrimiento de una clase u otra. Hay una técnica muy simple, que tendremos que mirarla más tarde y se conoce con el nombre de **vipassana**, la práctica directa del Dhamma. Esa práctica consiste de una introspección profunda, que revela que no hay nada que se merezca ‘ser’, o que realmente no hay en absoluto un estado

satisfactorio o adecuado de 'ser'. Miren ustedes mismos a esta cuestión; vean si pueden descubrir cualquier condición o estado de ser satisfactorio. ¿Ser un hijo o un padre o un esposo o una esposa o un maestro o un sirviente? ¿Es cualquiera de esas cosas placenteras? Incluso ser el hombre aventajado, él que tiene la mano arriba, el ganador, ¿es eso placentero o agradable? ¿Es la condición de un ser humano placentera? Incluso la condición de un ser celestial o un dios, ¿sería eso placentero? Cuando ustedes llegan a saber el 'qué es que', encontrarán que nada, lo que sea, es en ninguna forma placentera. Nosotros estamos construyendo sin prestar atención con los deseos de tener y el ser. Pero, ¿por qué debemos ir arriesgando ciegamente la vida y el cuerpo a través de obtener y ser, siempre actuando con el deseo? Eso nos incumbe a nosotros para entender las cosas y a vivir sabiamente, involucrándonos en las cosas de tal forma que ellas causen un mínimo de sufrimiento o idealmente ninguno en absoluto.

Aquí tenemos otro punto: debemos llevarles a nuestros compañeros de camino, a nuestros amigos, y particularmente a nuestros parientes y esos cercanos a nosotros, el entendimiento de que así es como las cosas son, de forma que ellos puedan tener el mismo derecho de punto de vista que nosotros. Entonces no habrá incomodidades ni peleas en la familia, el pueblo, el país y finalmente en todo el mundo. Cada mente individual estará inmune al deseo, no se apegará a nada, y no se preocupará ni obsesionará por nada ni por nadie. En su lugar, la vida de cada uno estará guiada por el discernimiento, por la visión clara siempre presente de que en realidad no podemos apegarnos a nada y nada se puede agarrar, porque todos y cada uno comprenderán que todas las cosas son impermanentes, insatisfactorias y carentes de un 'yo' o identidad, y que ninguna de ellas es merecedora de que nosotros lleguemos a encapricharnos u obsesionarnos con ellas. Es de nosotros el tener la sagacidad/ penetración de renunciar a ellas y mantener los puntos de vista correctos siguiendo las enseñanzas del Buda. Una persona que hace esto está capacitada para llamársele un verdadero budista. Aunque ella nunca haya sido ordenada ni siquiera haya tomado los preceptos, ella habrá penetrado verdaderamente al Buda, al Dhamma y a la Sangha. Su mente será idéntica que la del Buda, el Dhamma y la Sangha; incontaminada, iluminada y tranquila; simplemente por virtud de no apegarse a algo como cosa merecedora de tener o ser. Así que una persona puede voluntariamente devenir un budista genuino y completamente desarrollado, simplemente por medio de esta técnica de observar y percibir la impermanencia, el sufrimiento y la carencia de identidad de todas las cosas, hasta llegar a comprender que no hay nada meritorio de obtener o ser.

Las formas inferiores del mal se originan en nuestro interior y toman poder a través del **deseo de obtener y ser**; las formas débiles del mal consisten en acciones menos fuertes motivadas por el **deseo**; y todas las bondades están compuestas o consisten de una acción basada en una forma más tenue y refinada del **deseo**, el deseo de 'obtener' o 'ser', en el nivel de la bondad. Inclusive en su forma suprema, el bien está basado en el **deseo**, que sin embargo, es tan refinado y tenue que las personas no lo consideran, en ninguna forma, una cosa mala. Sin embargo, el hecho es que una buena acción nunca puede traer una liberación completa del sufrimiento. Una persona que ha llegado a liberarse del deseo, diríamos, un Arahant, es uno que ha cesado de actuar por el deseo y ha devenido incapaz de hacer el mal. Sus acciones descansan fuera de la categoría del bien y el mal. Su mente está libre y ha trascendido las limitaciones del bien y el mal. Por lo tanto es completamente libre de sufrimiento. Este es un principio fundamental del Budismo. Ya seamos o no capaces de hacerlo o desear hacerlo, este es el camino o la forma a la liberación del sufrimiento. Seamos o no capaces de hacerlo o desear hacerlo, este es el camino o la forma a la liberación del sufrimiento. Quizás hoy todavía no queramos; algún día estaremos seguros de quererlo. Cuando hayamos renunciado completamente al mal y hecho el bien hasta lo mejor de nosotros, la mente todavía será un **ancla** con variadas clases de deseos atenuados, y no sabrá otra forma de desprenderse de ellos que no sea a través de luchar para ir más allá del poder del deseo, a ir más allá del poder del deseo de obtener y ser cualquier cosa, buena o mala. Si ha de haber Nirvana, la liberación del sufrimiento de toda clase, tiene que haber una ausencia absoluta y completa de deseo.

Resumiendo, saber 'qué es que' en su sentido último es verlo todo como impermanente, insatisfactorio y carente de identidad. Cuando realmente sabemos esto, la mente llega a ver las cosas de tal forma que no se apega a obtener o ser lo que sea. Pero si tenemos que involucrarnos en las cosas en las formas conocidas como "tener" o "ser", entonces devengamos involucrados inteligentemente, motivados por el discernimiento y no por el deseo. Actuando así, permanecemos libres de sufrimiento.

IV – EL APEGO Y EL AFERRAMIENTO

¿Cómo puedo apartarme de las cosas y devenir completamente independiente de ellas, las cuales son impermanentes, insatisfactorias y carentes de identidad verdadera? La respuesta es que tenemos que encontrar cuál es la causa de nuestros deseos de esas cosas y nuestros apegos a ellas. Conociendo la causa, estaremos en la posición de eliminar completamente el apego. Los budistas reconocen cuatro clases diferentes de apego o aferramiento: **1**). Apego sensual (**Kamupanana**) es el apego a los objetos sensoriales deseables y atractivos. Es el apego que se desarrolla naturalmente por las cosas que nos gustan y encontramos satisfacción en ellas: color y formas, sonidos, olores, sabores, objetos táctiles, o imágenes mentales, objetos pasados, presentes y futuros que surgen en la mente, y que corresponden a objetos materiales en el mundo externo o dentro de nuestro cuerpo, o son solamente imaginaciones. Nosotros instintivamente encontramos placer, encanto, delicia en esas seis clases de objetos sensoriales. Ellos inducen delicia y encanto en la mente que los percibe.

Tan pronto como un individuo nace, comienza a conocer el gusto de esos **seis** objetos sensoriales y se apega a ellos; y mientras el tiempo pasa deviene más y más apegado firmemente a ellos. Las personas ordinarias o comunes son incapaces de retirarse de ellos nuevamente, así que ellas presentan un problema mayor. Es necesario tener un conocimiento propio y un entendimiento de esos objetos sensoriales y actuar apropiadamente con respecto a ellos, de lo contrario, el apego a ellos puede guiar a la ruina completa y total. Si examinamos la historia de un caso de una persona que se ha hundido en la ruina o el abandono total, siempre encontraremos que eso ha llegado a ser a través de aferrarse a algún objeto sensorial. De hecho, cada cosa que un ser humano hace tiene su origen en la sensualidad. Ya sea si amamos, o nos enojamos, u odiamos, o nos sentimos envidiosos, o asesinamos, o cometemos suicidio, la causa última debe ser algún objeto sensorial. Si investigamos qué es lo que dirige a los seres humanos a trabajar enérgicamente, o hacer algo del todo por esa razón, encontramos que es el deseo, el deseo de obtener cosas de una clase u otra. Las personas luchan, estudian, y ganan el dinero que pueden, y entonces van en busca de placer en la forma de colores y formas, sonidos, olores, sabores y objetos táctiles, que los han mantenido a ellos motivados. Incluso las acciones meritorias para ir al cielo, tiene su origen simplemente en un deseo basado en la sensualidad. Considerándolos todos juntos, todos los problemas y los caos en el mundo tienen su origen en la sensualidad. El peligro de la sensualidad descansa en el poder del apego sensual. Por esa razón el Buda estimó/calculó el 'agarre' a la sensualidad como la primera forma de apego. Ese apego es el verdadero problema del mundo. Ya sea si

el mundo se está destruyendo completamente o no, está sujeto a depender en este mismísimo apego sensual. Eso nos capacita a examinar por nosotros mismos para encontrar en que formas estamos apegados a la sensualidad y lo firmemente que estamos; y si quizás no está en nuestro poder renunciar a ellas. Hablando en términos mundanos, el apego a la sensualidad es la '**cosa**'. Él conduce al amor a la familia, al esfuerzo persistente y a la energía en busca de la riqueza y la fama, y así sucesivamente. Pero si se observa desde el punto de vista espiritual, parece ser la puerta secreta para el sufrimiento y el tormento. Hablando espiritualmente, el apego a la sensualidad es algo que se debe mantener bajo control. Y si debemos eliminar todo el sufrimiento, el apego sensual tiene que excluirse completamente. **2)** El apego a las opciones (***Ditthupadana***). Aferrarse a los puntos de vista y opiniones no es difícil de identificar una vez que hagamos una pequeña introspección. Desde que nacimos en el mundo, hemos recibido instrucción y entrenamiento, que han hecho surgir ideas y opiniones. Hablando aquí de opiniones, lo que tenemos en mente es la clase de ideas a las que uno se agarra y rehúsa desprenderse de ellas. El aferrarse a las ideas y opiniones de uno es relativamente natural y no es normalmente condenado o desaprobado, pero no es menos grave que el peligro del apego a los objetos atractivos o deseables. Puede que suceda, que ideas y opiniones preconcebidas a las cuales siempre nos hemos aferrado obstinadamente lleguen para destruir. Por esa razón es necesario que ajustemos continuamente nuestros puntos de vista, haciéndolos progresivamente más correctos, mejores, superiores, y cambiando los falsos puntos de vistas en los que estén cada vez más cercanos a la verdad; y finalmente en la clase que incorporan las Cuatro Nobles Verdades.

Las opiniones obstinadas y tercas tienen varios orígenes, pero el principal es que están determinadas y obligadas por costumbres, tradiciones, ceremonias y doctrinas religiosas. Las convicciones personales tercas y porfiadas no son materia de gran importancia. Ellas son mucho menos que convecciones que surgen de tradiciones y ceremonias populares sostenidas por mucho tiempo. Adherirse a puntos de vista está basado en la ignorancia. Careciendo de conocimiento, desarrollamos nuestros propios y personales puntos de vista de las cosas, basados en nuestra propia estupidez original. Por ejemplo, nosotros estamos convencidos que las cosas son deseables y merecedoras de tenerlas, y que realmente ellas duran, valen la pena y tienen identidad; en lugar de percibir que ellas son justamente una ilusión, un engaño, son pasajeras/temporales, no tienen valor y carecen de identidad. Una vez que hemos llegado a tener ciertas ideas acerca de algo, naturalmente no nos gusta admitir después que estábamos equivocados. Aunque puede que veamos ocasionalmente que estamos equivocados, simplemente rehusamos admitirlo. La obstinación de

esa clase se considera un **obstáculo** mayor para progresar, llevándonos a ser incapaces de cambiar para mejorar e incapaces de modificar las convicciones religiosas falsas y otras creencias antiguas. Probablemente esto es también un problema para las personas que sostienen doctrinas ingenuas. Incluso aunque más tarde lleguen a verlas como ingenuas, ellos rehúsan cambiar por motivo de que sus padres, abuelos y ancestros, todos ellos, sostuvieron los mismos puntos de vista. O si verdaderamente no están interesados en corregirse y mejorarse ellos mismos, ellos simplemente no hacen caso a cualquier argumento en contra de sus viejas ideas con el comentario de que siempre es lo que han creído. Por esas mismas razones, el apego a las opiniones es considerado una corrupción peligrosa, un peligro mayor, que, si queremos mejorarnos del todo, debemos hacer todos los esfuerzos por eliminar. **3)** El apego a los ritos y rituales (*Silabbatupadana*). Éste se refiere al apego a las prácticas tradicionales sin sentido que han sido descuidadamente transmitidas, prácticas que las personas escogen como sagradas y que no se cambian bajo ninguna circunstancia. En Tailandia no hay menos de esta clase que en otros lugares. Hay creencias que involucran amuletos, artefactos mágicos y toda clase de procedimientos secretos. Por ejemplo, existe la creencia que al despertarse de dormir uno tiene que pronunciar una fórmula mágica sobre un recipiente de agua y entonces lavarse la cara con ella; que antes de defecar uno debe dirigir la cara hacia un punto y hacia otro de la brújula, y que antes de comer o ir a dormir tiene que haber también diferentes rituales. Hay creencias en los espíritus y en los seres celestiales, en árboles sagrados y en toda clase de objetos mágicos. Esta clase de cosa es completamente irracional. Simplemente las personas no piensan racionalmente; ellas simplemente se aferran a los patrones establecidos. Siempre han hecho esto en esa forma y simplemente rehúsan cambiar. Muchas personas admiten ser budistas estando apegadas también a esas creencias, así que tienen ambas formas; y esto también incluye a los que se hacen llamar Bhikkhus, discípulos de Buda. Las doctrinas religiosas basadas en la creencia de Dios, ángeles y objetos sagrados son particularmente propensas a estas clases de puntos de vista; no hay razón por la cual nosotros los budistas no debemos estar libres completamente de ese tipo de cosa.

La razón por la que debemos estar libres de esos puntos de vista y opiniones es que si practicamos cualquier aspecto del Dhamma sin estar consciente de su propósito original, inconscientes de su justificación y validez, el resultado está obligado a ser tonto, una suposición ingenua de que eso es algo mágico. Así que encontramos a personas tomando los preceptos morales o practicando el Dhamma, pura y simplemente para ajustarse con el patrón aceptado, y la ceremonia tradicional, sólo para seguir el ejemplo que se les ha transmitido. Ellos no saben nada de los

principios que explican el razonamiento de esas cosas, haciéndolas simplemente por la fuerza del hábito. Ese aferramiento tan firmemente establecido es difícil de corregir. Esto es lo que significa el apego estúpido/negligente a las prácticas tradicionales. La meditación de discernimiento o la meditación tranquila/silenciosa como práctica de hoy en día, si se lleva a cabo sin ningún conocimiento de la razón de los objetivos verdaderos de ella, está obligada a motivarse por el apego y aferramiento, está mal dirigida y es una clase de tontería. E inclusive, la "Toma de los Preceptos", cinco, ocho, o diez, o los muchos que sean, si se hace con la creencia de que uno a través de eso deviene un individuo mágico, supernatural y/o santo, procesando poderes psíquicos o de otra clase, llega a ser una rutina dirigida incorrectamente y motivada simplemente por el apego a rito y al ritual.

Entonces, es necesario que seamos muy cautelosos. La práctica budista debe tener una base firme en pensamiento, entendimiento y deseo de destruir las corrupciones. De lo contrario será simplemente una tontería irracional y estará mal dirigida, siendo por lo tanto, una pérdida de tiempo. **4)** El apego a la idea del 'yo' (**Attavadupadana**). La creencia en una identidad propia o 'yo' es algo importante y también está extremadamente bien escondida. Cualquier criatura viviente está obligada siempre a tener una idea incorrecta del 'yo' y lo 'mío'. Este es el instinto primario [**de supervivencia**] de las cosas vivientes y es la base de todos los instintos. Por ejemplo, el instinto de buscar alimento y comerlo, el instinto de evitar el peligro, el instinto de procrear, y muchos otros que consisten simplemente en la consciencia instintiva de la criatura de una creencia en su propio 'yo'. Convencido primeramente de todo su '**yoísmo**' o su identidad completa, desea naturalmente evitar la muerte, buscando por comida y nutriendo su cuerpo, buscando por seguridad y propagando las especies. Entonces, una creencia en el 'yo' está presente universalmente en todos los seres vivientes. Si eso no fuera así, ellos no podrían continuar sobreviviendo. Sin embargo, al mismo tiempo, eso es lo que causa el sufrimiento en la búsqueda por alimento y refugio/protección, en la propagación de las especies, o en cualquier actividad que sea. Esta es la razón por la cual Buda enseñó que el apego a la idea del 'yo' es la causa-raíz de todo sufrimiento. Él lo resumió muy brevemente diciendo: "**La cosas, si nos apegamos a ellas, son sufrimiento, o son el origen del sufrimiento**". Este apego es la causa y raíz/base de la vida, y al mismo tiempo es la causa y raíz/base del sufrimiento en todas sus formas. Fue esta misma verdad a la que el Buda se refirió cuando dijo que la vida era sufrimiento, el sufrimiento es la vida. Esto significa que el cuerpo y la mente (los cinco agregados) que están apegados, son sufrimiento. El conocimiento de esta causa y base de la vida y del sufrimiento debe ser considerado **el conocimiento más profundo y más penetrante**, dado

que nos sitúa en una posición en la que podemos eliminar el sufrimiento completamente. Se puede afirmar que este fragmento de conocimiento es único del Budismo. No se encuentra en ninguna otra religión en el mundo. La forma más eficaz de tratar con el apego es reconocerlo cada vez que está presente. Esto aplica más particularmente al apego a la idea del 'yo', que es la misma base de la vida. Es algo que llega a existir de acuerdo por sí mismo, estableciéndose por sí mismo en nosotros sin necesidad de ser enseñado. Está presente como un instinto en los niños y en los cachorros de los animales desde el nacimiento. Los cachorros de los animales tales como los gatitos saben cómo asumir una actitud defensiva, como podemos ver cuando nos acercamos a ellos. Siempre hay ese algo, el 'yo' presente en la mente, y consecuentemente ese apego está obligado a manifestarse. La única cosa que se puede hacer es ponerle las riendas tanto como sea posible, hasta que llegue el tiempo en que uno esté bien avanzado en el conocimiento espiritual; en otras palabras, emplear los principios budistas hasta que este instinto sea vencido y eliminado completamente. Mientras uno todavía sea una persona común u ordinaria, un mundano, este instinto permanece inconquistable. Solamente el supremo de los Arios, el Arahant, ha tenido éxito en vencerlo. Debemos reconocer esto, no como un asunto de menor importancia, ya que es un problema mayor, común a todas las criaturas vivientes. Si nosotros queremos ser unos budistas verdaderos, si queremos derivar beneficios completos de la enseñanza, es de nosotros distinguir las equivocaciones y cómo superarlas. El sufrimiento por el cual todos pasamos se disminuirá de acuerdo a eso.

Conocer/saber la verdad acerca de estas cosas, que son de preocupación diaria para nosotros, se debe de ver como uno de los mayores beneficios y una de las mayores habilidades. Piensen bien esto de los cuatro apegos, poniendo en mente que nada, sea lo que sea, es merecedor de apegarse a eso, y que por la naturaleza de las cosas, nada merece la pena de tener o ser. Que nosotros somos esclavos de las cosas es simplemente un resultado de esas cuatro clases de apego. Descansa en nosotros el examinar y llegar a conocer completamente la gran peligrosidad y la naturaleza venenosa de las cosas. Su naturaleza dañina no es evidente inmediatamente como en el caso de las llamas del fuego, las armas o el veneno. Ella está bien disfrazada como dulce, sabrosa, fragante, cosas atractivas/seductoras, cosas bellas, cosas melodiosas. Llegando de estas formas ellas están obligadas a ser difíciles de reconocer y tratar. Consecuentemente tenemos que hacer uso de este conocimiento con que el Buda nos ha equipado/preparado. Tenemos que controlar este apego ineficaz y dominarlo a través del poder del discernimiento. Haciendo esto, estaremos en la posición de organizar nuestra vida de tal manera que devenga libre de sufrimiento, libre incluso de la menor huella de sufrimiento. Seremos

capaces de trabajar y vivir pacíficamente en el mundo, de ser incorruptos, iluminados y calmados.

Resumamos. Estas cuatro formas de apego son el único problema que los budistas o las personas que desean conocer acerca del Budismo tienen que entender. El objetivo de vivir una vida santa (***Brahmacariya***) en el Budismo es capacitar a la mente para renunciar al apego ineficaz/inoperante/inútil. Ustedes pueden encontrar esta enseñanza en cada discurso en los textos que tratan del logro o fruto de la ***Arahantidad***. La expresión que se usa es "la mente libre de apego". Eso es lo esencial/final. Cuando la mente está libre de apego, no hay nada a lo que atarse/esclavizarse y que nos haga un esclavo del mundo. No hay nada que mantener girando en la rueda o ciclo de nacimiento y muerte, así que el proceso completo llega a su final, o mejor dicho, se llega a trascender el mundo, libre del mundo. **El renunciar al apego inútil es entonces, la clave de la práctica Budista.**

V - EL ENTRENAMIENTO TRIPLE

En este capítulo examinaremos el método a usarse para eliminar el apego/aferramiento. El método está basado en tres pasos prácticos, específicamente, **Moralidad**, **Concentración** y **Discernimiento**, conocidos colectivamente como el Entrenamiento Triple.

El primer paso es la moralidad (Sila). La moralidad es simplemente una conducta apropiada/adeuada, conducta que está en conformidad con las normas generalmente aceptadas y no causa sufrimiento a otras personas o a uno mismo. Esa conducta está implícita en la forma de los cinco preceptos morales, u ocho, o diez, o 227, o en otras formas. Ella se conduce a través del cuerpo y la palabra intentando la paz, la comodidad y la liberación de los efectos indeseables en el nivel más básico. Ella tiene que ver con los miembros de un grupo social y las partes diferentes de la propiedad esencial para vivir.

El segundo aspecto del entrenamiento triple es la **concentración** (**Samadhi**). Éste consiste en presionar la mente a permanecer en la condición que conduzca mejor al éxito en lo que se desea alcanzar. Pero, ¿qué es concentración? No hay duda que la mayoría de ustedes siempre han entendido la concentración como implicando una mente completamente en calma, tan estable y firme como un tronco de madera. Pero simplemente esas dos características de tranquilidad y firmeza no es realmente el significado de Concentración. La base para esta afirmación es una pronunciación del Buda. Él describió la mente concentrada como adecuada para trabajar (**kammaniya**), en una condición apropiada para hacer su trabajo. Adecuada para trabajar es la forma mejor de describir la propiedad de una mente concentrada.

El tercer aspecto es el entrenamiento en el discernimiento (**Panna**), la práctica y entrenamiento que hace surgir hasta su medida máxima el conocimiento correcto y el entendimiento de la naturaleza verdadera de las cosas. Normalmente somos incapaces de conocerlo todo completamente en su naturaleza verdadera. La mayoría de nosotros nos apegamos a nuestras ideas y seguimos la opinión popular, así que lo que vemos no es en absoluto la verdad. Es por esa razón que la práctica budista incluye el entrenamiento del discernimiento, el último aspecto del entrenamiento triple, designado a hacer surgir el entendimiento completo y el discernimiento de la verdadera naturaleza de las cosas.

En el contexto religioso, entender y discernir no son bajo ningún concepto la misma cosa. Entender depende hasta cierto punto del uso del

razonamiento, o la intelección racional. Discernir va un poco más allá que eso. Un objeto conocido a través del discernimiento ha sido absorbido/calado/asimilado; ha sido penetrado hasta confrontarlo cara a cara; la mente ha llegado a absorberlo a través del examen y la investigación tan sostenidos, que ha surgido un desencanto sincero y genuino, no racional, y una carencia completa de participación emocional con esa cosa. Consecuentemente el entrenamiento budista en el discernimiento no se refiere al entendimiento intelectual de la clase que se usa en el día presente en los círculos escolares y académicos, donde cada individuo puede tener su propia clase particular de verdad. El discernimiento budista debe ser un discernimiento intuitivo claro e inmediato, el resultado de haber penetrado en el objeto a través de un medio u otro, hasta que éste [el objeto] haya hecho una impresión definitiva e indeleble en la mente. Por esa razón los objetos de escrutinio en el entrenamiento del discernimiento deben ser cosas con las que uno esté en contacto en el curso del diario vivir; o por lo menos deben ser cosas de suficiente importancia que causen a la mente una insatisfacción y desencanto genuinos con ellas como transitorias, insatisfactorias y carentes de sustancia verdadera o identidad. Por mucho que pensemos racionalmente evaluando las características de la transitoriedad, la insatisfacción y la carencia de identidad, el único resultado es un entendimiento intelectual. No hay forma de que eso pueda hacer surgir la desilusión y el desencanto con las cosas mundanas. Se debe entender que la condición de desencanto reemplaza esa anterior de desear obsesivamente el objeto atractivo, y eso en si mismo constituye el discernimiento. Es un hecho de la naturaleza que la presencia del discernimiento genuino y claro implica la presencia del desencanto genuino. Es imposible que el proceso no llegue a darse en el punto del discernimiento claro. El desencanto sustituye al deseo por el objeto, y está obligado a surgir inmediatamente.

El entrenamiento en la **moralidad** es simplemente una práctica elemental preparatoria que nos capacita a vivir felizmente y ayuda a estabilizar la mente. La moralidad rinde beneficios variados; el más importante es preparar el camino para la concentración. Otras ventajas, tales como conducirnos a la felicidad o el renacer como un ser celestial, no fueron consideradas por el Buda ser una meta directa de la moralidad. Él miró a la moralidad primeramente como un medio de inducir y desarrollar la concentración. Mientras las cosas continúan perturbando la mente, ella nunca podrá llegar a concentrarse.

El entrenamiento en la concentración consiste en desarrollar la habilidad para controlar nuestra mente, hacer uso de ella, hacer que ella haga su trabajo para su mejor beneficio. La moralidad es una conducta buena con respecto al cuerpo y al habla; la concentración equivale a una buena

conducta con respecto a la mente y es el fruto del entrenamiento y la disciplina mental metódica y sistemática. La mente concentrada está desprovista de todos los pensamientos malos y corruptos y no fantasea deambulando en los objetos. Eso es una condición fija hacer este trabajo. Incluso en las situaciones ordinarias mundanas, la concentración es siempre una necesidad. No importa en lo que sea que estemos ocupados, nosotros difícilmente lo podemos hacer a menos que la mente esté concentrada. Por esta razón el Buda consideró la concentración como una de las marcas o características de un gran hombre. Sin considerar que un hombre tenga éxito en las cosas mundanas o espirituales, la facultad de concentración es absolutamente indispensable. Tomemos incluso un muchacho de edad escolar en la escuela primaria. Si carece de concentración, ¿cómo podrá hacer su trabajo de aritmética? La clase de concentración involucrada en hacer operaciones aritméticas es la concentración natural y solamente está desarrollada pobremente. La concentración como el elemento básico en la práctica budista, que es lo que estamos discutiendo aquí, es la concentración entrenada que se incrementa a una modulación mayor que puede desarrollarse naturalmente. Consecuentemente, cuando la mente ha sido entrenada exitosamente, llega a tener habilidades, poderes y atributos múltiples, grandes y especiales. Una persona que se ha ocupado en buscar, encontrar y obtener estos beneficios de la concentración, se puede decir que ha ascendido un paso hacia conocer los secretos de la naturaleza. Ella conoce como controlar la mente, y por lo tanto tiene habilidades no poseídas por la persona media o regular. La perfección de la moralidad es una habilidad humana ordinaria. Incluso si alguien hace una demostración de moralidad, nunca es una demostración superhumana. Por otra parte, el logro de una concentración profunda fue clasificada por el Buda como una habilidad superhumana, la cual los bhikkhus nunca debieran hacer demostraciones de ella. Cualquiera que muestre esta habilidad dejaría de ser considerado un buen bhikkhu, o incluso dejaría de serlo completamente.

Para lograr la concentración se necesita hacer sacrificios. Nosotros tenemos que aguantar variados grados de penuria y privación, entrenarnos y practicar, hasta que tengamos el grado de concentración apropiada a nuestras habilidades. En última instancia, obtendremos muchos y mejores resultados en nuestro trabajo de lo que puede obtener el hombre regular, simplemente porque tenemos mejores instrumentos a nuestra disposición. Así que adquieran interés en esta materia de la concentración y no vayan por ahí mirándola como algo tonto y pasado de moda. Eso es definitivamente algo de gran importancia, algo meritorio de lo que se puede hacer uso todo el tiempo, especialmente hoy en día cuando el mundo parece que gira muy rápidamente y al punto que ya está en llamas. Hoy hay una necesidad mucho mayor para la concentración de la que había en

los tiempos de Buda. No se hagan la idea de que es simplemente algo para las personas en los templos o para los maniáticos o raros.

Ahora llegamos a la conexión entre el entrenamiento en la concentración y el entrenamiento en el discernimiento. El Buda dijo una vez que cuando la mente está concentrada, está en una posición de ver todas las cosas como realmente o verdaderamente son. Cuando la mente está concentrada y adecuada para trabajar, ella conocerá todas las cosas en su naturaleza verdadera. Es una cosa rara que la respuesta a cualquier problema que una persona trata de resolver, generalmente está ya presente, aunque escondida en su propia mente. Ella no está consciente de eso, porque eso todavía está en el subconsciente; y mientras esa persona esté establecida o resuelta en resolver el problema, la solución no vendrá, simplemente porque su mente en ese momento no está en la condición adecuada para resolver problemas. Si cuando se establece en cualquier trabajo mental, una persona desarrolla la concentración correcta, para ser específico, si ella pone su mente en la forma adecuada para trabajar, la solución a su problema llegará a la luz de su propio acuerdo/resolución. En el momento que la mente ha devenido concentrada, la respuesta caerá inmediatamente en su lugar. Pero si la solución todavía fracasa en llegar, existe otro método para dirigir la mente a examinar el problema, a saber, la práctica de la introspección concentrada que se refiere al entrenamiento en el discernimiento. En el día de su iluminación el Buda alcanzó el discernimiento en la Ley del Origen Condicionado, esto es, él llegó a percibir la verdadera naturaleza de las cosas o "qué es que" y la secuencia en la que ellos surgen, como resultado de estar concentrado en la forma que exactamente hemos descrito. El Buda relató la historia en detalle, pero esencialmente se describe así: **'tan pronto su mente estuvo bien concentrada, estuvo en la posición de examinar el problema'**.

Es justo cuando la mente está quieta y calmada, en un estado de bienestar sin interrupción, bien concentrada y clara, que alguna solución a un problema persistente llega. El discernimiento siempre depende en la concentración aunque quizás nunca podamos haber notado el hecho. En realidad el Buda demostró inclusive una asociación todavía más íntima que esa entre la concentración y el discernimiento. Él señaló que la concentración es indispensable para el discernimiento, y el discernimiento indispensable para la concentración en su intensidad superior, que ocurre naturalmente y requiere la presencia del entendimiento de ciertas características de la mente. Uno debe conocer en ese momento en que forma la mente tiene que ser controlada para que esa concentración pueda inducirse. Así que mientras más discernimiento una persona tenga, él será capaz de tener el grado superior de concentración. Igualmente un aumento

en la concentración resulta en su correspondiente aumento del discernimiento. Cualquiera de los dos factores promueve el otro.

El discernimiento implica una visión clara y como resultado el desencanto y el aburrimiento. Eso resulta en alejarse de todas las cosas a las que uno anteriormente ha estado intensamente obsesionado. Si uno tiene discernimiento, y sin embargo todavía corre tras las cosas, deseándolas intensamente para sí, agarrándose y apegándose a ellas, y obsesionados por ellas, entonces no puede haber discernimiento en el sentido budista. Esta titubeo y retroceso no es por supuesto, una acción física. Uno de hecho no recoge cosas y después las tira o rompe en pedazos, ni uno se aparta para vivir en el bosque. Eso no es lo que esto significa. Aquí nos estamos refiriendo específicamente al titubeo y retroceso mental, y al resultado de que cuando la mente termina/cesa de ser esclava de las cosas, deviene en su lugar una mente libre. Esto es lo que pasa cuando el deseo por las cosas le abre el camino el desencanto. Eso **no es** un asunto de ir y suicidarse, o vivir como ermitaño en el bosque, o prenderle fuego a todo. Exteriormente uno está normal, conduciéndose regularmente con respeto hacia las cosas. Interiormente, sin embargo hay una diferencia. La mente es independiente, libre, ya no es esclava de las cosas. Esta es la virtud del discernimiento. El Buda llamó a este efecto '**Liberación**', escape de la esclavitud de las cosas, en particular las cosas que nos gustan. De hecho, nosotros estamos esclavizados también por las cosas que nos disgustan. Estamos esclavizados/dominados hasta el punto que no podemos dejar de disgustarnos por ellas y somos incapaces de permanecer inalterados. En la antipatía hacia las cosas estamos muy activos, y devenimos emocionales acerca de ellas. Ellas consiguen o se las arreglan para controlarnos, al igual que las cosas que nos gustan nos afectan cada día en diferentes formas. Así que, la expresión "esclavo de las cosas" se refiere a las reacciones de gusto y disgusto. Todo esto demuestra que podemos escapar de la esclavitud de las cosas y llegar a ser libres a través del discernimiento. El Buda resumió muy brevemente este principio diciendo: "El discernimiento es el medio por el cual podemos purificarnos a nosotros mismos". Él no especificó la moralidad o la concentración como el medio por el cual podíamos purificarnos, sino que dijo que el discernimiento es el que nos ayuda a escapar, y nos libera de las cosas. No habiéndose liberado de las cosas, uno está impuro, contaminado, obsesivo y apasionado. Una vez ya libre, uno es puro, inmaculado, iluminado, y tranquilo o calmado. Este es el fruto del discernimiento, la condición que resulta cuando el discernimiento ha hecho su trabajo completamente.

Echémosle una ojeada a este factor, el discernimiento, el tercer aspecto del entrenamiento triple. Conózcanlo, y llegaran a mirarlo como la virtud suprema. El discernimiento Budista es el discernimiento que resulta en

retroceder de las cosas a través de destruir completamente las cuatro clases de apego. Esos cuatro apegos son cuerdas que nos atan duramente; el discernimiento es la navaja que puede cortar esas ataduras y liberarnos. Ya cuando los cuatro apegos se han ido, no hay nada que quede para atarnos a las cosas. ¿Estos tres modos de práctica soportan la prueba? ¿Son ellos apropiados y están destinados rotundamente/ sensatamente para la práctica completa? Examinémoslos. Cuando le hayan echado otro vistazo verán que estos tres factores no difieren en absoluto con ninguna doctrina religiosa, asumiendo que la religión en cuestión realmente tiene por meta remediar el problema del sufrimiento humano. La enseñanza Budista no está en oposición a ninguna otra religión, sin embargo tiene algunas cosas que otras religiones no tienen. En particular tiene la práctica del discernimiento, que es la técnica superlativa para eliminar los cuatro apegos. Ella libera la mente, facilitándole la independencia y la capacidad para no devenir más atada o esclava o dominada por nada en absoluto, incluyendo a Dios en el cielo, los espíritus o los seres celestiales. Ninguna otra religión está preparada para dejar que el individuo se libere a sí mismo completamente, o dependa completamente de él mismo. Debemos estar totalmente conscientes de este principio de auto-dependencia, que es un rasgo clave el Budismo.

Tan pronto vemos que el Budismo tiene todo lo que cualquier religión tiene y también muchas cosas que ninguna de ellas tiene, comprendemos que el Budismo es para todos. El Budismo es la religión universal. Puede ser puesta en práctica por cualquiera, en cada edad y era. Las personas en todas partes tienen el mismo problema: liberarse del sufrimiento—sufrimiento que es inherente del nacimiento, la vejez, el dolor y la muerte, sufrimiento que surge del deseo y del apego. Todos sin excepción, seres celestiales, seres humanos o bestias, tienen este mismo problema, y todos y cada uno tienen el mismo trabajo que hacer, a saber, eliminar completamente el deseo y el apego incompetente que es la causa-raíz de ese sufrimiento. Por lo tanto el Budismo es la religión universal.

VI - LAS COSAS A LAS QUE NOS AFERRAMOS

¿A qué nos apegamos? ¿A que nos agarramos? A lo que nos agarramos o asimos es al mundo mismo. En el Budismo la palabra "mundo" tiene una connotación más amplia que el uso ordinario o común le da. Ella se refiere a todas las cosas, a la totalidad. No se refiere justamente a los seres humanos, o a los seres celestiales, o a los dioses, o las bestias, o los residentes del infierno, o los demonios, o a los fantasmas hambrientos, o a los titanes, o a ningún dominio de la existencia en particular en absoluto. A lo que la palabra "mundo" se refiere aquí es el todo completo junto. Conocer el mundo es difícil porque ciertos niveles de él están escondidos. La mayoría de nosotros estamos familiarizados solamente con la capa o nivel externo, el nivel de la verdad relativa, el nivel correspondiente al intelecto del hombre promedio. Por esta razón el Budismo nos enseña acerca del mundo en los diferentes niveles.

El Buda tenía un método de instrucción basado en la división del mundo en el aspecto material o físico y el aspecto no-material o mental. Él más adelante dividió el mundo mental o la mente en cuatro partes. Contando lo físico y mental juntos hizo un total de cinco componentes, llamados por el Buda los Cinco Agregados, que juntos componen el mundo, en particular las criaturas vivientes y el hombre mismo. Mirando al mundo, nos concentraremos en el mundo de las criaturas vivientes, en particular el hombre, porque es el hombre el que es el problema. En el hombre estos cinco componentes están todos presentes y juntos: su cuerpo físico es el agregado material; su aspecto mental se divide en cuatro agregados, que ahora describiremos.

El primero de los agregados mentales es el sentimiento (**vedana**), que es de tres clases, a saber, el placer o gratificación, el displacer o sufrimiento, y una clase neutral, que ni es placer ni displacer, que no obstante es una clase de sentimiento. Bajo condiciones normales los sentimientos están siempre presentes en nosotros. Cada día nosotros estamos llenos de sentimientos. El Buda entonces, señaló el sentimiento como uno de los componentes que junto con los otros forman al hombre.

El segundo componente de la mente es la percepción (**sanna**). El proceso de llegar a estar consciente, similar al despertar como opuesto a estar profundamente dormidos o inconsciente, o muerto. Se refiere a la memoria tanto como a la conciencia de las impresiones sensoriales, cubiertas ambas por la sensación primaria que resulta del contacto con un objeto sensorial a través del ojo, la oreja, la nariz, la lengua, o el cuerpo y la memoria de las impresiones previas. Así que uno puede estar directamente consciente de

un objeto como negro o blanco, largo o corto, hombre o bestia, y así sucesivamente, o uno puede estar consciente similarmente en retrospectiva o regresión a través de la memoria.

El tercer agregado mental es el componente activo del pensamiento (sankhara) en un pensamiento-individual de hacer alguna cosa, pensando de decir algo, pensamiento bueno, pensamiento malo, pensamiento volitivo, pensamiento activo—este es el tercer agregado mental.

El cuarto componente de la mente es la consciencia (**vinnana**). Es la función de conocer los objetos percibidos a través del ojo, la oreja, la nariz, la lengua, y el sentido general del cuerpo, y también a través de la mente misma.

Estos cinco agregados constituyen el lugar o emplazamiento de las cuatro clases de agarre explicadas en el capítulo cuatro. Regresemos y leamos de nuevo, piénsenlo otra vez para que lo entiendan propiamente. Entonces comprenderán que son esos cinco agregados que son el objeto y el sostén para nuestro agarre y apego. Una persona puede apegarse a cualquiera de estos grupos como siendo el 'yo', de acuerdo a la extensión de su ignorancia. Por ejemplo, un niño que descuidadamente tropieza con una puerta y se golpea a sí mismo, le da una patada a la puerta para aliviar su cólera y dolor. En otras palabras, él se ha agarrado a un objeto puramente material, llamado puerta, que no es nada más que madera, como siendo un 'yo'. Esto es un apego al nivel más bajo de todos. Un hombre que deviene encolerizado con su cuerpo hasta el punto de pegarse a sí mismo en la cabeza está apegado y agarrado en la misma forma. Él considera esas partes del cuerpo como su 'yo'. Si en su lugar, él fuera un poco más inteligente que eso, él hubiera tomado el sentimiento, o la percepción, o el pensamiento activo, o la consciencia, cualquiera de esos del grupo de los agregados como siendo el 'yo'. Si él es incapaz de distinguirlos individualmente, él puede asirse al grupo completo colectivamente como siendo el 'yo', específicamente, considerar los cinco grupos juntos como 'el yo'.

Después del cuerpo físico, el próximo grupo que al que es más probable que nos apeguemos como siendo un 'yo' son los sentimientos placenteros, el dolor y la neutralidad. Consideremos la situación en la que nos encontramos absortos en placeres sensuales, en particular, sensaciones deliciosas, atrapados en corazón y alma en los variados colores y formas, sonidos, esencias, gustos y objetos táctiles que percibimos. Aquí el sentimiento es una experiencia placentera y deliciosa, y es a ese mismo sentimiento de placer y delicia que nos apegamos/agarramos. Casi todos se apegan al sentimiento como siendo 'yo', porque no hay nadie que le disguste las

sensaciones deliciosas, especialmente las sensaciones táctiles a través de la piel. La ignorancia o engaño ciega a la persona a todo. Ella solamente ve el objeto deliciosos y lo agarra como siendo un 'yo'; mira el objeto como 'mío'. El sentimiento, ya sea de placer o displacer, es verdaderamente un lugar de sufrimiento. Hablando espiritualmente, estos sentimientos de placer o displacer pueden ser considerados como sinónimos de sufrimiento, porque ellos hacen surgir nada más que el tormento mental. El placer causa la mente boyante; el displacer la desinfla. La ganancia y la pérdida, la felicidad y la tristeza, asciende en efecto a la agitación mental o inestabilidad; ellas ponen la mente a girar. Esto es lo que quiere decir agarrarse al sentimiento como siendo un 'yo'. Nosotros debemos echarle un buen vistazo al proceso de agarre a los sentimientos como siendo un 'yo', como siendo 'nuestros', y tratar de ganar en entendimiento propio de él. Al entender el sentimiento como un objeto de apego, la mente trabajará independientemente de eso. El sentimiento normalmente tiene control sobre la mente, atrayéndonos o tentándonos a situaciones que mas tarde nos arrepentimos. En su camino práctico a la perfección o a la **Arahantidad**—la condición de arahant—el Buda nos enseñó repetidamente, el darle una atención particular al examen de los sentimientos. Muchos han devenido arahants y se han liberado del sufrimiento a través de limitar el sentimiento a un simple objeto de estudio.

Es más probable que el agregado del sentimiento y no cualquiera de los otros, sirva como agarre para que nos apeguemos, porque el sentimiento es el objetivo primario de todas nuestras luchas y actividades. Nosotros estudiamos y trabajamos diligentemente en nuestras tareas para obtener dinero. Entonces, vamos a comprar cosas: utensilios, comida, entretenimientos, cosas que cubren una amplia gama, desde la gastronomía hasta el sexo. Y entonces disfrutamos de esas cosas con un solo objetivo, esto es, sentimientos de placer, en otras palabras, el estímulo de deleite del ojo, la oreja, la nariz, la lengua y el cuerpo. Invertimos todos nuestros recursos, monetarios, físicos y mentales, simplemente con la expectativa del sentimiento de placer. Y cada uno conoce muy bien en su propia mente que si no fuera por la atracción del sentimiento placentero, nunca invertiría su energía física estudiando y trabajando obtener dinero. Nosotros podemos ver, entonces, que el sentimiento no es un asunto insignificante. Un conocimiento y entendimiento de él nos pone en una posición que lo mantiene bajo control, nos hace suficientemente correctos para permanecer por encima de los sentimientos, y nos capacita a llevar a cabo nuestras actividades mucho mejor que de lo contrario hubiéramos podido. En forma similar incluso los problemas que surgen en un grupo social tienen sus orígenes en los sentimientos de placer. Y cuando analizamos de cerca los enfrentamientos entre las naciones, o entre los bloques opuestos, descubrimos que también ambos lados son esclavos de

los sentimientos de placer. Una guerra no se pelea por adherencia a una doctrina o a un ideal o cualquier cosa de esa clase. Para señalar la verdad, la motivación es la anticipación del sentimiento de placer. Cada lado se ve haciendo toda clase de ganancias, recogiendo beneficios para él mismo. La doctrina es simplemente un **camuflaje**, o en el mejor de los casos, un motivo puramente secundario. La causa más profunda de todas las luchas está realmente subordinada al sentimiento de placer. Entonces, el conocer el sentimiento es conocer una importante causa-raíz responsable de nuestras inclinaciones esclavas a las corrupciones mentales, al mal, al sufrimiento. Si esto es como son las cosas en el caso de los seres humanos, en los seres celestiales no es mucho mejor. Ellos son subordinados al sentimiento de placer igualmente que los seres humanos, y es más, se supone que ellos sean algo mucho mejor y más refinado, más sujetos al libre albedrío de lo que son la variedad humana. Pero incluso ellos no están libres de deseo y apego, de la fascinación de las sensaciones deliciosas recibidas a través del ojo, la oreja, la nariz, la lengua, el cuerpo y la mente. Todavía y mucho más alto que el nivel de los dioses, las delicias sensuales necesariamente han sido descartadas completamente; pero todavía esto no trae la liberación de otra clase de delicia, el placer asociado con la práctica de la concentración profunda. Cuando la mente está profundamente concentrada, ella experimenta placer, una sensación de delicia a la cual la mente deviene apegada. Aunque esto no tiene nada que ver con la sensualidad, sin embargo es un sentimiento de placer. Los animales inferiores en la escala de los seres humanos están obligados a caer bajo el poder del sentimiento de placer en una forma más cruda que nosotros. Conocer la naturaleza del sentimiento, en particular conocer que el sentimiento no es un 'yo' en absoluto y no es algo para apegarse o agarrarse, tiene entonces, un gran uso en la vida.

La percepción, también, puede agarrarse fácilmente como siendo un 'yo' o 'nuestro yo'. El ciudadano promedio le gusta decir que cuando él se duerme, algo, que él llama "el alma" se va del cuerpo. El cuerpo es entonces como un tronco de madera, que no recibe sensación a través del ojo, la oreja, la nariz, la lengua o el cuerpo. Tan pronto como eso ha regresado al cuerpo, la alerta y el despertar se restablecen. Muchos de los grandes hombres tienen esta creencia ingenua de que la percepción es "el yo". Pero, como el Buda enseñó, la percepción no es el 'yo'. La percepción es simplemente sensación y memoria, específicamente, 'conocer'; y esta forzada a estar presente mientras el cuerpo continúe funcionando normalmente. Tan pronto como las funciones corporales devienen desordenadas o se interrumpen, esa cosa que llamamos percepción cambia o cesa de funcionar. Por esa razón los verdaderos budistas rehúsan aceptar la percepción como un 'yo', aunque la persona promedio escoge aceptarla como tal, apegándose a ella como 'su yo mismo'. Un examen cuidadoso en

referencia al enfoque budista revela que en este caso es completamente lo opuesto. La percepción no es 'el yo' de nadie en absoluto; es simplemente un resultado de los procesos naturales y nada más.

El próximo punto de apego posible es el pensamiento activo, tratando de hacer esto y lo otro, tratando de obtener esto y lo otro, la acción mental buena o mala. Esto es de nuevo una manifestación del surgimiento de las ideas fuertes del 'yo propio'. Todos sienten que si algo es o debe ser identificado como su 'yo', entonces es más probable que sea este elemento pensante que cualquier otro. Por ejemplo, el filósofo **René Descartes** [31 de marzo 1596 – 11 de febrero 1650], con una filosofía ingenua proclamó: "Pienso, por lo tanto yo soy" ("**Cogito, ergo sum**"). Incluso los filósofos en esta era científica tienen la misma idea acerca del 'yo', como la que han tenido las personas por miles de años, manteniendo que el elemento pensante es el 'yo'. Ellos miran como el "yo" eso que entienden ser "el pensador". Nosotros hemos dicho que el Buda negó que ni el sentimiento o la percepción pueda ser un 'yo'. Él también rehusó el pensamiento, el aspecto pensante de la mente como un 'yo', porque la actividad que se manifiesta como pensamiento es un evento puramente natural. El pensamiento surge como resultado de la interacción de una variedad de eventos previos. Es justamente uno de los agregados de componentes variados que forman o componen "el individuo", y ninguna entidad "yo" o "mi" está involucrada. Por lo tanto mantenemos, que este componente pensante es carente de 'yo propio', al igual que los otros agregados que hemos mencionado.

La dificultad en entender esto descansa en nuestro conocimiento inadecuado del elemento mental o mente. Nosotros solamente estamos familiarizados con el cuerpo, el elemento material, y conocemos muy poco o casi nada del otro, el mental, el elemento no-material. Como resultado, tenemos dificultad entendiéndolo. Aquí solamente se puede decir que el Buda enseñó que 'el individuo' es una combinación de los cinco agregados, físicos y mentales. Ahora bien, cuando el evento que llamamos pensamiento toma lugar, nosotros llegamos/saltamos a la conclusión que "hay alguien" que es "el pensador". Creemos que hay un pensador, un alma, que es la dueña o el amo del cuerpo o algo por el estilo. Pero el Buda rehusó tales entidades completamente. Cuando analizamos/investigamos/consideramos o hacemos una disección del "individuo" en esos cinco componentes, no hay nada que quede, demostrando que él consiste simple y llanamente en esos cinco componentes y que no hay nada más que pueda ser "su yo". Ni siquiera el pensamiento es un 'yo', como el hombre promedio comúnmente supone.

Ahora el último grupo, la consciencia (**vinnana**) es simplemente la función de llegar a estar completamente consciente de los objetos percibidos a través del ojo, la oreja, la nariz, la lengua y el cuerpo. Tampoco es el 'yo'. Los órganos simplemente toman los colores, las formas, los sonidos, los olores, los gustos y objetos táctiles que los afectan, interfieren o impactan, como un resultado la consciencia de esos objetos surge en tres etapas. En el caso del ojo, surge la consciencia clara de la forma del objeto visual, ya sea si es un hombre o una bestia, largo o corto, blanco o negro. El surgimiento de la consciencia clara en esta forma es un proceso mecánico que sucede automáticamente por su propia concurrencia. Algunos mantienen que este es el "alma", el "espíritu", que se mueve dentro y fuera de la mente y recibe estímulos a través de ojo, la oreja/oído, nariz, lengua y cuerpo, y consideran que eso es el 'yo'. Los budistas lo reconocen simplemente como la naturaleza. Si un objeto visual y un ojo completo con nervio óptico hacen contacto, el ver tomará lugar y surgirá la consciencia visual. Y de nuevo no hay necesidad en absoluto de ningún 'yo'. Cuando hemos analizado el 'ser' en sus componentes, esto es, cuerpo, sentimiento, percepción, pensamiento y consciencia, encontramos que ninguna parte pueda ser un 'yo' o que pertenece a 'un yo'. Así que nosotros podemos rehusar completamente la idea falsa del 'yo' y concluir que nadie es o tiene un 'yo' en absoluto. Cuando uno cesa de agarrarse a las cosas, y ya no les gustan o le disgustan, esto indica que uno ha percibido que esas cosas no son 'yos'. El pensamiento racional es suficiente para convencerlo a uno que ellos no pueden ser 'yos'; pero el resultado es solamente creencia, no un discernimiento claro de la clase en que podemos cortar el apego completamente a ellos como 'yos'. Por esta misma razón tenemos que estudiar y examinar los cinco agregados sobre la base del **entrenamiento triple** [**Moralidad, Concentración y Discernimiento**] y desarrollar el discernimiento suficiente que nos capacite a desprendernos del apego a esta idea del 'yo'. Esta práctica con respecto a los cinco agregados sirve para desarrollar el discernimiento claro y elimina la ignorancia. Cuando hemos eliminado completamente la ignorancia, seremos capaces de ver por nosotros mismos que ninguno de los agregados es un 'yo', ninguno es meritorio de apegarse. Todo apego, incluso la clase que ha existido desde el nacimiento, cesará entonces completamente. Es esencial, entonces, que estudiemos metódica y minuciosamente los cinco agregados, que son razones del 'yo' engreído/presuntuoso. El Buda enfatizó este aspecto de su enseñanza más que ningún otro. Se puede resumir muy brevemente diciendo: "Ninguno de los cinco agregados es un 'yo'". Esto debe considerarse un punto clave en el Budismo, ya sea si uno lo mira filosóficamente, como ciencia, o como religión. Cuando sabemos/conocemos esta verdad, la ignorancia basada en el apego y aferramiento se desvanece, el deseo de cualquier clase no tiene medio o forma de surgir, y el sufrimiento cesa.

¿Por qué entonces, nosotros normalmente no vemos estos cinco agregados como realmente son? Cuando nacemos no tenemos entendimiento de las cosas. Nosotros adquirimos conocimientos basados en lo que las personas nos enseñan. La forma que ellas nos enseñan nos guía a entender que todas las cosas son '**yo**s'. El poder de la creencia instintiva básica/original en la posesión de una individualidad o entidad, que está presente desde el nacimiento, llega a ser muy fuerte con el curso del tiempo. Hablando nosotros usamos las palabras "yo, tú, él, ella," que sirven solamente para consolidar la idea del 'yo' o identidad. Nosotros decimos: "Este es el Sr. '**X**', y este es el Sr. '**Y**'. '**A**' es el hijo del Sr. '**B**', y el Sr. '**B**' es el nieto de tal y tal—y—su esposa es 'esta', y así sucesivamente. Esta es la forma de hablar que simplemente sirve para identificar las personas como '**yo**s'. El resultado es que 'nosotros somos', y ninguno de nosotros estamos conscientes de nuestro apego o agarre al 'yo propio', que se aumenta cada día. Cuando nos agarramos a algo como siendo el 'yo', el resultado es egoísmo, y nuestras acciones están prejuiciadas o imparcializadas de acuerdo a eso o por esa razón. Si nosotros fuéremos a desarrollar un discernimiento suficiente para ver esta idea como un engaño/pretexto, nos detendríamos en apegarnos o agarrarnos a las ideas del "Sr. '**A**' y el Sr. '**B**', clase alta y clase baja, bestia y ser humano", y veríamos que esos términos no son más que términos que el hombre ha ideado para usarlos en la interacción social. Cuando tenemos algún entendimiento de esto, podemos decir que nos hemos desprendido de una clase de engaño social. Cuando examinamos la totalidad de lo que hace o compone al Sr. '**A**', encontramos que el Sr. '**A**' es simplemente una acumulación o grupo o agregación de cuerpo, sentimiento, percepción, pensamiento y consciencia. Esta es una forma más inteligente de mirar a las cosas. Haciendo esto, uno no está engañado por la verdad **relativa** mundana.

Es posible llevar este proceso de análisis un poco más adelante. Por ejemplo, el cuerpo físico se puede dividir de manera más primitiva en los elementos de tierra, agua, viento y fuego; o se puede analizar científicamente en carbón, hidrogeno, oxígeno y así sucesivamente. Mientras más profundamente miramos, menos nos engañamos. Al penetrar bajo la superficie, encontramos que de hecho, no hay persona; solamente elementos, físicos y mentales. Mirándolo de esta forma o desde esta perspectiva, la "persona" desaparece. La idea de Sr. '**A**' y Sr. '**B**', clase alta o clase baja, se disuelve. La idea de "mi hijo, mi esposo, mi mujer", se desvanece. Cuando miramos a todas las cosas en la luz de la verdad absoluta, encontramos solamente elementos: tierra, agua, viento y fuego; oxígeno, hidrógeno, y así sucesivamente; cuerpo, sentimiento, percepción, pensamiento y consciencia. Examinándolos de cerca detenidamente encontramos que todos tienen una propiedad en común, específicamente, el

vacío. Cada uno está vacío de eso a lo que nos referimos como "su **yo**". Mirando propiamente la tierra, el agua, el viento y el fuego, se ven que están vacíos de 'yo propio'. Es posible para cada uno de nosotros ver cualquier cosa o verlo todo como vacío en este sentido. Hecho esto, el agarre y el apego no tienen forma de surgir y cualquier cosa que ya haya surgido, no tendrá forma o medios para permanecer. Ellos se disolverán, morirán y/o se desvanecerán completamente sin ninguna huella restante. **Así que no hay animales, ni personas, ni elementos, ni agregados. No hay cosas en absoluto; solamente hay vacío, vacío de 'yo propio'**. Cuando no nos agarramos ni nos apegamos, no hay manera que el sufrimiento pueda surgir. Uno que ve todas las cosas como vacías y se queda completamente inmóvil cuando las personas lo llaman bueno o malo, feliz o miserable, o cualquier cosa. Este es el fruto del conocimiento, del entendimiento y del discernimiento claro dentro de la naturaleza verdadera de los cinco agregados que hace posible renunciar completamente a esas cuatro clases de apegos inhábiles. En resumen, todo en el mundo entero está incluido en los cinco agregados, específicamente, materia, sentimiento, percepción, pensamiento y consciencia. Cada uno de estos grupos es un engaño, cada uno está completamente desprovisto de identidad propia, pero tiene un poder seductivo que induce al agarre y al apego. Como resultado, la persona ordinaria desea poseer, desea ser, desea no poseer, desea no ser, todo lo cual sirve solamente para producir sufrimiento, sufrimiento que no es obvio sino que está escondido. Es el deber de cada uno utilizar el entrenamiento triple en la moralidad, la concentración y el discernimiento, y eliminar completa y absolutamente el engaño con respecto a los cinco agregados. Una persona que ha hecho esto, no caerá bajo el poder de los cinco agregados y estará libre de sufrimiento. Para ella, la vida será una felicidad perfecta e inmaculada. Su mente, mientras viva, estará por encima de todas las cosas. Este es el fruto del discernimiento claro y perfecto de en los cinco agregados.

VII - EL DISCERNIMIENTO A TRAVÉS DEL MÉTODO NATURAL

En este capítulo veremos cómo la concentración puede llegar, por una parte, naturalmente, y por otra parte, puede llegar como resultado de la práctica organizada. El resultado final es idéntico en los dos casos: la mente se concentra y se mantiene en la forma adecuada para usarse en llevar a cabo una introspección íntima. Sin embargo, una cosa debe notarse: la intensidad de la concentración que llega naturalmente es usualmente suficiente y apropiada para la introspección y el discernimiento, mientras que la concentración resultante del entrenamiento organizado es usualmente excesiva, más de la que se pueda hacer para usarse. Es más, esa concentración tan desarrollada, puede resultar en una satisfacción desacertada o equivocada. Mientras que la mente está totalmente concentrada, es probable que experimente una satisfacción de felicidad y bienaventuranza que el meditador puede que se apegue a ella, o imaginar que ella es el Fruto del Camino. La concentración que ocurre naturalmente, que es suficiente y adecuada para el uso de la introspección, es inofensiva, no teniendo las desventajas inherentes que tiene la concentración a través del entrenamiento intensivo.

En el **Tipitaka**, hay numerosas referencias sobre personas que han alcanzado naturalmente todos los estados del Camino y el Fruto. Esto generalmente sucedió en la presencia del Buda mismo, pero también pasó después con otros maestros. Estas personas no fueron al bosque a meditar, asiduamente practicando la concentración en varios objetos en la forma descrita en manuales posteriores.

Claramente no hubo un esfuerzo no organizado cuando el primero de los cinco discípulos del Buda alcanzó la arahanteidad o el estado de arahant al oír el Discurso sobre el No-yo, o por los mil ermitaños al oír Sermón del Fuego [**Ādittapariyāya Sutta**]. En estos casos, el discernimiento penetrante e intenso sucedió completamente natural. Estos ejemplos claramente demuestran que la concentración natural es propensa a desarrollarse por sí misma mientras que uno intenta entender claramente alguna pregunta, y por lo tanto ese es el discernimiento resultante; mientras que éste, esté firmemente establecido debe ser completamente firme e intenso/rápido. Eso sucede natural y automáticamente en justo la misma forma que la mente deviene concentrada en el momento que nosotros comenzamos a solucionar un problema de aritmética. Similarmente que cuando disparamos con un arma de fuego y apuntamos, la mente automáticamente deviene concentrada y firme. Así es como ocurre la concentración naturalmente. Nosotros normalmente lo pasamos por alto completamente porque no luce una cosa mágica, milagrosa, o que inspire

admiración. Pero a través del poder de esta concentración que ocurre naturalmente, la mayoría de nosotros puede de hecho alcanzar la liberación. Podemos alcanzar igualmente el Fruto del Camino, el Nirvana y la Arahanteidad, a través del medio de la concentración natural.

Así que no ignoren o fracasen en notar esta concentración ocurrente naturalmente. Eso es algo que la mayoría de nosotros o ya posee, o puede desarrollarla de buena gana/entusiastamente. Tenemos que hacer todo lo que podamos para cultivarla y desarrollarla, para hacerla funcionar perfectamente y que rinda los resultados apropiados, justamente como la mayoría de las personas que han triunfado en devenir arahants, y que ninguno de ellos conocía las técnicas modernas de concentración.

Ahora echémosle un vistazo a la naturaleza de los estados de alerta interna que guían al total discernimiento "del mundo", esto es, el discernimiento de los cinco agregados. La primera etapa es **gozo (piti)**, felicidad mental o bienestar espiritual. Hacer el bien de alguna forma, incluso dar la caridad, es considerada la forma más básica de hacer mérito, y puede ser una causa de gozo. Subiendo en nivel, en el de moralidad, una conducta completamente inocente a través de la palabra y la acción, trae una mayor cantidad de gozo/alegría. Entonces en el caso de la concentración, descubrimos que hay una clase definitiva de delicia asociada con las etapas inferiores de concentración.

Este extasis tiene en sí mismo el poder de inducir la tranquilidad. Normalmente la mente es bastante incontrolada, continuamente dejándose esclavizar de todas las clases de pensamientos y sentimientos asociados con las cosas atractivas y tentadoras externas. Ella normalmente es inquieta, no calmada. Pero a medida que el gozo espiritual llega a establecerse, la calma y la firmeza están inclinadas a aumentar en proporción. Cuando la firmeza se ha perfeccionado, el resultado es la concentración completa o total. La mente deviene tranquila, firme, flexible, manejable, ligera y cómoda, lista para usarse en cualquier propósito deseado, en particular para la eliminación de las corrupciones.

Este no es el caso cuando la mente se presenta silenciosa inflexible y dura como una roca. Nada así sucede en absoluto. El cuerpo se siente normal, pero la mente está especialmente calmada y adecuada para usarla en el pensamiento y la introspección. Ella está perfectamente clara, perfectamente calmada, perfectamente quieta y controlada. En otras palabras, adecuada para trabajar, lista para saber/conocer. Este es el grado de concentración a ser alcanzado, no una concentración muy profunda donde uno se sienta rigidamente como una imagen de piedra, completamente desprovisto de consciencia. Sentándose en una

concentración profunda como esa, uno no está en la posición de investigar nada. Una mente concentrada profundamente no puede practicar la introspección en absoluto. Ella está en un estado de inconsciencia y no tiene uso para el discernimiento. **LA CONCENTRACIÓN PROFUNDA ES EL OBSTÁCULO PRINCIPAL PARA LA PRÁCTICA DEL DISCERNIMIENTO.** Para practicar la introspección uno debe regresar primero a los niveles superficiales o poco profundos de concentración; entonces uno puede hacer uso del poder que la mente ha adquirido. La concentración altamente desarrollada es simplemente un instrumento. En este desarrollo del discernimiento a través del método natural, nosotros no tenemos que alcanzar la concentración profunda y sentarnos/meditar con el cuerpo rígido. En su lugar, nosotros aspiramos a una mente calmada y estable, una mente tan adecuada para trabajar que cuando se aplica a la práctica del discernimiento, logra el entendimiento correcto en referencia al mundo entero. El discernimiento tan desarrollado es discernimiento natural, la misma clase que alcanzaron algunos de los individuos mientras estaban sentados oyendo al Buda instruyendo sobre el Dhamma o exponiendo el Dhamma. Ese discernimiento conduce al pensamiento y a la introspección de la clase correcta, la clase que trae el entendimiento. Y no está involucrado en procedimientos ceremoniales ni en milagros.

Esto no quiere decir, sin embargo, que el discernimiento surgirá espontáneamente. Uno no puede ser un arahant inmediatamente. El primer paso en el conocimiento puede suceder en cualquier momento, dependiendo una vez más en la intensidad de la concentración. Puede suceder que lo que surge no es el discernimiento verdadero, porque uno ha estado practicando erróneamente o está rodeado de muchos puntos de vista falsos. Pero a pesar de cómo resulte, el discernimiento que surge está inclinado a ser algo completamente especial, diríamos, extraordinariamente claro y profundo. Si el conocimiento alcanzado es conocimiento correcto, correspondiendo con la realidad, correspondiendo con el Dhamma, entonces progresará, desarrollándose finalmente en el conocimiento correcto y verdadero de todos los fenómenos. Si el discernimiento se desarrolla solamente en una pequeña medida, puede que convierta a la persona en un **ario** en su etapa inferior; o si no es suficiente para hacer eso, simplemente lo convertirá en un individuo de mente-superior, **una persona ordinaria de buenas cualidades**. Si el medio ambiente es adecuado y las buenas cualidades han sido adecuadas y propiamente establecidas, es posible devenir un **arahant**. Todo depende de las circunstancias. Pero independientemente de lo lejos que las cosas vayan, mientras que la mente tenga concentración natural, este factor llamado discernimiento está obligado a surgir y a corresponder más o menos de cerca con la realidad. Porque nosotros, siendo Budistas, hemos oído sobre eso, pensado sobre eso, y estudiado el mundo, los cinco agregados y los fenómenos, con la

esperanza de llegar a entender su naturaleza verdadera, se deduce/deriva que el conocimiento que adquirimos mientras estamos en el estado de concentración y calma, no será de ninguna forma equivocado. Inevitablemente siempre será beneficioso.

La expresión "discernimiento de la verdadera naturaleza de las cosas" se refiere a **ver** la impermanencia, la insatisfacción y la carencia de sustancia o de 'yo' de todas las cosas; ver que nada es meritorio de obtener, que nada es meritorio de ser, ver que a ningún objeto, cualquiera que este sea, uno se debe apegar o agarrar como siendo un 'yo' o como 'perteneciendo a un yo', como bueno o malo, atractivo o repulsivo. El gusto o disgusto de cualquier cosa, incluso si solamente es una idea o una memoria, **es apego**. Decir que nada es meritorio de obtener o ser es lo mismo que decir que nada es meritorio/vale la pena, para/de apegarse. "Obtener" se refiere a ubicar el corazón de uno en una propiedad, o posición, o riqueza, o cualquier objeto placentero. "Ser" se refiere a la consciencia del estado de uno como esposo, esposa, hombre rico, hombre pobre, ganador, perdedor, o ser humano, o incluso a la consciencia de ser uno mismo. Si nosotros verdaderamente miramos profundamente a eso, incluso ser uno mismo no es divertido, es preocupante, tedioso y frustrante, porque es la causa del sufrimiento. Si uno puede renunciar completamente al apego de la idea de ser uno mismo, entonces ser uno mismo ya no será más causa de sufrimiento. Esto es lo que es **ver** la inutilidad de ser cualquier cosa, y es la esencia de la declaración de que ser cualquier cosa, no importa que, está obligado a ser sufrimiento en una forma apropiada a ese estado particular del ser. Cualquier estado de ser, si continúa como tal, ha sido hecho para finalmente sufrir. Por lo menos, debe de soportarse o sufrirse en la mente de uno en la forma de una creencia en un estado de ser particular. Cuando existe "uno mismo" hay la obligación de que existan cosas que no son el 'yo' y que pertenecen a él. Así que uno tiene los hijos de uno, la esposa de uno, esto, aquello y lo otro de uno. Entonces uno tiene el deber de uno como esposo o esposa, dueño o sirviente, y así sucesivamente. Todo esto apunta a la verdad de la declaración de que no hay tal estado de ser, que para mantenerlo, no involucre lucha. El problema y la lucha necesaria para mantener el estado de ser de uno son simplemente el resultado de la obsesión ciega con las cosas, del apego a las cosas. Si nosotros renunciáramos a tratar de obtener o de ser cualquier cosa, ¿cómo podríamos continuar existiendo? Esto está obligado a ser una causa principal del escepticismo o la desconfianza para los que no han pensado mucho en este asunto. Las palabras "obtener" y "ser" como se usan aquí, se refieren a obtener y ser basados en las corrupciones mentales, o deseos, en la idea de "obtener algo que valga la pena", o "ser algo meritorio", de forma que la mente para 'obtener' y 'ser' [está seriamente en apuros]. Esto guía obligadamente a la depresión, la ansiedad, el sufrimiento y la

perturbación, o por lo menos a una carga pesada sobre la mente, desde el principio hasta el final. Conociendo esta verdad, debemos estar constantemente en alerta, observando la mente continuamente para estar seguros que no caiga esclava de obtener y ser a través de la influencia del aferramiento y el apego. Atentos de que verdaderamente las cosas no son dignas o meritorias de obtenerse o de ser, debemos ser suficientemente listos/rápidos para permanecer apartados de ellas.

Sin embargo, si no estamos todavía en la posición de apartarnos completamente de 'tener' o 'ser', debemos estar atentos y ampliamente despiertos, de manera que cuando obtengamos algo y devengamos algo, lo hagamos sin disgusto emocional. No debemos ser como esas personas que, volviéndose ciegos y sordos, siguen adelante tonta y entupidamente, e incompetentemente obtienen o devienen, con el resultado de caer en el hoyo de su propia estupidez y apego, y terminan cometiendo suicidio.

El mundo y todas las cosas tienen la propiedad de la impermanencia, de la inutilidad y el no pertenecer a nadie. Cualquier individuo que se aferra o se apega a cualquier cosa será dañado o herido por ella [esa cosa sea cual fuere], desde el principio cuando él primero desea obtener algo o ser algo, más tarde cuando está en el proceso de obtenerlo y/o serlo, y entonces de nuevo después que lo ha obtenido o lo ha sido. Todo el tiempo, antes, durante y después, cuando alguien se agarra y se apega ciega y sordamente, esa persona recibirá su medida completa de sufrimiento, al igual se puede ver que les sucede a todos los materialista. Eso es igual incluso con la bondad, que todos valoran altamente. Si cualquiera deviene involucrado con la bondad en la forma errónea y se apega mucho a ella, él obtendrá/derivará de esa bondad tanto sufrimiento como podría tenerlo de la maldad. Al involucrarse con la bondad, tenemos que tener en mente que ella posee esa propiedad.

Un escéptico puede que pregunte: "¿Si nada en absoluto es meritorio de obtener o ser, entonces nadie debe de hacer ningún trabajo o acumular fortuna, posición y propiedad? Cualquiera que comprenda este asunto puede ver que una persona equipada con el conocimiento y entendimiento correcto tiene de hecho una posición mejor para llevar a cabo una tarea que uno que es un tonto, está sujeto a fuertes deseos y carece de entendimiento. Muy brevemente, cuando uno se involucra en las cosas, debemos hacerlo con atención plena; nuestras acciones no deben ser motivada por el deseo. El resultado procederá siempre de acuerdo a eso.

El Buda y todos los demás arahants estaban completamente libres de deseo, sin embargo tuvieron éxito en hacer muchas cosas mucho más útiles que lo que cualquiera de nosotros somos capaces de hacer. Si miramos a

los relatos de cómo el Buda pasaba su día, encontramos que él dormía solamente por cuatro horas y el resto del tiempo trabajaba. Nosotros pasamos más de cuatro horas al día simplemente distrayéndonos. Si las corrupciones responsables por el deseo de ser u obtener cosas han sido eliminadas completamente, ¿cuál fue la fuerza que motivó al Buda y a los Arahants a hacer todo eso? Ellos estaban motivados por la discriminación apegada a la buena voluntad (**metta**). Incluso las acciones basadas en los deseos naturales del cuerpo tales como recibir limosna para comer estaban motivadas por la discriminación. Ellos estaban libres de corrupciones, libres de todo deseo de seguir viviendo para **ser** esto u **obtener** lo otro, pero tenían la habilidad de discriminar entre lo que es meritorio y lo que no es, como la fuerza motivadora que envió sus cuerpos a buscar y encontrar comida. Si ellos encontraban comida, pues bien; si no, no se preocupaban. Cuando ellos estaban sufriendo con fiebre, sabían como tratarla y así lo hicieron lo mejor posible sobre las bases de su conocimiento. Si la fiebre era incontrolable y ellos no eran fuertes, ellos recordaban que morir es natural. Si vivían o morían eso no significaba nada para ellos; las dos (la vida y la muerte) eran de igual valor para sus ojos.

Si uno debe ser completamente libre de sufrimiento, esta es la misma y mejor actitud que se debe tomar. No hay necesidad de ser ningún 'yo' como asunto del cuerpo. La discriminación sola capacita al cuerpo a continuar a través de su poder natural. El ejemplo del Buda demuestra que sólo con el poder de la discriminación pura y la buena voluntad pura es suficiente para mantener un **arahant** viviendo en el mundo, y lo que es más, haciendo mucho más por los demás que las personas que todavía están sujetas al deseo. Las personas corruptas son propensas a hacer solamente lo que les beneficia a ellas dado que actúan por egoísmo. En contraste, las acciones de los arahants son enteramente inegoístas y por lo tanto son perfectamente puras. Al desear obtener o ser, uno actúa del todo inapropiadamente, uno equivoca el mal por el bien, no conociendo/sabiendo cuál es cual. Entonces, dirijámonos todos a las cosas inteligentemente, siempre recordando que, en realidad o verdaderamente, nada es meritorio de obtener o ser, nada es meritorio de devenir obsesionados por eso, nada es meritorio o vale la pena de apegarse a ello. Actuemos de una forma que mantengamos en mente el conocimiento de que las cosas son por su propia naturaleza indignas o no meritorias de obtener o ser. Si tenemos que involucrarnos en cosas, entonces hagámoslo en la forma correcta, actuando apropiadamente. Esta es la forma en que mantenemos siempre la mente pura, clara, tranquila y calmada. Eso nos permite devenir involucrados en el mundo, in las cosas, sin dañarnos a nosotros mismos en el proceso. Cuando el hombre mundano ordinario oye que nada es meritorio de obtener o ser, él no está convencido, no lo cree. Pero cualquiera que entiende el verdadero significado de esta declaración deviene inspirado y optimista con

ella, o sea, la enaltece. Su mente deviene independiente de las cosas y las domina. Él llega a ser capaz ir en busca de las cosas, seguro en su conocimiento de que no devendrá esclavo de ellas. Sus acciones no son motivadas por el deseo y él no está ciego con la pasión que llega de ser esclavo de las cosas. Al obtener o ser cualquier cosas, estemos siempre conscientes/atentos/alertas que estamos obteniendo o siendo algo que, en términos de la verdad absoluta, no podemos obtener o ser de ninguna forma [valga la redundancia, en absoluto], porque no hay nada que podamos verdaderamente obtener o ser como deseamos sea posible. Todas las cosas son pasajeras e inadecuadas/insatisfactorias y nunca pueden ni podrán pertenecernos; y sin embargo, continuamos tonta y entupidamente atrapándonos y deseándonos. En otras palabras, actuamos inapropiadamente, o en una forma que no está de acuerdo con la verdadera naturaleza de las cosas, simplemente porque devenimos involucrados en ellas mientras ignoramos su verdadera naturaleza. El resultado está obligado a ser toda clase de sufrimientos y problemas. La razón de que una persona es incapaz de hacer este trabajo perfecta e impecablemente es que ella está siempre muy preocupada por obtener algo o ser algo, siempre motivada enteramente por su propios deseos. Y como resultado, ella no está en control de si misma y no puede consistentemente ser buena, honesta y justa. En cada caso de fracaso y ruina, la causa raíz es la esclavitud al deseo. Llegar a conocer la verdadera naturaleza de las cosas es el objetivo verdadero de cada budista. Es el medio a través del cual podemos liberarnos a nosotros mismos. Sin tener en cuenta de si deseamos beneficios mundanos tales como riqueza, posición y fama, o beneficios en el próximo mundo, tales como el cielo, o supramundanos beneficios, el Fruto del Camino, el Nirvana—cualquier cosa que deseemos—la única forma de alcanzarlo es a través del conocimiento y el discernimiento correctos. Nosotros prosperamos y crecemos con el discernimiento. En los Textos o Escrituras se dice que nosotros nos purificamos a través del discernimiento y no a través de otros medios. Nuestro camino a la liberación descansa en tener discernimiento, la visión clara de que en todas las cosas no hay ni nunca ha habido nada en absoluto que sea meritorio de apegarse o aferrarse, de ser o de obtener, de arriesgar la vida y el pellejo. Nosotros tenemos cosas y son solamente cosas en términos mundanos/materiales, de la verdad relativa. En el lenguaje mundano, decimos que somos esto y lo otro, simplemente porque en cualquier sociedad eso es un recurso reconocer a través de nombres y ocupaciones. Pero no debemos ir creyendo que verdaderamente somos esto o lo otro, como se asume en el nivel de la verdad relativa. Hacer esto es conducirnos como grillos, que cuando sus caras se cubren de polvo o suciedad, devienen desorientado e incoherentes, procediendo a morderse unos a los otros hasta que mueren. Nosotros los humanos, cuando nuestras caras se cubren de suciedad, cuando estamos sujetos a toda clase de engaños/fantasías, devenimos tan desorientados y

confusos que hacemos cosas que ningún ser humano podría hacer bajo circunstancias ordinarias—matar por ejemplo. Así que no nos ceguemos apegándonos a las verdades relativas; en su lugar seamos conscientes que ellas son simplemente 'verdades relativas' esenciales en una sociedad, pero nada más. Tenemos que estar conscientes de lo que este cuerpo y mente realmente es, cual es su naturaleza verdadera. En particular, tenemos que estar alerta o conscientes de su impermanencia, su insuficiencia y su no-yo, y estar seguros que siempre permaneceremos independientes de eso.

En cuanto a la riqueza, posición y demás, que no podemos hacer nada sin ellos, mirémoslos también como verdades relativas de forma que podamos liberarnos de la costumbre existente de decir, por ejemplo, "Esto pertenece a Tal y Mas Cual. Eso pertenece a Este y al Otro." La ley supervisa para nosotros los derechos de propiedad; no hay necesidad de aferrarnos a la idea lo "lo mío". Debemos poseer las cosas pura y simplemente por el beneficio de la conveniencia y la facilidad, y no para que sean las dueñas y señoras de nuestras mentes. Cuando tenemos este conocimiento claro, las cosas devienen nuestros sirvientes y esclavos y nosotros permanecemos por encima de ellas. Si nuestros pensamientos van por el camino del deseo y el apego, de manera que devenimos conscientes de tener esto y lo otro y de ser esto y aquello, aferrados firmemente a las ideas, las cosas se nos subirán arriba y seremos en su lugar, los sirvientes y esclavos bajo su control. La situación puede cambiar completa y fácilmente en esta forma, así que tenemos que ser muy cuidadosos. Tenemos que organizar las cosas de tal forma que estemos seguros de permanecer independientes y por encima de las cosas. Si no lo hacemos, podemos encontrarnos en una posición muy deplorable y de hecho, lamentarnos por nosotros mismos. Cuando verdaderamente llegamos a percibir claramente que nada es meritorio de obtener o de ser, el desencanto (**nibbida**) se desarrolla en proporción a la intensidad del discernimiento. Este es un signo de que el apego ha devenido menos firme y comienza a desaparecer. Es un signo de que hemos sido esclavos por tanto tiempo y que la idea de tratar de escapar por fin se nos ha ocurrido. Esta es el comienzo del desencanto y la desilusión, cuando uno deviene harto hasta las narices con la estupidez de uno en agarrar y apegarse a las cosas, creyendo que las cosas son dignas o meritorias de tener y de ser. Tan pronto como el desencanto se ha establecido, obligatoriamente llega un proceso natural y automático de desenredo (**vimutti**), como si una cuerda con la que uno ha sido atado/restringido fuertemente se soltara; o un proceso de enjuague, como cuando una pieza de tela que se ha teñido firmemente y fijado su color, se lava empapándola en las sustancias apropiadas para quitárselo. Este proceso a través del cual el apego da lugar a una liberación, o a una disolución o desaparición gradual del mundo, o de los objetos de ese aferramiento, el Buda lo llamó emancipación (**vimutti**). Este estado es de gran importancia.

Aunque no es la etapa final, es el paso más importante hacia la liberación completa. Cuando uno se ha liberado hasta cierto punto, la liberación del sufrimiento está garantizada.

Ya liberados de la esclavitud, uno no necesita otra vez ser un esclavo del mundo. Uno deviene puro e incontaminado mientras que previamente uno estaba corrupto de todas las maneras. Ser esclavo de las cosas es estar corrupto en cuerpo, habla y pensamiento. Liberarse de la esclavitud a los gustos deliciosos del mundo es alcanzar la condición pura y nunca ser corruptos otra vez. Una vez que esta pureza verdadera (**Visuddhi**) ha sido alcanzada, la tranquilidad y la calma genuina, libre de turbulencia, lucha y tormento, surgirá. Este estado de liberación de la opresión y la turbulencia, el Buda lo llamó simplemente paz (**Santi**), esto es, la quietud y la calma en todas las situaciones, que virtualmente es la misma cosa que el Nirvana.

“Nirvana” ha sido traducido como “ausencia de cualquier instrumento de tortura”. Entendiendo la palabra de otra forma, significa “extinción sin residuo”. Así que la palabra “Nirvana” tiene dos significados importantes; primeramente, la ausencia de cualquier causa de tormento y quemazón, la liberación de todas las formas de opresión y limitaciones y secundariamente, la extinción, sin ningún combustible para el surgimiento y/o desarrollo adicional del sufrimiento. La combinación de de esos significados indican una condición de liberación completa del sufrimiento. Hay muchos otros significados útiles para la palabra “Nirvana”. Pueden tomarse como significando la extinción del sufrimiento; o la completa eliminación de las corrupciones; o el estado, dominio o condición que es la cesación de todo sufrimiento, todas las corrupciones y toda actividad kármica. Aunque la palabra “Nirvana” se usa por sectas numerosas y diferentes, el sentido en que ellas la usan no es frecuentemente el mismo en absoluto. Por ejemplo, un grupo lo toma simplemente con el significado de calma y tranquilidad, porque ellos identifican al Nirvana con las concentración profunda. Otros grupos incluso consideran la absorción/incorporación total en la sensualidad como el Nirvana.

El Buda definió el Nirvana como simplemente esa condición de liberación de la esclavitud, el tormento y el sufrimiento que resulta de ver la verdadera naturaleza de la condición mundana y de todas las cosas, y así ser capaces de renunciar a todos los apegos a ellos. Es esencial, entonces, que reconozcamos el excepcional e inmenso valor del discernimiento y el trabajo para cultivar/practicar este discernimiento a través de un medio o de otro. Usando un método, nosotros simplemente fomentamos que él surja por si mismo naturalmente y de su propio acuerdo, a través de desarrollar, día y noche, el gozo que resulta de la pureza mental, hasta que las cualidades que hemos descrito gradualmente aparezcan. El otro método

consiste en desarrollar el poder mental a través de seguir un sistema organizado de concentración y práctica de discernimiento. Esta última técnica es apropiada para personas con cierta clase de disposición, que pueden progresar rápidamente con él si las condiciones son correctas. Pero podemos practicar el desarrollo del discernimiento a través de método natural en todas las circunstancias y todo el tiempo simplemente a través de hacer nuestro propio camino de la vida diaria tan puro y honesto que surja en sucesión o progresión el gozo espiritual (**piti y pamoda**), la calma (**passaddhi**), el discernimiento en la verdadera naturaleza de las cosas (**yathabhutananadassana**), el desencanto (**nibbida**), la retirada/el reintegro (**viraga**), el escape (**vimutti**), la purificación de las corrupciones (**visuddhi**), y la calma (**santi**), de forma que lleguemos a tener una probada o un gusto de liberación del sufrimiento (**nibbana**)—natural, constante, día a día, mes tras mes, año tras año, llegando gradualmente cada vez más y más cerca al Nirvana.

Resumiendo, la concentración natural y el discernimiento, que capacita a una persona a alcanzar el Camino y el Fruto, consiste en verificar a cada momento, cada día durante todo el día—diríamos, las 24 horas del día en los 7 días de la semana o constantemente—la verdad de la declaración de que nada es meritorio de obtener o ser. Cualquiera que desee obtener este resultado debe luchar para purificarse a si mismo y desarrollar cualidades personales ejemplares, de forma que pueda encontrar el goce espiritual perfecto en el trabajo y en el tiempo libre. Ese mismo gozo induce claridad y frescura, calma mental y quietud, y sirve, natural y automáticamente, para darle a la mente la habilidad del pensamiento, o sea pensar, y de la introspección. Con el discernimiento de que nada es meritorio de obtener o ser constantemente presente, la mente pierde todo el deseo por las cosas que una vez usó para aferrarse y apegarse a ellas. Ella es capaz de liberarse de las cosas que antes miraba como 'yo' y 'lo mío', y todo el deseo ciego por las cosas cesa. El sufrimiento, que no tienen ya más donde alojarse, mengua o disminuye enseguida, y el trabajo de eliminar el sufrimiento ya se ha hecho. Esta es la recompensa, y puede ser ganada o alcanzada por cualquiera de nosotros.

VIII – EL DISCERNIMIENTO A TRAVÉS DEL ENTRENAMIENTO ORGANIZADO

Ahora trataremos con los sistemas organizados de entrenamiento en el discernimiento, que no fueron enseñados por el Buda pero que fueron desarrollados más tarde por maestros. Esta clase de práctica es apropiada para una etapa moderadamente desarrollada; quien todavía no puede percibir naturalmente la insatisfacción de la existencia humana con sus propios ojos. Sin embargo, esto no quiere decir que el resultado obtenido por estos sistemas tiene algunas cualidades especiales no obtenibles a través del método natural, porque cuando examinamos el Tipitaka más de cerca, encontramos que el método natural es el único mencionado. No obstante, algunas personas consideran que el discernimiento natural se puede desarrollar solamente por alguien que haya llegado a ser extraordinariamente virtuoso, o que tenga una disposición apropiada; que para él, llegar a entender completamente las cosas es un juego de niños. **¿Qué deben hacer las personas que carecen de virtudes trascendentes y de disposición apropiada? Para esas personas, los maestros formulan sistemas ordenados de práctica, cursos breves que comienzan desde cero y tienen que seguirse completa y sistemáticamente, diríamos, al pie de la letra.**

Estos sistemas de práctica para desarrollar el discernimiento son ahora conocidos por el término técnico de "Vipassana-dhura". Vipassana-dhura contrasta con el **Estudio** (Gantha-dhura), los dos son considerados hoy en día aspectos complementarios del entrenamiento. Vipassana-dhura es el estudio que se hace interiormente; es un entrenamiento mental estrictamente, no teniendo nada que ver con libros de textos. No el término Estudio (Gantha-dhura) ni Vipassana-dhura se mencionan en el Tipitaka, ambos aparecen solamente más tarde en los libros; pero Vipassana-dhura es no obstante una práctica budista genuina, designada para que las personas intenten eliminar el sufrimiento. Esta basada directamente en la introspección concentrada y sostenida. Para explicarle a las personas la práctica Vipassana, los maestros en los tiempos antiguos consideraron la explicación en términos de las siguientes preguntas: ¿Cuál es la base o fundamento de Vipassana? ¿Cuáles son las características a través de las cuales nosotros podemos saber/conocer que eso es Vipassana? ¿Justamente cuál es la actividad llamada Vipassana? ¿Cuál debe ser el resultado último de Vipassana?

Al preguntar 'cuál es la base o fundamento de Vipassana, nosotros respondemos: **la moralidad y la concentración.** 'Vipassana' significa

“discernimiento claro”, y se refiere a la visión clara—no oscura—que puede surgir cuando la mente de una persona está llena de gozo y carente de cualquier corrupción. El gozo se desarrolla cuando hay Pureza Moral (Sila visuddhi); la moralidad es un prerequisite. Esto está declarado en los textos (**Rathavinitasutta, Majjhima - nikaya, 24**), donde la práctica se describe como procediendo en una serie de etapas llamadas las Siete Purificaciones, y culminando en el Camino y el Fruto. Los maestros miran el logro de la **Pureza Mental** como la primera de las Siete Purificaciones. Ella consiste en una conducta impecable y es prerequisite para la purificación de la mente (Citta—visuddhi). La purificación de la mente, lograda cuando la mente se ha rendido a la libertad de cualquier contaminación, conduce a la Purificación de los Puntos de Vistas u Opiniones (**Ditthi—visuddhi**) o la liberación de la equivocación o el malentendido o el error. La liberación del error guía a la pureza a través de la liberación de la duda (**Kankhavitara—visuddhi**), y esto conduce subsecuentemente al surgimiento de la pureza a través del conocimiento y la visión de cuál es el verdadero camino a seguir y cuál no lo es (**Magga-magga—Nanadassana-visuddhi**). Este conocimiento del camino a seguir guía a la pureza a través del conocimiento y la visión del progreso a lo largo del camino (**Patipada—Nanadassana visuddhi**). Esto finalmente guía a la última etapa de completo discernimiento intuitivo o pureza de conocimiento y visión (**Nanadassana—visuddhi**), que es la perfección del mismo Noble Camino. Porque el Fruto del Camino surge automáticamente una vez que el Camino se establece, el logro del Camino se mira como la culminación de la práctica.

La pureza moral es una conducta impecable a través del cuerpo y el habla. Mientras cualquier imperfección en el cuerpo o el habla permanezca, se carece de la moralidad en el verdadero sentido. Cuando eso ha sido perfeccionado, esto es, cuando la **tranquilidad** de las actividades corporales y el habla ha sido alcanzada o lograda, el resultado está obligado a ser la tranquilidad mental, que subsecuentemente conduce a las etapas siguientes adicionales de purificación: liberación del error o equivocación, liberación de la duda, conocimiento en cuanto a cuál es el Camino a seguir y cuál no lo es, conocimiento y visión del progreso a lo largo del Camino y finalmente el discernimiento intuitivo completo. Estas últimas cinco etapas constituyen **vipassana** propiamente. La purificación de la conducta y la mente son simplemente la entrada en el camino de vipassana.

LAS SIETE PURIFICACIONES, LAS CINCO ETAPAS EN VIPASSANA Y LOS NUEVE PASOS EN LA PERFECCIÓN DEL CONOCIMIENTO (a-i)

I. Pureza moral

- II. Pureza Mental
- III. (1) Liberación de los puntos de vista falsos
- IV. (2) Liberación de la duda
- V. (3) Conocimiento y visión de cual es el Camino verdadero
- VI. (4) Conocimiento y visión del progreso a lo largo del Camino (a) Conocimiento del surgimiento y el fallecimiento (b) Conocimiento del fallecimiento (c) Conciencia del temor (d) Consciencia del peligro (e) Desencanto (f) Deseo de liberación (g) Lucha por escapar (h) Imperturbabilidad (i) Preparados para percibir las Cuatro Nobles Verdades
- VII. (5) Discernimiento Intuitivo Completo

La Purificación consistente de la liberación del error o la equivocación implica la eliminación de todos los falsos puntos de vista, ambos, innatos y adquiridos. Ella cubre la variedad completa desde las creencias irracionales en la magia hasta las ideas falsas en cuanto a la naturaleza verdadera de las cosas—por ejemplo, mirar este cuerpo y mente como algo permanente, algo meritorio y como un ‘yo’ o entidad; mirarlo como animal, ser humano, ser celestial, o dios, o como algo mágico y sagrado; fracasar en percibir que él consiste de simplemente cuatro elementos, o de simplemente cuerpo más mente, y mirarlo en su lugar como una entidad o ‘yo’ poseyendo alma o espíritu, que entra y sale de él; fracasar en verlo como consistente de los cinco agregados: cuerpo, sentimiento, percepción, pensamiento activo y consciencia; fracasar en verlo simplemente como una masa de percepciones recibidas a través del ojo, oreja, nariz, lengua, cuerpo y mente. Los puntos de vista falsos guían a la creencia en objetos mágicos y sagrados, y por lo tanto dan surgimiento al temor. Los ritos y rituales son entonces ejecutados para neutralizar el temor, y el resultado es un apego firme a los ritos y rituales—todo eso, bajo el concepto de los puntos de vista falsos. Tal situación indica puntos de vista y opiniones que todavía no son perfectas. Haber renunciado a los puntos de vista falsos es haber alcanzado lo que originalmente se llamó la tercera Purificación, y lo que los maestros más tarde clasificaron como la primera etapa en vipassana.

La Purificación consistente de la liberación de la duda surge por la introspección en las causas. Con la liberación de los falsos puntos de vista, uno se ve a sí mismo simplemente como el cuerpo más la mente. La liberación de la duda consiste en percibir la naturaleza de las causas responsables por el surgimiento de la existencia del complejo/compuesto cuerpo-mente. Uno ve penetrantemente y en perfecto detalle la llegada a la existencia y la interacción de la ignorancia, el deseo, y el karma del apego y aferramiento, el “nutrimento” y así sucesivamente, para formar el cuerpo y la mente. La liberación de la duda resulta simplemente del conocimiento

claro de las causas y los efectos de todas las cosas. En el sistema **vipassana**, los maestros reconocen veinte o treinta clases de duda, pero resumiéndolas, ellas todas equivalen a la duda de si el 'yo' o la identidad de uno existe o no; si el 'yo' o la identidad de uno existió previamente, y si el 'yo' o la identidad de uno continuará existiendo en el futuro, y, si es así, en qué forma. La única forma que la duda puede desaparecer completamente es comprender que no hay "yo", sino solamente elementos, agregados, un sistema nervioso junto con tales causas como la ignorancia, el deseo y el apego, el karma como "el nutrimento", y así sucesivamente. Porque no hay un 'yo' verdadero que se involucre en todo, uno comienza a renunciar a la idea tonta de: "yo soy, yo he sido, yo seré". Con la completa erradicación de la duda, la segunda etapa en vipassana ha sido alcanzada. Esto no significa que el "yo" escondido ha renunciado definitivamente del todo; todavía queda vestigios sutiles de él presentes. Un entendimiento adecuado del modo de interacción de las causas ha resultado en la desaparición de la duda y ha hecho posible renunciar a la idea del 'yo' en sus formas más grotescas.

Cuando la duda ha sido trascendida, llega a ser posible hacer surgir la Purificación consistente del conocimiento perfecto en cuanto a cuál es el camino correcto a seguir y cuál no lo es. Existen muchos obstáculos para este progreso adicional, que usualmente surgen en el curso de la práctica vipassana. Mientras la mente esté en un estado concentrado, hay probabilidades de que surjan varios fenómenos extraños, con los que el meditador puede llegar a intimidarse, tales como auras maravillosas y extraordinarias vistas en los ojos de la mente (con los ojos físicos cerrados). Si esos efectos se fomentan a propósito, ellos pueden devenir muy desarrollados, y si el meditador concluye que "este es el Fruto de la práctica vipassana" o se congratula a sí mismo diciendo: "Esto es algo sobrenatural, esto es lo que es"! o algo por el estilo, el surgimiento de esos fenómenos será responsable de bloquear el camino al Camino y Fruto Verdaderos. Consecuentemente, los maestros lo consideran una senda de costado, un callejón ciego. Otro ejemplo es el del surgimiento de los sentimientos de gozo y contento que continuamente llenan la mente hasta cierto punto que ella deviene incapaz de cualquier introspección adicional, o concluye que "este es el Nirvana, ahora, aquí mismo", así que el camino deviene bloqueado y el progreso adicional es imposible. Esta es otra obstrucción al discernimiento. Además, los maestros dicen, que incluso el discernimiento en la naturaleza del cuerpo y la mente puede algunas veces guiar a la satisfacción propia y al engaño de que el meditador tiene un grado extraordinario de discernimiento espiritual, así que él deviene demasiado seguro de sí mismo. Esto también es un obstáculo para progresar en el vipassana. Ocasionalmente el meditador del poder mental que ha desarrollado para hacer que su cuerpo quede rígido, con el resultado

de perder la consciencia necesaria para una introspección adicional. Este es el obstáculo tenaz en el camino para el progreso adicional, sin embargo los meditadores usualmente lo aprueban, mirándolo como una facultad supernatural, o incluso como el Fruto del Camino. Cualquiera que devenga satisfecho, contento y obsesionado por el apego a la concentración profunda, este sentarse con el cuerpo rígido y carente de toda sensación, e incapaz de un progreso adicional en la práctica vipassana, está en una posición deplorable y patética.

Otra condición que puede fácilmente surgir es el gusto al éxtasis de felicidad que el meditador nunca había encontrado antes. Una vez que ha surgido, induce a lo increíble y asombroso y a la satisfacción sin justificación. Mientras el éxtasis dura, el cuerpo y la mente experimentan una felicidad extrema y todos los problemas se desvanecen. Las cosas que anteriormente gustaban o disgustaban ya no gustan o disgustan cuando se recuerdan en la mente. A las cosas que el meditador le ha temido y a las que se ha preocupado por ellas, ya no inducen esas reacciones, así que él se crea una idea falsa de que ya ha obtenido la liberación, la libertad de todas las corrupciones; porque mientras él se encuentre en esa condición, él tendrá todas las características de un individual genuinamente perfecto. La satisfacción surge con respecto a esta condición, y actúa como un obstáculo para el progreso adicional en vipassana. Y después de un tiempo desaparecerá, así que las cosas que antiguamente gustaban o disgustaban se les gustarán y disgustarán de nuevo al igual que antes, o incluso mucho más.

Aun hay otra clase de obstáculo que involucra la fe. La fe o confianza nunca se siente antes de devenir firmemente establecidos, por ejemplo, la confianza en la Triple Gema, el Buda, el Dhamma y la Sangha, o en las teorías que el meditador piensa por él mismo. Puede que incluso surja una satisfacción más intensa en el Dhamma. La habilidad de permanecer quieto por cualquier cosa deviene tan fuertemente desarrollada que puede incluso engañar al meditador en la creencia de que ya él ha obtenido o alcanzado el Fruto de Camino y el Nirvana mismo. Esas cosas son grandes dificultades para cualquiera que se encuentre con ellas por primera vez. Como pueden ver ellas constituyen una barrera en el camino de vipassana. Sin embargo, el meditador, lo más probable es que los mire como altamente deseable hasta ese momento en que desarrolle el conocimiento claro de que esas cosas son de hecho obstáculos y entonces triunfe en cortar esas corrupciones sutiles completamente. Este conocimiento de cual es el camino y cual no lo es, constituye la **tercera** etapa en la práctica vipassana y la **quinta** Purificación.

Hasta el momento cuando el aspirante ha desarrollado este conocimiento de lo que realmente constituye el camino correcto, él tiene que estar siempre dirigiéndose o maniobrando hacia fuera de las variadas distracciones. Una vez que este conocimiento del camino a seguir ha devenido completamente establecido, independientemente, cualquier conocimiento adicional se desarrollará automáticamente a lo largo de la línea correcta. Eso progresará paso por paso, trayendo el entendimiento claro y perfecto de la verdadera naturaleza de las cosas y finalmente la liberación perfecta y el no involucramiento en las cosas. La mente, equipada con este entendimiento correcto está completamente preparada para alcanzar el discernimiento en las Cuatro Nobles Verdades, y se dice que ha alcanzado u obtenido la Pureza a través del Conocimiento y la Visión del progreso a lo largo del Camino. Esta se cuenta como la cuarta etapa en vipassana y la sexta Purificación. El **Tipitaka** no contiene una explicación detallada de estas etapas en Conocimiento y Visión del progreso a lo largo del Camino, pero los maestros antiguos reconocieron en eso nueve etapas, como siguen:

- a) Vipassana ha progresado propiamente, y el nacimiento, la vejez, el dolor y la muerte de los fenómenos han sido estudiados/examinados completamente. El surgimiento y la cesación de los fenómenos han sido percibidos con toda claridad. Toda la existencia fenomenal se ve como que consiste justamente de un proceso infinito de surgimiento y cesación como el deslumbramiento resplandeciente sobre la superficie del océano, o como la formación y rompimiento de la espuma de la cresta de las olas. Esto se conoce como el conocimiento del surgimiento y la cesación (**Udayabbayanupassana—nana**). Esto surge a través de una introspección concentrada tan clara y sostenida por tanto/largo tiempo que el conocimiento deviene firmemente establecido, como un tinte absorbido por la mente, suficientemente poderoso para hacer que el meditador devenga desencantado con las cosas y renuncie a apegarse/aferrarse a ellas. Este es el **primer paso** en el Conocimiento y Visión del Progreso a lo largo del Camino.
- b) El surgimiento y la cesación, si se observan simultáneamente, no pueden percibirse con tal claridad como podrían si uno se concentra en ellos separadamente. En esta etapa, el meditador deja de mirar uno de los dos, a saber el surgimiento y se concentra exclusivamente en la cesación. Esto le permite ver el proceso de desintegración y decadencia en tal profundidad e intensidad que llega a comprender que la decadencia y el perecimiento o fallecimiento son universalmente evidentes, no importa donde uno dirija su mirada en el mundo. Una mente que habita en el conocimiento, se dice que está equipada con el conocimiento de la decadencia y la disolución

- (Bhanganupassana—nana).** Este es el **segundo paso** en el desarrollo del conocimiento.
- c) El conocimiento de la decadencia y la disolución, cuando está suficientemente desarrollado, da lugar seguidamente a la consciencia o atención plena de todas las cosas que deben ser temidas. Todos los fenómenos de la existencia, ya sean en el dominio sensual, en el dominio de la forma o en el dominio de la no-forma se ven como inherentemente temibles. Todas las esferas de existencia se ven como completamente peligrosas porque la decadencia y la disolución de todos los fenómenos se percibe en cada momento consciente. Por lo tanto, una ansiedad/nerviosismo intensa surge en la mente de uno que posee esta consciencia y ella deviene establecida como un temor genuino. Esta consciencia no ve nada más que temor, como veneno, o armas mortales, o bandidos armado inhumanos, llenando completamente las tres esferas de existencia fenomenal con temor. esta consciencia de temor (**Bhayatupatthana—nana**) de toda la existencia fenomenal es considerada como el **tercer paso**.
- d) Cuando la consciencia de la completa naturaleza aterradora de todos los fenómenos de la existencia se ha desarrollado completamente, surgirá a su debido tiempo la conciencia de que todas las cosas son inherentemente peligrosas. Devenir involucrado en las cosas no es seguro. Ellas son como un bosque lleno de bestias peligrosas, y cualquiera que busque diversión en el bosque no encontrará nada placentero allí. Esta consciencia del peligro (**Adinavan-upassana—nana**) inherente en todos los fenómenos de la existencia es el **cuarto paso**.
- e) Cuando todas las cosas se ven, que en todas las formas están llenas de peligro, esto hace surgir el desencanto. Las cosas se ven como si parecieran una casa en llamas de la cual nada queda sino solamente cenizas y un esqueleto, completamente inatractiva. Este desencanto (**Nibbidanupassanaa—nana**) que está asociado con las cosas condicionadas es el **quinto paso** en el desarrollo del conocimiento.
- f) Cuando el desencanto genuino ha llegado a establecerse, surge el deseo de llegar a ser verdaderamente libre de todas esas cosas. Este deseo es completamente diferente a nuestro deseo ordinario de libertar, que carece del poder de concentración o discernimiento para impulsarlo, y que no es deseo verdadero por libertad. El desencanto que surge del discernimiento vipassana involucra la mente completa, y el deseo por liberación es tan grande como el de desencanto, así que es real y genuino. Este deseo de escapar de la insatisfacción de la existencia fenomenal es tan grande como el deseo de libertad de una rana luchando por escapar de la mandíbula de una serpiente, o el deseo de libertad de un ciervo o pájaro luchando por liberarse/soltarse de una trampa. Este deseo real o verdadero de

escapar (**Muncitukamyata—nana**) de la insatisfacción es el **sexto paso**.

- g)** Ahora con el desarrollo completo del deseo de escapar, surge un sentimiento de una lucha intensa por encontrar la salida, un sentimiento siempre presente de que la existencia fenomenal, siendo como es, uno tiene que escapar de ella. Introspectivamente, uno percibe el apego y también percibe que las corrupciones son la causa de la opresión/esclavitud de la mente, el yugo que vincula a la condición. Consecuentemente uno busca por formas de minimizar las corrupciones. Entonces cuando uno ve las corrupciones debilitándose, uno se prepara para destruirlas completamente. Este debilitamiento de las corrupciones se ilustra a través de una alegoría. Un hombre recoge su trampa de peces y saca de ella una serpiente creyendo que es un pez. Cuando se le dice que es una serpiente, él no lo cree, por lo menos hasta que se encuentra un maestro sabio, benevolente y compasivo, que lo guía e instruye para que pueda comprender que de hecho eso es una serpiente. Entonces él deviene temeroso y busca el medio de matarla. Toma la serpiente por la garganta y, levantándola sobre su cabeza la mueve de con movimiento rotativo hasta que la agotó y se cayó muerta. Esta alegoría ilustra el surgimiento del conocimiento de que las corrupciones son la causa de la esclavitud de las personas a una condición a la que se le debe temer y tener pánico o pavor. Si uno no tiene una técnica para reducir día a día la fuerza de las corrupciones, erradicarlas es inevitablemente imposible. El poder de las corrupciones excede mucho más que el conocimiento inmóvil y escaso que se usa en destruirlas, por esa razón el conocimiento se debe desarrollar y aumentar, y así el sufrimiento producido por las corrupciones simultáneamente disminuirá. El mantener y desarrollar el conocimiento de que todas las cosas son impermanentes/temporales, inútiles y carentes de identidad o 'yo', y que ellas no son meritorias de obtener o ser, sirve para cortar la provisión de nutrimento a las corrupciones, debilitándolas día a día. Es apropiado para nosotros fortalecernos, desarrollarnos y devenir más diestros e ingeniosos. A través de estos medios, por muy pequeños que seamos, podemos conquistar corrupciones del tamaño de montañas. Nuestra situación se puede comparar a la de un pequeño ratoncito que se enfrenta con el trabajo de matar varios tigres. Tenemos que ser verdaderamente dedicados, constantes y persistentes, siempre vigilando y buscando por los medios apropiados para un ratoncito pequeño. Si no llegamos a ningún lugar, debemos de usar toda clase de aparatos o dispositivos y técnicas para debilitar esos tigres día a día, en lugar de tratar de matarlos en el acto. Esta búsqueda intensa por una forma de escape

- (**Patisankhanupassana—nana**) constituye el **séptimo paso** en el Conocimiento y Visión del Progreso a lo largo del Camino.
- h) La debilitación de las corrupciones sirve para hacernos progresivamente más y más independientes e inconscientes/ignorantes de las cosas. Así que el próximo paso en el desarrollo del entendimiento correcto, que resulta en la imperturbabilidad con respecto a todas las cosas, consiste en ver todos los fenómenos como vacíos, como carentes de esencia, como carentes de estado tal como 'un animal' o 'una persona', carentes de sustancia o permanencia verdadera, carentes de mérito porque ellas son completamente insatisfactorias, y carentes de toda atracción porque ellas son completamente desencantos/ decepciones/ desengaños. Finalmente la mente deviene independiente e imperturbable por cualquier cosa en cualquiera de los dominios de la existencia. Las cosas que anteriormente deseábamos, nos gustaban y nos obsesionaban o apasionaban, se llegan a ver como terrones de piedra y tierra. Esto también se ha explicado a través de una alegoría. Un hombre que siempre había amado a cierta mujer puede que un día experimente un cambio en su sentimiento y deje de amarla. Por ejemplo, dejará de amar a su esposa si ella le traiciona. Ya divorciado, sin embargo, él está libre para seguir adelante y hacer lo que le plazca; su mente puede estar imperturbada. Y a ese nivel de conocimiento, las condiciones hasta ese momento deliciosas, cada una en su propia forma, se reconocen como carentes de sustancia, de manera que uno puede ser independiente de ellas y no se perturba en todas las circunstancias, al igual que un hombre que deviene independiente al divorciarse de su esposa. Esta indiferencia a todos los fenómenos (**Sankharupekkha—nana**) es el **octavo paso**.
- i) La mente así independiente e inmóvil por toda la existencia fenomenal está lista para perfeccionar el Camino y conocer/saber las Cuatro Nobles Verdades (**Saccanulomika—nana**). En esta etapa uno está totalmente preparado para vencer las corrupciones, romper las cadenas que lo atan al mundo, y devenir un Ario de un grado u otro. Este es el **noveno paso** en el proceso de Conocimiento y Visión del Progreso a lo largo del Camino.

Cuando este desarrollo de pasos adyacentes de conocimiento, desde el conocimiento del surgimiento y la cesación hasta el estado de estar preparados para percibir las Cuatro Nobles Verdades ha sido completado, se dice que uno ha alcanzado el **cuarto estado en vipassana**, o la **sexta Purificación**. El conocimiento puro y perfecto que rinde o se adquiere o se cosecha de eso es un instrumento que le revela al meditador el camino a

través del cual él ha llegado, y puede guiar al discernimiento intuitivo perfecto que destruirá las corrupciones.

Este discernimiento intuitivo perfecto, o Pureza de Conocimiento y Visión, la séptima Purificación, es el discernimiento que surge del Camino perfeccionado/desarrollado. Es la meta, el Fruto de la práctica vipassana. Este discernimiento que surge del Camino perfeccionado es la quinta y final etapa en vipassana. Entre el estado de estar preparado para percibir las Nobles Verdades y este discernimiento intuitivo perfecto llega el conocimiento de "habilitación/calificación" (**Gotrabhu—nana**), que marca el punto de transición del individuo corrupto ordinario al Ario. Pero este conocimiento 'de calificación' dura sólo un instante. Es la culminación de la perfección progresiva de conocimiento y todavía está en el nivel del buen karma, todavía está en el dominio sensual.

Para resumir, entonces, vipassana tiene como base o fundamento la moralidad y la concentración. ¿Qué examinamos? La respuesta es: Examinamos todas las cosas, o para usar otros términos, el mundo, o la existencia fenomenal, o las cosas condicionadas, o los cinco agregados, dado que toda la existencia fenomenal consiste de nada aparte de los cinco agregados. ¿Cuál es nuestro objetivo después de ver el resultado de este escrutinio? Nuestro objetivo es ver la impermanencia, la insatisfacción y la carencia de sustancia inherente en todas las cosas en el mundo. Nosotros las observamos surgiendo, persistiendo/continuando y cesando hasta que las percibimos inspirando un temor y desencanto absoluto y comprendemos que nada es meritorio de obtener o ser. Estas son las condiciones que deben de surgir en la práctica vipassana. ¿Cuál es el objetivo de vipassana? El objetivo inmediato de vipassana es reducir el engaño, el significado de 'vipassana' es tener una "visión clara". ¿Cuál es el fruto de vipassana? El fruto de vipassana es el surgimiento del discernimiento claro e intuitivo, discernimiento duradero y claro de la naturaleza de todas las cosas, que finalmente reducirá las corrupciones a la nada. Con las corrupciones ya idas, hay inmediatamente perfección, iluminación y paz. Nada permanece para atar la mente a cualquier condición mundana. Como resultado, una liberación/ emancipación del mundo, ese lugar de esclavitud a la sensualidad. La mente se libera del sufrimiento porque está libre permanentemente de todo deseo o anhelo. El Buda le llamó a esto el logro de la cesación del sufrimiento, el logro del Fruto del Camino, el Nirvana. Haber logrado esto es haber finalizado la tarea que el Budismo nos ha preparado.

Esto nos demuestra el pasaje del discernimiento que tiene que caminarse. Hay **siete etapas** de purificación que deben ser integradas en este pasaje o camino, y **nueve pasos** en el proceso del desarrollo del conocimiento del

mundo. Estos, cuando se toman colectiva o simultáneamente se conocen con el nombre de **vipassana**. En los Textos/Escrituras están preparados como un sistema ordenado. Los detalles sutiles se pueden encontrar en los libros escritos por los maestros antiguos. Sin embargo, hay una cosa importante que se debe comprender, para evitar la equivocación/error/confusión. Eso pasa consecuentemente incluso en el terreno de la práctica del Dhamma, en el aspecto supremo del Budismo hay personas equivocadas. En el tiempo presente hay muchos que han agarrado y sostenido cosas que no son vipassana en absoluto y las presentan como siendo una cosa verdadera o real. Ellos han hecho de la práctica vipassana su medio de vida. Ellos se ganan a las personas para organizar clases colectivas y entonces proceden a certificarlas como nobles (**Ariyapuggala**) al estilo moderno, esto es lo más despreciable y lamentable.

IX – LA EMANCIPACIÓN DEL MUNDO

La meditación vipassana es un entrenamiento mental que tiene por objetivo el levantamiento de la mente a un nivel en el cual ya no está sujeta al sufrimiento. La mente se libera del sufrimiento por virtud de un conocimiento claro de que nada es meritorio para agarrarse o apegarse. Este conocimiento le priva a las cosas del mundo su habilidad para guiar la mente a desconsideraciones/tonterías/estupideces adicionales de gustos y disgustos. Teniendo este conocimiento, la mente trasciende la condición mundana y alcanza el nivel conocido como el Plano Supramundano (**Lokuttara-bhumi**).

Para comprender claramente el plano supramundano, tenemos que conocer primero su opuesto, el plano mundano (**Lokiyabhumi**). El plano mundano comprende esos niveles en los cuales las cosas del mundo tienen control sobre la mente. Resumiendo brevemente, se reconocen tres niveles en el plano mundano, a saber: el **nivel sensual (Kamavacara-bhumi)**, o el nivel de una mente que todavía está contenta con los placeres de cada clase; el **nivel de las formas (Rupavacara-bhumi)**, la condición de una mente desinteresada en objetos sensuales, pero que encuentra satisfacción en las variadas etapas de concentración sobre las formas como objetos; y el último, el nivel sin forma—de la no forma— (**Arupavacara-bhumi**), el nivel superior de una mente, que todavía, encuentra satisfacción en el éxtasis y la paz de la concentración en los objetos sin forma. Estos tres niveles en el plano mundano son los niveles mentales de los seres en general. A pesar de o sin tener en cuenta si nosotros presumimos de llamarlos seres humanos, seres celestiales, dioses, bestias o ciudadanos del infierno, ellos todos están incluidos en los tres niveles mundanos. La mente de un mundano/materialista puede en cualquier momento en particular existir en cualquiera de esos tres niveles. Eso no es imposible. Es completamente normal. Como regla, aunque tienda a regresar naturalmente al nivel sensual no-concentrado; la mente humana normalmente cae bajo la influencia de las delicias en los colores y formas, sonidos, olores, gustos y objetos táctiles. Solamente en ciertas ocasiones ella es capaz de escapar de la influencia de esas cosas seductoras y experimentar la tranquilidad y felicidad que llega de practicar la concentración en las formas u otros objetos. Eso todo depende en la concentración. En ciertos momentos, entonces, la mente de una persona puede estar localizada en cualquiera de esos niveles de concentración. En India en el tiempo del Buda, esto debe haber sido bastante común, porque las personas que iban en busca de la tranquilidad y felicidad, asociadas con los diferentes niveles de concentración, se encontraban habitando en todo el país en el bosque o la selva. En los tiempos presentes hay pocas de esas personas, pero no

obstante es posible para el hombre ordinario alcanzar esos niveles. Si alguien en el mundo está en el proceso de experimentar el éxtasis de una concentración completa en una forma, entonces para esa persona "el mundo" consiste solamente de esa forma, porque ella no está consciente de nada más. En ese momento y para esa persona, "el mundo" equivale solamente a esa única forma, y eso permanece así hasta el instante que su condición mental cambia.

Aunque una persona habite en cualquiera de esos tres niveles y pueda haber ganado tal felicidad, calma y tranquilidad que ha llegado a lucir como una piedra, un pedazo de tierra, o un tronco de madera, el agarre y aferramiento todavía están presentes. También presentes hay varias clases de deseo, aunque de la clase más tenue y sutil, tal como la insatisfacción con el estado en que se encuentra, lo que le provoca ir en busca de un nuevo estado. Ese deseo por el cambio constituye el karma, así que esa persona no ha trascendido todavía el estado mundano. Él no está todavía en el plano supramundano. Una mente que habita en el plano supramundano ha trascendido el mundo. En ese plano se ve el estado mundano como carente de esencia, de 'yo' o identidad, o de sustancia, y no tendrá nada de eso. Los habitantes del plano supramundano se pueden clasificar más adelante en grados. Hay cuatro niveles del Camino y el Fruto, a saber, el nivel del que entra-en-la-corriente (**Sotapanna**), el nivel del que regresa una vez (**Skidagami**), el nivel del que nunca regresa (**Anagami**), y el nivel del individuo completamente Perfeccionado o **Arahant**. La condición de esas cuatro clases de individuos nobles o **Arianos** es la condición supramundana. "Supramundano" significa "por encima del mundo", y se refiere a la mente, no al cuerpo. El cuerpo puede estar en cualquier parte en absoluto mientras las condiciones de vida sean adecuadas. "Supramundano" simplemente describe una mente que vive por encima del mundo. En cuando a los mundos bajos tales como el infierno, el purgatorio o los lugares de sufrimiento, tormento y esclavitud, esos están fuera del alcance para los Arianos.

Los criterios para reconocer estos cuatro niveles en el plano supramundano son las diferentes impurezas mentales que están en el curso de eliminarse. El Buda dividió las impurezas en este grupo en diez clases. Él las llamó **Yugos o Cadenas, Impedimentos o Grilletes o ataduras o vínculos**⁴ (**Samyojana**). Esos diez yugos o vínculos atan al hombre y a todos los seres vivientes al mundo, manteniendo a las personas en el plano mundano. Si una persona comienza a cortar esos grilletes y se suelta de ellos, su mente gradual y progresivamente deviene libre de la condición

⁴ **Nota de aclaración:** se le ha dado a la palabra '**Samyojana**' para su mejor comprensión, los diferentes nombres que se encuentran en los variados libros budistas en español.

mundana; y cuando se las arregla para cortarlos completamente, su mente deviene completamente libre, trasciende el mundo permanentemente y llega a habitar permanentemente también en el plano supramundano.

De esas diez clases de impurezas mentales que nos atan, la **primera** [atadura] es la creencia en el 'yo' (**Sakkaya-ditthi**), el punto de vista de que el cuerpo y la mente es "yo mismo". Eso es un error o una idea equivocada basada en el apego a la idea del "**yo soy**". Porque la persona promedio no está consciente de la verdadera naturaleza del cuerpo y la mente, ella mira despreocupadamente esos dos como su 'yo'. Ella asume que el cuerpo y la mente es su 'identidad', su 'yo'. Esta idea instintiva de que hay un 'yo' y un 'mí' está tan firmemente enraizada que normalmente nadie nunca duda de su existencia. La verdad es que el instinto del 'yo' o de la conservación del 'yo' es lo que hace posible la vida, siendo la base de la preservación del 'yo', la búsqueda por el alimento y la propagación de las especies, pero en este caso, lo que llamamos la creencia en el 'yo' o identidad propia se toma solamente en su sentido más básico como la causa-raíz del egoísmo. Este es considerado ser el primero de los impedimentos, y el cual se tiene que erradicar primero que nada.

La segunda **atadura o vínculo o grillete** es la **Duda (Vicikiccha)**, la causa de la incertidumbre y la vacilación. La más importante es la duda concerniente a la práctica que guía a la liberación del sufrimiento—la duda debido al conocimiento inadecuado, la duda en cuanto a lo que se trata verdaderamente este asunto, la duda de si esta práctica para liberarse del sufrimiento es la cosa correcta para uno, de si uno es verdaderamente capaz de llevarla a cabo, de si es verdaderamente mejor que las otras cosas, de si verdaderamente hace o no un bien, de si el Buda realmente alcanzó la iluminación, de si él realmente logró la liberación del sufrimiento, de si la enseñanza del Buda y el método práctico basado en su enseñanza realmente guía a la liberación del sufrimiento y de si es ciertamente posible para un bhikkhu en la Sangha alcanzar la liberación del sufrimiento.

La causa-raíz de la indecisión es la ignorancia. Un pez que siempre ha vivido en el agua, si le hablan acerca de la vida en la tierra seca, estaría seguro de no creer nada de eso, o por lo menos sólo la mitad. Nosotros, inmersos como estamos en la sensualidad, estamos tan habituados a ella [la sensualidad] como lo está el pez en el agua, así que cuando alguien habla de trascender la sensualidad, de trascender el mundo, no podemos entender. Y de lo que podemos entender hasta cierto punto estamos indecisos. Es natural para nosotros pensar en este nivel inferior; pensar en el nivel superior produce una imagen nueva. El conflicto entre el nivel superior y el nivel inferior de pensamiento es lo que constituye la indecisión. Si la energía mental es insuficiente, el nivel inferior de

pensamiento triunfará. La duda y el titubeo en referencia a la bondad es algo crónicamente presente en todos desde el nacimiento. En una persona que ha sido criada/educada erróneamente, eso puede ser una queja muy común. Tenemos que hacer una introspección y notar las consecuencias malas de este titubeo, que está presente hasta en nuestro trabajo y en nuestro diario vivir, llegando a devenir escépticos o desconfiados acerca de la bondad o el bien, la verdad y la liberación del sufrimiento.

El **tercer vínculo o atadura** es la **Superstición (*Silabbatapraramasa*)** o el apego a las reglas y rituales basados en una equivocación o error de su propósito verdadero. Esencialmente es un apego equivocado a ciertas cosas que uno hace. Usualmente tiene que ver con las doctrinas y ceremonias. Un ejemplo de esto es la creencia en la magia y las prácticas mágicas, que es descarada y ofensivamente simple superstición y ocurre entre los budistas. La práctica basada en la creencia de que producirá habilidades mágicas, poderes psíquicos y fuerzas protectoras está fundada en las esperanzas falsas y es irracional. Otro ejemplo es el compromiso de los preceptos morales (los Cinco Preceptos, etc.) o la conducta virtuosa. El propósito verdadero de esto es eliminar las corrupciones mentales, pero si creemos que eso hará surgir poderes milagrosos y que entonces seremos capaces de usarlos para erradicar las corrupciones, de hecho, estamos agarrándonos y apegándonos, y por lo tanto derrotando nuestro propósito original. La práctica es completamente correcta en sí misma, pero si nos equivocamos y nos apegamos a ella irracionalmente, mirándola como algo mágico o sagrado, entonces deviene pura superstición. Incluso si uno cumple los preceptos morales, si se hace con la creencia de que eso guiará al renacimiento como un ser celestial, eso es un ejemplo, sin ninguna duda, de apego a las reglas y rituales y es contrario a las metas del Budismo. De lo contrario, tales creencias contaminan la conducta virtuosa. El objetivo de la disciplina Budista es la eliminación de las corrupciones vulgares del cuerpo y el habla como un fundamento para el desarrollo progresivo de la concentración y discernimiento. El objetivo no es el renacimiento en el cielo. El tener esos motivos falsos ensucia y contamina las morales de uno con el agarre y apego, con ideas falsas. La caridad, o la adherencia a los preceptos morales, o la práctica de meditación, si se lleva a cabo con una idea equivocada o errónea de su objetivo verdadero, inevitablemente nos desviarán del camino Budista. Entiendan que incluso la práctica Budista asociada con la equivocación o error por el apego que ha tomado lugar, trayendo la esperanza o el prospecto de poderes místicos, en su lugar deviene superstición. Esto aplica incluso a las cosas más pequeñas y triviales en que la mayoría de nosotros se gratifica, tales como rituales de mantras para hacer méritos y cosas por el estilo. La ceremonia de colocar arroz y bandejas de dulces ante la imagen del Buda, si se ejecuta en la creencia de que es una ofrenda al espíritu del Buda y que él será capaz de

participar en ella, es cien por ciento seguro que produce efectos precisamente opuestos a lo que el devoto está esperando. La conducta que despoja su propósito verdadero y propio es generalmente muy común en los círculos budistas. Es tonta e irracional y resulta en prácticas originalmente meritorias y atractivas que devienen contaminadas con la estupidez y la ignorancia de las personas que las ejecutan. Esto es lo que significa superstición. Como vemos, esta corrupción tiene sus orígenes en el engaño y la equivocación. La mayoría de nosotros tenemos nuestras propias malformadas creencias en poderes místicos como resultado de haber sido mal informados y guiados al extravío por otras personas. Nosotros no necesitamos aquí exponer más detalles; pero aunque esto puede que sea relativamente perturbador o desconcertante, todos y cada uno de nosotros debemos hacernos un **autoexamen crítico** siguiendo estas líneas.

Cuando estas tres primeras corrupciones, a saber, creencia en una entidad propia o 'yo', la duda y la superstición, se han vencido completamente, se dice que uno ha alcanzado el nivel inferior en el plano supramundano, esto es, ha devenido **Uno que entra en la Corriente**. Vencer o apartarse completamente de esas tres corrupciones no es difícil en absoluto, porque ellas son cualidades primitivas poseídas por personas primitivas y subdesarrolladas. En cualquiera que ha estudiado bien y progresado, estos tres elementos **no deben de estar presentes**; y si están, entonces la mente de esa persona todavía debe ser considerada primitiva. Cada uno debe ser capaz de renunciar a esas tres corrupciones y devenir un Ario. Si esa persona no puede todavía es una persona tonta y engañada, o para usar un término mejor, un mundano/materialista (**Puthujjana**), alguien con una venda gruesa cubriéndole el ojo del discernimiento. Cuando cualquier individuo ha conseguido o se las ha arreglado para renunciar a esas corrupciones, su mente está libre de la esclavitud y opresión del mundo. Estas tres son la ignorancia y el engaño oscureciendo la verdad y son yugos o cadenas que vinculan la mente al mundo. Apartarse o renunciar a ellas es como quitarse tres clases de esclavitudes ineficaces o tres vendas que han sido atadas a los ojos, y entonces deslizarse libremente y ascender por encima y más allá del mundo, en el primer nivel supramundano. Esto es lo que es devenir un Ario de primer grado, alcanzar el primer nivel en el plano supramundano. A ese individuo se le llama "Uno que entra en la Corriente", uno que ha alcanzado por primera vez la Corriente que fluye hacia el Nirvana. En otras palabras, un individuo en esta etapa seguramente alcanzará el Nirvana en algún tiempo en el futuro. Lo que él ha alcanzado es solamente la Corriente del Nirvana, no el Nirvana mismo. Esta Corriente es un curso que fluye directamente al Nirvana, inclinándose hacia el Nirvana al igual que el curso de las aguas de un río se impulsa hacia el océano. Aunque eso todavía puede tomar un tiempo, una

mente que ya ha entrado en la Corriente finalmente y con seguridad alcanzará el Nirvana. Alcanzar el segundo nivel en el plano supramundano implica renunciar a los tres yugos que hemos mencionado, y además ser capaces de atenuar ciertos tipos de deseos o anhelos, aversión y engaño a tal grado que la mente devenga elevada y solamente atada a la sensualidad muy débilmente. Se sostiene tradicionalmente que un individuo que alcanza este nivel regresará a este mundo por lo menos una vez más, por esa razón ese individuo se conocerá como **“Uno que regresa Una Vez”**. “Uno que regresa Una Vez” está más cerca del Nirvana que él que Entra-en-la-Corriente, permaneciendo en él nada más que una huella de materialidad. Cuando regresa al mundo humano sensual, él no lo hará más que una vez, porque el deseo, la aversión, y el engaño, aunque no están completamente eliminados han devenido sumamente atenuados.

La **tercera etapa** es esa del que Nunca-regresa. Este grado de Ario, además de haber triunfado en renunciar a las corrupciones hasta el punto necesario para devenir **“Uno que regresa Una Vez”**, también ha logrado renunciar a la cuarta y quinta ataduras/vínculos. La cuarta atadura es el deseo sensual y la quinta es el rencor. Ni el que entra en la Corriente ni el que regresa Una vez, se han separado completamente del deseo sensual. En ambos todavía hay un residuo de satisfacción en los objetos atractivos y deseables. Aunque ellos se las han arreglado para renunciar a la creencia del ‘yo’ o una entidad propia, de la duda y la superstición, ellos todavía son incapaces de renunciar o abandonar completamente su apego a la sensualidad de la cual quedan algunas huellas. Pero un Ario en la etapa tercera, Uno-que-Nunca-Regresa, ha renunciado exitosa y completamente, de manera que toda huella de apego ha desaparecido y no hay vestigio de eso. La corrupción llamada rencor, que incluye los sentimientos de irritación o resentimiento, ha sido disminuida en alto grado por el que **Regresa-Una-Vez**, así que solamente queda un vestigio de rencor que obstruye su mente; pero el que **Nunca-regresa** se ha liberado total y completamente de eso. Por lo tanto el que **Nunca-regresa** se ha deshecho de ambos, el deseo sensual y el rencor.

El deseo sensual o apego y la satisfacción en la sensualidad se ha explicado adecuadamente en la sección sobre el **apego sensual**. Ese apego es una corrupción crónica, firmemente fijada en la mente como si fuera parte de ella y de la misma sustancia. Para el hombre ordinario, eso es difícil de entender y de erradicar. Todo en absoluto puede servir como un objeto de deseo: los colores y formas, los sonidos, los olores, los sabores y los objetos táctiles de cualquier tipo, clase y descripción. Esos son objetos sensuales (**Kama**), y el estado de apego mental que toma la forma de satisfacción en esos objetos deseables es el deseo sensual (**Kama-raga**). Lo que llamamos rencor es la reacción de una mente que siente

insatisfacción. Si hay satisfacción, hay deseo sensual; si hay insatisfacción, hay rencor. La mayoría de las mentes están sujetas a esos dos estados. Puede que surja rencor incluso hacia objetos inanimados y lo que es más, incluso uno puede estar insatisfecho con las cosas que uno mismo ha producido, las cosas que surgen en la propia mente de uno. Donde está presente el odio y el enojo hacia un objeto, el rencor ha devenido muy feroz. Un Ario en una etapa por debajo del que No-retorna ya ha renunciado o se ha desprendido de él en un grado apropiado a su posición. El rencor al que debe renunciar un Ario de tercer grado y que todavía permanece en él, es simplemente una reacción mental tan sutil que posiblemente no tiene evidencia externa de su apariencia. Es una perturbación interna no revelada o expuesta por ninguna expresión facial, sin embargo presente interiormente como insatisfacción, como irritación o molestia con alguna persona o cosa que no conforma su expectativa o está a la altura de lo que se espera de ella. Imaginen una persona completamente carente de cada forma de rencor: consideren que individuo tan excepcional y que meritorio de respeto sería. Las cinco corrupciones que hemos discutido estuvieron agrupadas por el Buda como las primeras para renunciar o dejar. La creencia en el 'yo', la duda, la superstición, el deseo sensual y el rencor tienen todas que ser eliminadas por un Ario de tercer nivel. Porque no hay residuo de deseo sensual, este grado de Ario nunca regresa al estado sensual de existencia. Este es el por qué él obtiene el nombre del que "Nunca-regresa", uno que nunca regresará. Para él sólo hay un movimiento hacia delante y en ascendencia hacia la **Arahanteidad** y el **Nirvana**, en un estado que no tiene nada que hacer con la sensualidad, una condición divina y suprema. En cuanto a las cinco corrupciones remanentes, estas solamente el Arahant, el cuarto grado de Ario, tiene éxito en renunciar completamente a ellas.

La próxima corrupción, la **sexta de las ataduras o vínculos**, es el deseo por el éxtasis o felicidad asociada con las varias etapas de concentración en las formas (**rupa-raga**). Los tres primeros grados de Arios no son capaces todavía de renunciar al apego a la felicidad y tranquilidad que se obtienen a través de la concentración profunda en las formas, pero ellos triunfaran en hacerlo cuando asciendan a la última etapa, que es la de Arahant. El estado de concentración completa tiene un sabor cautivador, que se puede describir como un anticipo del Nirvana. Aunque difiere del Nirvana verdadero, tiene más o menos el mismo sabor o esencia. Mientras uno está totalmente concentrado, las corrupciones están dormidas/inactivas/aletargadas; pero ellas no se evaporan enteramente, y reaparecerán tan pronto como la concentración se pierda. Mientras que están dormidas, sin embargo, la mente está vacía, clara y libre, y conoce la esencia del Nirvana verdadero. Consecuentemente este estado también deviene una causa de apego.

La séptima corrupción sutil es el deseo por la felicidad asociada con la concentración total en los objetos que no sean formas (**arupa-raga**). Se parece a la sexta atadura, pero es un grado más sutil y atenuado. La concentración en un objeto tal como el espacio o el vacío proporciona una tranquilidad y quietud o calma más profunda que la concentración en una forma, con el resultado que uno deviene apegado a ese estado. Ningún Arahant podría nunca devenir fascinado por un estado de sentimiento placentero en lo absoluto, no importa de donde se origine, porque un Arahant está automáticamente consciente de la impermanencia, la insatisfacción y la carencia de identidad de cada estado de sentimiento. Otros ermitaños y místicos que practican la concentración en el bosque no perciben el peligro escondido en estos estados de felicidad y así devienen fascinados y apegados por ellos y por su sabor, al igual que las personas inmaduras que deviene apegadas al sabor de los objetos sensuales. Por esa razón el Buda usó la misma palabra "deseo" para ambos casos. Si ustedes piensan de nuevo en este asunto y de verdad lo entienden, tendrán una total admiración y respeto por esos individuos llamados Arios.

La octava atadura que vincula al hombre al mundo es la consciencia de superioridad o inferioridad (**mana**). Es el engaño de tener este o aquel estatus relativo a otro. Consiste en el pensamiento: "Yo no soy tan bueno como él. Yo soy tan bueno como él. Yo soy mejor o superior que él." El pensar "yo no soy tan bueno como...", uno se siente inferior; pensar "yo soy mejor que...", uno se siente importante y superior; y pensar: "soy tan bueno como...", uno piensa siguiendo las líneas competitivas o en términos de llevarle ventajas a la otra persona. Eso no es orgullo o presunción. No pensar automáticamente de uno mismos como mejor o peor que la otra persona de esta manera es muy difícil de lograr. El lugar de esta corrupción como número ocho, probablemente indica en su significado, que es muy difícil de renunciar a ella y por eso pertenece al final de la lista. Solamente el grado más alto o supremo de Ario puede renunciar a ella. Los iguales a nosotros naturalmente no pueden renunciar a ella. Esta idea de que uno es mejor que, o que uno está a la par con, o que no es tan bueno como la otra persona, llega de cierta clase de apego. Mientras que la mente todavía esté involucrada en el bien y el mal, la consciencia de inferioridad, superioridad o igualdad con respecto a los demás o a los otros permanece para perturbarla; pero cuando ella ha trascendido completamente el bien y el mal, tales ideas no pueden existir. Mientras esas ideas permanezcan, se carecerá de la felicidad verdadera y la tranquilidad.

La novena atadura es la Agitación (**Uddhacca**), esto es, el desorden o turbulencia mental, la distracción, la falta de paz y quietud. Este es el sentimiento de agitación que surge cuando algo interesante llega. Todos

nosotros tenemos deseos crónicos, particularmente un deseo de obtener, de ser, de no obtener, o de no ser una cosa u otra. Cuando algo llega, vía el ojo, la oreja, la nariz, la lengua o el cuerpo, y que es adecuado con una las tendencias nuestras, es probablemente que surja una reacción mental, a favor o en contra que nosotros le llamamos interés. Si vemos algo nuevo y extraordinario, la vacilación y la curiosidad es muy probable que surjan, porque todavía hay cosas que queremos y cosas que tememos y desconfiamos. Así que la mente no puede resistir, tiene que estar interesada en las diferentes cosas que pasan—por lo menos así es como es con la persona ordinaria. Si el objeto en cuestión coincide con uno de sus deseos, él encuentra difícil resistirlo. Es muy probable que devenga interesado hasta el punto de involucrarse, satisfecho hasta el extremo de olvidarse de él mismo. Si es un objeto indeseable, la mente deviene deprimida así que su gratificación llega al final. Esta es la naturaleza de la Agitación.

En los primero tres grados el Ario todavía tiene curiosidad y pregunta acerca de las cosas, pero el Arahant no tiene nada de eso en absoluto. Su mente ha eliminado todo deseo por cualquier cosa en absoluto: ha eliminado el temor y el odio, la preocupación y la ansiedad, la duda y la sospecha, y todo el deseo de saber y ver las cosas. Su mente está libre. Nada puede provocarle o tentarlo y la curiosidad e indagación surgen, simplemente porque él las ha eliminado parcialmente. Debe comprenderse que la existencia o el surgimiento de la agitación en cualquier situación es una consecuencia de alguna forma de deseo, incluso el deseo de conocimiento. Cuando el deseo ha desaparecido a través de comprender la impermanencia, lo no meritorio y la carencia de identidad de todas las cosas, ya nada se ve como meritorio de obtener o ser, y por lo tanto no hay curiosidad acerca de nada. Si una descarga eléctrica o un rayo fuera a caer al lado de un Arahant, él no estaría interesado, porque no tendría temor a la muerte, o deseo por continuar la existencia, o cualquier cosa por el estilo. Incluso si algo peligroso se acerca, o si algo nuevo se descubriera en el mundo, él no conocería la curiosidad o el merodeo, porque tales cosas no tienen significado para él. Él no tiene deseo de saber acerca de nada desde el punto de vista de lo que eso pueda ofrecerle a él. Porque no hay nada que desee, no tiene curiosidad de ninguna clase, y su mente tiene una pureza, una tranquilidad tal como la que cualquier ser ordinario nunca podría alcanzar.

La décima y última atadura es la Ignorancia. Ésta cubre cada clase de corrupción que todavía no se han mencionado. La palabra "ignorancia" se refiere a una condición de falta de conocimiento, y en este caso "conocimiento" significa conocimiento verdadero, conocimiento correcto. Naturalmente ninguna criatura puede existir sin tener algún conocimiento,

pero si ese conocimiento es falso, tiene el mismo valor que si fuera no-conocimiento. La mayoría de las personas sufren de ignorancia crónica o falso conocimiento; la mayoría de nosotros no estamos iluminados o somos ignorantes. Las preguntas más importantes para los seres humanos son esas que preguntan: "¿Qué es verdaderamente el sufrimiento?", "¿Cuál es la verdadera causa de que surja el sufrimiento?", "¿Qué es la verdadera libertad del sufrimiento?", y "¿Cuál es el camino verdadero para alcanzar la liberación del sufrimiento?" Si algún individuo tiene conocimiento verdadero, si él está libre de la ignorancia, él se estima o considera como iluminado. La totalidad del conocimiento humano es de una extensión indecible/inconmensurable, pero el Buda clasificó la mayoría de ese conocimiento como no esencial. La iluminación del Buda incluye solamente lo que se necesita saber. El Buda sabía todo lo que se necesita saber. La palabra "omnisciente" o "conocedor de todo" significa conocer justamente tanto como se necesita saber: eso no incluye cualquier cosa no esencial.

La ignorancia causa a las personas identificar erróneamente el sufrimiento como placer, a tal punto que ellas nadan en círculos en un mar de sufrimientos. También les causa identificar erróneamente o malinterpretar la causa del sufrimiento, así que ellas van culpando a las cosas equivocadas, los espíritus, los seres celestiales, o cualquier cosa en absoluto como la causa de su dolor e infortunio, en lugar de rectificar la situación por los medios correctos. Hacerles promesas a esos espíritus y seres celestiales es una manifestación del nivel inferior de la ignorancia en referencia a la completa eliminación del sufrimiento a través de eliminar el deseo que es su causa directa. La suposición de que la felicidad y la tranquilidad o la inconsciencia que surge de la concentración profunda es la completa extinción del sufrimiento fue común en el tiempo del Buda, y todavía se promueve en el presente. Ciertas escuelas de pensamiento incluso han llegado a mirar la sensualidad como instrumento para extinguir el sufrimiento, así que esas sectas con prácticas obscenas y vergonzosas han surgido en los mismos templos. Ellos creen firmemente que la sensualidad es algo completamente esencial, una clase de nutrimento vital. No contentos simplemente con las cuatro necesidades de la vida, para ser exactos, comida, ropa, refugio y medicina, ellos agregan uno extra, la sensualidad, haciendo cinco necesidades. Una persona ignorante acerca del Camino que guía a la extinción del sufrimiento es propensa a actuar tontamente y motivarse por sus propios deseos, por ejemplo, ingenuamente depender en las cosas físicas, o en los espíritus y seres celestiales, justo como si no tuviera religión en absoluto. Tal persona, aunque puede ser un budista de nacimiento, es capaz de ir a tal ramificación tonta, simplemente porque el poder de la ignorancia le previene estar satisfecho con la extinción del sufrimiento a través del Noble Camino Óctuple. En su lugar, el extingue el sufrimiento a través de

encender incienso y velas y hacerle promesas a las supuestas cosas sobrenaturales.

Cada persona normal desea ganar conocimiento; pero si el "conocimiento" que ella gana es falso, entonces, mientras más 'sepa', más engañado deviene. Por lo tanto, más clases de conocimiento pueden cegar los ojos. Tenemos que ser cuidadosos con esa palabra "iluminación". La "Luz" puede ser el resplandor de la ignorancia, que ciega y engaña al ojo y hace surgir la presunción/ingenuidad. Ciegos por el resplandor de la ignorancia, somos incapaces de pensar correctamente y por lo tanto no estamos en la posición para vencer el sufrimiento. Perdemos nuestro tiempo con trivialidades, cosas no esenciales y no meritorias de nuestro respeto. Devenimos obsesionados con la sensualidad, tomándola como algo excelente y esencial para los seres humanos, algo que cada hombre debe tener su parte antes de morir, excusándonos de que lo hacemos por el beneficio de algún ideal completamente diferente. La esperanza por el renacimiento en el cielo está fundada en la sensualidad. El apego a cualquier cosa en absoluto, particularmente la sensualidad surge porque la ignorancia ha envuelto la mente cortándole todas las formas de escape. En todas las citas de los Textos, la ignorancia se compara con un caparazón grueso que cubre el mundo entero previniéndoles a las personas que vean la luz verdadera y real.

El Buda colocó la ignorancia última en la lista de los diez vínculos o ataduras. Cuando una persona deviene un Arahant, el grado mayor de Ario, ella elimina completamente las cinco restantes ataduras o corrupciones. Ella elimina el deseo por las formas, el deseo por los objetos que no sean las formas, el estatus/categoría/posición de consciencia, la agitación y la ignorancia. Las cuatro clases de Arios, el que Entra-en-la-Corriente, el que Regresa-Una-Vez, el que Nunca-regresa y el Arahant, habitan en el plano Supramundano. El plano Supramundano se puede reconocer como teniendo nueve aspectos. A la condición del que Entra-en-la-Corriente mientras él está en el proceso de cortar las corrupciones, se le llama el Camino del que Entra en la Corriente, y que cuando ha tenido éxito en cortarlas de raíz se le llama el Fruto del que Entra en la Corriente. En la misma forma o igualmente están los siguientes pares: el Camino y el Fruto del que Regresa Una Vez; el Camino y el Fruto del que Nunca Regresa; y el Camino y el Fruto de la Arahanteidad en todos los cuatro pares. Estos juntos con el Nirvana componen los nueve aspectos del nivel Supramundano. Para un individuo en el plano Supramundano, el sufrimiento se disminuye de acuerdo con su estatus hasta que finalmente está completamente libre de él.

Después que una persona ha tenido éxito en alcanzar el discernimiento perfecto y claro en la verdadera naturaleza de las cosas de forma que es capaz de detener el deseo de cualquier cosa en absoluto, ella ha alcanzado o llegado al plano supramundano, su mente ha trascendido la condición mundana. Y cuando ha completado y completamente extinguido todas las corrupciones mentales, su mente se ha sometido o está permanentemente libre de todas las cosas mundanas que anteriormente le gustaban o disgustaban.

El Nirvana es una condición de ninguna forma comparable a otra. Es diferente a cualquier condición mundana. De hecho, es la misma negación de la condición mundana. Dadas todas las características de la condición mundana, de la existencia fenomenal, el resultado de cancelar completamente todas esas características es el Nirvana. Diríamos, el Nirvana es eso que es en cada respecto precisamente opuesto a la condición mundana. El Nirvana no crea ni es creado, siendo la cesación de todo lo creado. Hablando en términos de beneficios, el Nirvana es la liberación completa del castigo/fuego del infierno, del tormento, de la tortura, de la opresión/carga, de la debilidad/incapacidad y de la dominación y el control, porque el logro del Nirvana presupone la eliminación completa de las corrupciones, que son la causa de todos los estados de insatisfacción mental. El Nirvana descansa más allá de las limitaciones del espacio y el tiempo. Es único, diferente a cualquier cosa en el mundo. Grandemente es la extinción de la condición mundana. Hablando metafóricamente, el Buda lo llamó el dominio donde todas las cosas condicionadas cesan de ser (**Sankhara-samatho**). Dado que es la condición de liberación, de liberación de las ataduras. Es el final del tormento y el asalto, de la puñalada, la irritación y la fricción de cualquier causa que sea. Esta es la naturaleza Supramundana, la última. Es la meta y el destino Budista. Es el fruto final de la práctica Budista. En las páginas anteriores hemos explicado sistemáticamente los principios del Budismo. Lo hemos presentado como un sistema práctico organizado designado a traer conocimiento de la verdadera naturaleza de las cosas. En realidad o verdaderamente, las cosas son impermanentes, insatisfactorias y carentes de identidad o 'yoes'; excepto que todas las criaturas son atraídas por las cosas y devienen apegadas a ellas simplemente por el malentendido. La práctica budista, basada en la Moralidad (**Sila**), la Concentración (**Samadhi**), y el Discernimiento (**Panna**), es un instrumento que se usa en cortar completamente o arrancar de raíz el apego y el aferramiento. Los objetos de nuestro apego son los cinco agregados: cuerpo, sentimiento, percepción, pensamiento activo y consciencia. Cuando hemos llegado a saber/conocer la verdadera naturaleza de los cinco agregados, entendemos todas las cosas tan bien que el deseo de convierte en desencanto y ya no más nos aferramos a ellas.

Lo que tenemos que hacer es vivir la clase de vida descrita como Correcta Forma de Vida (**Samma Vihareyyum**), y tener el día completo, noche y día, la clase de gozo que surge de una conducta que es consistentemente buena, bella y correcta. Eso limita el ir i venir inútil de los pensamientos y hace posible concentrarse y tener un discernimiento claro todo el tiempo. Entonces, si las condiciones son correctas, el resultado es el desencanto, la lucha por liberarse, la salida hacia la liberación, o incluso el Nirvana completo. Si deseamos apurarnos y tener los resultados rápidamente, entonces hay una línea de práctica llamada **Vipassana**, que comienza con la pureza moral y mental y nos lleva desde su comienzo al discernimiento intuitivo y claro. A través de eso podemos cortar o arrancar completamente los vínculos que nos atan a este mundo, y alcanzar el Fruto final del Camino. Este es un breve relato del Dhamma del Buda [Buddha-Dhamma] completo desde el principio hasta el final, incluyendo ambos, los principios prácticos y los teóricos, y cubriendo el asunto completo desde los primeros paso hasta el Fruto final. La historia completa finaliza con el Nirvana. Como el Buda dijo: "Todos los Budas reconocen el Nirvana como el bien supremo". Así que nos conviene practicar para comprender y alcanzar eso que debe ser entendido y alcanzado. Haciendo esto, mereceremos ser llamados **budistas**; nosotros ganaremos discernimiento y penetraremos en la esencia verdadera del Dhamma del Buda. Si no practicamos el Dhamma del Buda, sólo conoceremos acerca de él y careceremos del verdadero discernimiento. Descansa en cada uno de nosotros la práctica de introspección, observar y entender nuestras propias imperfecciones y entonces tratar de desarraigarlas completamente. Incluso si uno triunfa solamente a la mitad, algún entendimiento claro resultará. En cuanto a las corrupciones, serán eliminadas progresivamente, y su lugar será ocupado por la pureza, el discernimiento y la paz. Así que les aconsejo e imploro que se acerquen al asunto de esta forma. Puede que entonces tengan éxito en penetrar el verdadero Dhamma del Buda. No pierdan las ventajas de haber nacido como ser humano y encontrado la enseñanza del Buda. No pierdan la oportunidad de ser un ser humano perfecto.

Final del Documento

Terminado de traducir el jueves, 22 de octubre de 2009 - 3:42 p.m.