

CURSO INTRODUCTORIO
DE
ABHIDHAMMA

VENERABLE U SILANANDA

PUBLICACIONES FONDO DHAMMA DANA

CENTRO MEXICANO DEL BUDDHISMO THERAVADA A.C.

CRÉDITOS

Notas de clase y curso	Venerable U Silananda
Transcripción de las clases	Sarah E. Marks
Traducción de las notas de clases y preparación de las preguntas	Bhikkhu Nandisena
Traducción de las clases	Bertha Imaz
Edición de estilo y correcciones	Alina Morales de Galindo
Editor General	Bhikkhu Nandisena

Curso Introductorio de Abhidhamma por Venerable U Silananda. La fuente usada es "Arial Unicode MS". Este material puede ser reproducido para uso personal, puede ser distribuido sólo en forma gratuita. ©CMBT 2003. Última revisión lunes, 10 de febrero de 2003. Publicaciones Fondo Dhamma Dana.

VERSIÓN ELECTRÓNICA 1.0

INTRODUCCIÓN

El Curso Introductorio de Abhidhamma que aquí presentamos por primera vez en versión en español fue impartido por el Venerable U Silananda en el Centro Zen de San Francisco, California, Estados Unidos, en 1987. El Venerable U Silananda, monje Buddhista Theravada, estudioso y profundo conocedor del Abhidhamma, es la persona idónea para guiarnos en el estudio de la Tercera Canasta de las Enseñanzas del Buddha.

Las doce clases del curso fueron grabadas en casetes y posteriormente Sarah E. Marks, una discípula del Venerable U Silananda, transcribió los casetes durante su residencia en el Dhamma Vihara entre 1999 y 2001. Debido a que el material transcrito estaba en inglés, para poder presentar este curso en español era necesario alguien con conocimientos de Abhidhamma e inglés interesado en traducir las clases. Afortunadamente la Dra. Bertha Imaz se hizo cargo de esta tarea y gradualmente se fue dando el tiempo necesario para traducir las clases.

Una vez traducidas, la tarea de edición de las clases estuvo a mi cargo. Después de esto, el material fue entregado a Alina Morales de Galindo quien realizó una tarea muy satisfactoria con la edición de estilo y corrección.

No obstante esto, seguramente a todos nosotros se nos han escapado cosas y los errores persisten. Una de las ventajas del advenimiento de esta nueva era de publicaciones electrónicas es que es fácil, rápido y económico corregir los errores. Así que en las sucesivas ediciones electrónicas de este curso prometemos ir corrigiendo los errores que vayamos detectando.

El plan de clases, al comienzo del curso, ofrece un panorama del terreno a ser cubierto. El propósito del curso es tratar algunos de los puntos esenciales del Abhidhamma de una manera breve. Si después de haber estudiado y reflexionado acerca del material aquí incluido surge la

inclinación de profundizar aún más en el estudio del Abhidhamma, la lectura recomendada es el *Compendio del Abhidhamma, El Abhidhammattha Saṅgaha* de Anuruddha.¹

Cada clase consiste en tres partes: (1) notas, (2) la clase transcrita y (3) preguntas. Las notas contienen los tópicos que son tratados en detalle en la clase transcrita. Las preguntas han sido preparadas como complemento para evaluar los conocimientos que el estudiante ha adquirido en el estudio de la clase.

No obstante la convención de escribir en cursivas las voces que pertenecen a otras lenguas, debido a la gran cantidad de voces pali usadas en este curso, nos pareció mejor colocar las voces entre paréntesis; por ejemplo, la conciencia (citta). Algunas voces pali se usan, después de explicar su significado, como si fueran españolas como kamma, jhāna, javana, deva, etc. Cuando se usa el plural preferimos presentar la voz pali en singular; por ejemplo, factores mentales (cetasika).

Ya han pasado más de quince años desde que el Venerable U Silananda impartió este curso. Durante este tiempo se ha necesitado del esfuerzo de muchos para hacer posible que este material, más de trescientas cincuenta hojas impresas, esté ahora disponible en español. Esto realmente nos llena de regocijo. ¡Que todos los seres estén felices y en paz!

Bhikkhu Nandisena
Dhamma Vihara, México
08 de febrero de 2003

¹ Publicado por El Colegio de México; primera edición 1999; ISBN 968-120878-1.

PLAN DE CLASES

Clase #1 Introducción

1. Las dos principales divisiones del buddhismo.
2. Cómo se registraron y transmitieron las enseñanzas del Buddha.
3. Divisiones de las enseñanzas del Buddha.
4. Significado del término "Abhidhamma".
5. Descripción del Abhidhamma.
6. La importancia del Abhidhamma.
7. Los siete libros del Abhidhamma y sus Comentarios.
8. El *Abhidhammattha Saṅgaha*.
9. El estudio del Abhidhamma en Myanmar.
10. Traducciones del *Abhidhammattha Saṅgaha*.

Clase #2 Dos Tipos de Verdades

1. "Verdad" significa diferentes cosas para las diferentes personas.
2. Dos tipos de verdades o realidades reconocidas en el buddhismo.
3. Realidad convencional (sammuti-sacca).
4. Realidad última (paramattha-sacca).
5. Cuatro tipos de realidades últimas.

6. Las Cuatro Nobles Verdades están incluidas en la realidad última.

Clase #3 Conciencia (citta) I

1. Descripción general de las divisiones o clasificación.
2. Conciencias insanas (akusala-citta).
3. Conciencias sin raíz (ahetuka-citta).

Clase #4 Conciencia (citta) II

1. Conciencias hermosas pertenecientes a la esfera de los sentidos (kāmāvacara-sobhana-citta).
2. Conciencias pertenecientes a la esfera de la materia sutil (rūpāvacara-citta).
3. Conciencias pertenecientes a la esfera inmaterial (arūpāvacara-citta).
4. Conciencias ultramundanas (lokuttara-citta).

Clase #5 Factores Mentales (cetasika)

1. Definición y características.
2. Comunes a las otras (aññasamāna).
3. Universales (sabbacitta-sādhāraṇa).
4. Ocasionales (pakiṇṇaka).

PLAN DE CLASES

5. Insanos (akusala).
6. Universales hermosos (sobhana-sādhāraṇa).
7. Abstinencias (virati).
8. Ilimitados (appamaññā).
9. Facultad de la sabiduría (paññindriya).
 - Los 52 factores mentales.
 - Los factores mentales y los cinco agregados.
 - Factores mentales y símiles.
 - Diferencia entre la aplicación inicial (vitakka) y aplicación sostenida (vicāra).

Clase #6 Combinación de las Conciencias y los Factores Mentales

1. Asociación de factores mentales y conciencias (el método sampayoga).
2. Combinación de la conciencia y factores mentales (el método saṅgaha).
3. Adjuntos fijos y variables.

Clase #7 La Materia (rūpa)

1. Definición de materia (rūpa).
2. Las 28 propiedades materiales.
3. Las causas de la materia.

- Cuadro de las propiedades materiales y sus causas.

Clase #8 Procesos Cognitivos I

1. Condiciones para el surgimiento de la conciencia: objetos, puertas y bases.
2. Procesos cognitivos de la puerta de los cinco sentidos y funciones de las conciencias en el proceso.
3. Qué es lo que significa "ver" un objeto.
 - Diagrama del proceso cognitivo de la puerta del ojo.

Clase #9 Procesos Cognitivos II

1. Procesos cognitivos de la puerta de la mente.
2. Proceso cognitivo de la muerte-reconexión.
3. Funciones de las conciencias en los procesos cognitivos.
 - Diagramas de los procesos cognitivos de la puerta de la mente.
 - Diagrama del proceso cognitivo del sendero.
 - Diagrama del proceso cognitivo de la muerte-reconexión.

PLAN DE CLASES

Clase #10 Kamma

1. Qué es el kamma.
2. Qué no es el kamma.
3. La Ley del Kamma.
4. Diferentes tipos de kamma.
5. Los resultados del kamma.
 - Por qué las personas son diferentes.

Clase #11 Relaciones Condicionales

1. Importancia del conocimiento de estas relaciones condicionales.

2. Las 24 relaciones condicionales.
Una breve descripción.
 - Lista de las 24 relaciones condicionales.

Clase #12 Nibbāna

1. Definición.
2. Descripción en los Textos.
3. Característica, función y manifestación.
4. Qué no es el Nibbāna.
5. Tipos de Nibbāna



BIBLIOGRAFÍA

- *A Comprehensive Manual of Abhidhamma, The Abhidhammattha Saṅgaha* of Ācariya Anuruddha, editor general Bhikkhu Bodhi y publicado por la Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka, 1993. ISBN 955-24-0103-8.
- *A Manual of Abhidhamma being Abhidhammattha Saṅgaha* of Bhadanta Anuruddhācariya, editado y traducido por Nārada Mahāthera, publicado por la Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka, 1956. ISBN 967-9920-42-9.
- *Buddhist Dictionary, Manual Buddhist Terms and Doctrines*, por Nyanatiloka; 3ª edición, 1971, Colombo, Sri Lanka, Frewin & Co., Ltd.
- *Buddhist Legends*, traducción del Comentario en pali del Dhammapada en tres volúmenes por Eugene Watson Burlingame. Primera edición por Harvard University Press en 1921; ISBN 0-86013-057-6.
- *Compendio del Abhidhamma, El Abhidhammattha Saṅgaha de Anuruddha*, editor general Bhikkhu Bodhi, basado en la edición de Mahāthera Nārada, introducción y guía explicativa por U Rewata Dhamma y Bhikkhu Bodhi, cuadros por U Sīlānanda y traducción al español por U Nandisena; publicado por El Colegio de México, primera edición 1999. ISBN 968-12-0878-1.
- *Compendium of Philosophy* por U Shwe Zan Aung, publicado por la Pali Text Society, Londres, 1910 y reimpresso en 1979.
- *El Corazón de la Meditación Budista* por Nyanaponika (Ediciones Cedel, Barcelona, 1992, 233 pág.)
- *Jātaka Stories or Stories of the Buddha's Former Births*, traducido del pali, editor general Profesor E. B. Cowell (tres volúmenes). Primera edición por Cambridge University Press en 1895; ISBN 81-208-0725-1 (set).
- *The Dīpavaṃsa, An Ancient Buddhist Historical Record*, editado y traducido por Hermann Oldenberg, primera publicación Berlín, 1879.
- *The Expositor (Atthasālinī)*, Vol. I, II, traducido por Pe Maung Tin, M.A., y publicado por la Pali Text Society, Londres, 1920 y reimpresso en 1920, 1921, 1958 y 1976. ISBN 0 7100 84 17X.

BIBLIOGRAFÍA

- *The Inception of Discipline and The Vinaya Nidāna* editado y traducido por N. A. Jayawickrama y publicado por la Pali Text Society, Londres, 1962 y reimpreso en 1986; ISBN 086013 045 2.
- *The Mahāvamsa*, editado por Wilhelm Geiger y publicado por la Pali Text Society, Londres, 1908 y reimpreso en 1958.
- *The Mahāvamsa or The Great Chronicle of Ceylon*, traducido al inglés por Wilhelm Geiger, Ph.D., con la asistencia de Mabel Haynes Bode, Ph. D., y publicado por la Pali Text Society, Londres, 1912 y reimpreso en 1934, 1958, 1964, 1980. ISBN 07100 0655 1.
- *The Path of the Buddha*, editado por Kenneth W. Morgan, The Ronald Press Company, New York, 1956.
- *The Path of Purity* traducido por Pe Maung Tin, Pali Text Society, Londres 1923, 1929, 1931 y reimpreso 1971 y 1975; ISBN 0 7100 8218 5.
- *The Path of Purification* traducido por Bhikkhu Ñāṇamoli, Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka, 1956, 1975, 1979, 1991; ISBN 955-24-0023-6.
- *The Questions of King Milinda* traducido del pali por T.W. Rhys Davids; vol. I y II. Primera edición por Oxford University Press, 1890; ISBN 81-208-0136-9.
- *2500 Years of Buddhism*, editor general Prof. P. V. Bapat, publicado por el Ministerio de Información del Gobierno de la India el 24 de mayo, 1954.



NOTAS DE CLASE #1

INTRODUCCIÓN

Lectura asignada: Compendio. pp. 1-20*

<http://www.cmbt.org/fdd/abhidhamma1-2.htm>

1. Las dos principales divisiones del buddhismo:
 - i. Theravāda o Buddhismo del Sur,
 - ii. Mahāyana o Buddhismo del Norte

2. Cómo se registraron y transmitieron las enseñanzas del Buda:
 - i. El Primer Concilio Buddhista (3 meses después muerte del Buddha),
 - ii. El Segundo Concilio Buddhista (100 años después del Buddha),
 - iii. El Tercer Concilio Buddhista (234 años después del Buddha),
 - iv. El Cuarto Concilio Buddhista (450 años después del Buddha; 94 A. E. C.),²
 - v. El Quinto Concilio Buddhista (1871),
 - vi. El Sexto Concilio Buddhista (1954-56).

3. Divisiones de las enseñanzas del Buddha:
 - i. Cinco Nikāyas (colecciones):
 - a. Dīgha Nikāya (Discursos Largos),
 - b. Majjhima Nikāya (Discursos Medios),
 - c. Saṃyutta Nikāya (Discursos Agrupados),
 - d. Aṅguttara Nikāya (Discursos Graduales),
 - e. Khuddaka Nikāya (Colección Menor).
 - ii. Tres Piṭakas (Tres Canastas):
 - a. Vinaya Piṭaka (Canasta de la Disciplina),

* *Compendio del Abhidhamma, El Abhidhammattha Saṅgaha* de Anuruddha. Publicado por El Colegio de México 1999.

² Abreviaturas: A. E. C. = Antes de la Era Común; E. C. = Era Común.

- b. Sutta o Suttanta Piṭaka (Canasta de los Discursos),
- c. Abhidhamma Piṭaka (Canasta del Abhidhamma).

4. Significado del término "Abhidhamma":

'Abhi' = superior + 'dhamma' = enseñanza. La enseñanza que supera las enseñanzas del Sutta Piṭaka con respecto al método de tratamiento y alcance.

En el Sutta Piṭaka los cinco agregados se tratan brevemente, mientras que en el Abhidhamma Piṭaka se tratan en detalle por medio de explicaciones de acuerdo al Método de los Suttas, Método del Abhidhamma y Método de Preguntas y Respuestas. Se dedica una página en el *Saṃyutta Nikāya* (S. iii, 47) contra 69 páginas en el *Vibhaṅga* del Abhidhamma (Vibh. 1-69).

5. Descripción del Abhidhamma:

- i. Enseñanza final (última) en contraste con la enseñanza convencional del Sutta Piṭaka.
- ii. Las realidades últimas se exponen en distintas formas:
 - a) La mente y la materia se analizan en detalle.
 - b) La mente se divide en conciencia (citta) y factores mentales (cetasika).
 - c) La materia también se trata completamente: enumeración, causas, grupos y surgir y cesar.
- iii. Es una filosofía en cuanto trata de los principios y causas generales que gobiernan todas las cosas. Es también un sistema ético porque le permite a uno alcanzar el objetivo final, el Nibbāna. Y porque trata del funcionamiento de la mente, procesos mentales y factores mentales, es también un sistema de psicología. Por lo tanto, el Abhidhamma se traduce generalmente como la Filosofía Psico-ética del Budismo.³

6. La importancia del Abhidhamma:

³ *The Path of the Buddha*, por Venerable U Thittila, pág. 70.

- i. El Abhidhamma es esencial para una correcta y completa comprensión de las enseñanzas de Buddha en los Suttas.

Ejemplo, No hacer ningún mal,
 cultivar el bien,
 purificar la mente,
 Ésta es la enseñanza de los Buddhas.⁴

¿Qué es el mal y qué es el bien de acuerdo al Buddha?

Aquello asociado con las tres raíces insanas del apego (lobha), enojo (dosa) e ignorancia (moha) es el mal. Aquello asociado con las tres raíces sanas del no-apego (alobha), no-enojo o benevolencia (adosa) y no-ignorancia o sabiduría (amoha) es el bien.

- ii. El conocimiento del Abhidhamma es extremadamente útil, aunque no es absolutamente esencial, para la realización de la Verdad o para comprender las cosas como realmente son.
- iii. Hay algunos que piensan que el Abhidhamma no es necesario para comprender los Suttas.

"El Abhidhamma es altamente apreciado por los estudiantes profundos de la filosofía budhista, pero para el estudiante promedio parece aburrido y poco significativo. Esto ocurre porque es extremadamente sutil en su análisis y técnico en su tratamiento; por lo tanto, es muy difícil de entender sin la guía de un maestro calificado. Probablemente por esto el Abhidhamma no es tan popular como las otras dos Canastas entre los budhistas occidentales". (U Thittila, *ibid.*)

7. Los Siete Libros del Abhidhamma y sus Comentarios:

⁴ *Dhammapada*, verso 183.

- i. Abhidhamma Canónico
 - 1. *Dhammasaṅgaṇī* = Clasificación de los dhammas
 - 2. *Vibhaṅga* = Análisis de los dhammas
 - 3. *Dhātukathā* = Discusión de los dhammas enseñados en el *Dhammasaṅgaṇī*
 - 4. *Puggala-paññatti* = Conceptos de individuos
 - 5. *Kathāvatthu* = Puntos de controversias
 - 6. *Yamaka* = Libro de pares
 - 7. *Paṭṭhāna* = Libro de las relaciones condicionales
- ii. Comentarios (Aṭṭhakathā) de Buddhaghosa Thera (5º siglo E. C.).
- iii. Sub-comentarios (Mūlaṭīkā) de Ānanda Thera (alrededor de 7º siglo E. C.).
- iv. Sub-sub-comentarios (Anuṭīkā) de Dhammapāla Thera (7º siglo E. C.).
- v. Numerosos tratados sobre el Abhidhamma.

8. El *Abhidhammattha Saṅgaha*:

Escrito alrededor del siglo XI E. C. por Anuruddha Thera, nativo del sur de India. Todas las enseñanzas fundamentales del Abhidhamma se tratan en este libro. Es el manual más popular para el estudio de los fundamentos del Abhidhamma. Actualmente una guía indispensable para el Abhidhamma. Aún se usa como libro de texto para principiantes en Myanmar y otros países.

9. El estudio de Abhidhamma en Myanmar:

- i. El Abhidhamma ha sido una popular materia de estudio de los monjes birmanos desde la introducción de las escrituras Theravadas en el norte de Myanmar en 1057 E. C.
- ii. Muchos libros y tratados escritos tanto en pali como en birmano.
- iii. Lecciones nocturnas.
- iv. Tema obligatorio para cada monje, novicio y monja.
- v. Muchos laicos también estudian el Abhidhamma y algunos han escrito libros.

10. Traducciones del *Abhidhammattha Sarigaha*:

- i. *Compendium of Philosophy*, por U Shwe Zan Aung. Se publicó por primera vez en 1910, contiene un ensayo esclarecedor de 76 páginas sobre los distintos tópicos del Abhidhamma. Publicado por la Pali Text Society, Londres, 1910, 1976.
- ii. *The Abhidhamma Philosophy*, Vol. I, por Bhikkhu J. Kashyap. Se publicó por primera vez en 1942.
- iii. *A Manual of Abhidhamma*, por Nārada Mahāthera. Se publicó por primera vez en 1956.
- iv. *A Comprehensive Manual of Abhidhamma*, por Bhikkhu Bodhi (Editor). Versión revisada y aumentada de la obra anterior. Con la colaboración de Rewata Dhamma y Venerable U Sīlānanda. Se publicó por primera vez en 1993 por la Buddhist Publication Society, Sri Lanka.
- v. *Compendio del Abhidhamma, El Abhidhammattha Sarigaha* de Anuruddha. Edición española de la obra anterior publicada por primera vez en 1999 por El Colegio de México.



CLASE #1

INTRODUCCIÓN

Estoy muy contento de estar nuevamente aquí y le agradezco al Reverendo Michael Engdorf y a los otros Ancianos del Centro Zen, por darme la oportunidad de estar con ustedes para hablar sobre Abhidhamma, que es mi tema favorito. Como dijo Michael, di algunas clases sobre Abhidhamma el año pasado. Luego nos detuvimos. Intentamos reiniciar las clases pronto, pero me enfermé, estuve hospitalizado y debí tomar un descanso. Por lo tanto, el curso fue pospuesto hasta hoy.

Pasó ya cerca de un año desde que di estas clases, y aunque hay aquí algunas personas que estuvieron en ese entonces, muchos de ellos habrán olvidado lo que dije, por lo tanto mis clases serán una repetición de lo que dije hace un año, pero van a estar mejor organizadas. Además, ahora no estarán en la oscuridad con respecto a lo que hablaré, porque se recibirán las notas de clase con una semana de anticipación. Por favor tráiganlas cuando vengan a la clase.

Si toman el curso completo, quisiera que hagan algunas lecturas antes de venir a clase. Por lo tanto, habrá lecturas asignadas para la próxima clase. En verdad quiero que ustedes lean lo que se les asigna. Por favor no tengan miedo cuando vean "leer páginas 20-40". Usaré el "Compendio del Abhidhamma" como libro de referencia; pero de hecho ustedes no tendrán que leer las 20 páginas completas porque en algunas de ellas encontrarán pasajes en pali y pueden saltarlos. En realidad estarán leyendo aproximadamente dos tercios de las páginas asignadas. Pienso que en esa forma tendrán una mejor comprensión de la clase y sabrán, antes de venir a la misma, el tema que se tratará.

El Abhidhamma que voy a enseñar es el Abhidhamma Theravāda. Hay dos grandes divisiones de buddhismo: Theravāda y Mahāyana y cada uno tiene su propio Abhidhamma. Yo pertenezco al Buddhismo Theravāda, por lo tanto, les hablaré sobre el Abhidhamma que pertenece a la tradición Theravāda.

Algunas personas dicen que el Abhidhamma es interesante; otras dicen que es aburrido y poco interesante. Sayadaw U Thittila, un monje birmano que estaré citando en la clase de hoy día, escribió que el Abhidhamma es muy interesante para la gente pensante. Investiguemos entonces si el Abhidhamma es realmente interesante o no.

Quiero que cierren sus ojos y enfoquen su mente en la respiración. Traten de estar atentos de la inspiración y de la espiración como viene y se va. Quiero que hagan tres pares de inspiraciones y tres pares de espiraciones. Traten de estar realmente atentos de las inspiraciones y las espiraciones como vienen y se van.

(Después de un momento) Está bien. ¿Pudieron concentrarse completamente en la respiración? ¿Estuvieron pensando en algo? ¿Les llegaron algunos pensamientos como por ejemplo: "qué está haciendo este monje"; "pensamos que íbamos a estudiar Abhidhamma y ahora él nos hace que practiquemos meditación"? Lo que quiero decirles es que pueden pensar muchas cosas aun en un periodo muy corto. Una respiración dura aproximadamente 4 ó 5 segundos y en ese tiempo pueden pensar muchas cosas. Muchos pensamientos llegan y se van. ¿Es eso posible? Sí, porque les ha pasado a ustedes, me ha pasado a mí, le ha pasado a todos.

¿Pueden los pensamientos ser tan rápidos? El Abhidhamma dice que sí. De acuerdo con el Abhidhamma, billones de momentos mentales surgen y cesan en una fracción de segundo. Debido a que en una fracción de segundo pueden surgir y cesar billones de momentos mentales, podemos tener una gran cantidad de pensamientos en una inspiración o en una espiración.

El Abhidhamma puede explicar lo que experimentamos y lo que en realidad no entendemos o no somos conscientes. Hay muchas cosas en nuestra vida diaria que el Abhidhamma puede explicar.

También el Abhidhamma tiene valor práctico. Supongan que cuando venían hacia aquí vieron algo feo, algo malo. ¿Cuál fue su respuesta a eso? Normalmente la respuesta es de enojo o

alguna clase de displacer porque vieron algo desagradable. Quizá culparon a otros: "¿Por qué pusieron ese objeto desagradable en el camino? O ustedes pueden culpar al vehículo, o a cualquiera, excepto a ustedes. Pero si conocen Abhidhamma, pueden saber que ver un objeto feo, desagradable, es una clase de conciencia resultado de su kamma pasado. En otras palabras, ustedes hicieron algo malo en el pasado y como resultado tienen esa conciencia visual, la visión del objeto feo, desagradable. Por lo tanto, no se debería culpar a ninguna otra cosa porque ustedes mismos hicieron algo en el pasado y ahora tienen la consecuencia del kamma pasado.

Cuando entendemos el Abhidhamma en esta forma, podemos aceptar los hechos con ecuanimidad. Si hay algo bueno o malo, si triunfan o fracasan, pueden aceptarlo con ecuanimidad, porque cada cosa que experimentan en esta vida es el resultado de lo que hicieron en el pasado. Por lo tanto, el estudio o conocimiento del Abhidhamma tiene valor práctico.

El conocimiento de Abhidhamma también es muy útil cuando practican meditación. Esto lo estudiaremos más adelante.

Ahora comencemos con la primera clase. El plan de clases es para que conozcan lo que estudiarán en las clases. En este curso hay 12 clases. Por favor vean la primera. Ésta va a ser una clase introductoria que les ayudará a familiarizarse con el Abhidhamma. Antes de introducirnos en el Abhidhamma propiamente dicho, pienso que es útil, si no esencial, adquirir un conocimiento histórico del Abhidhamma.

Hoy en día existen dos grandes divisiones de buddhismo. Uno es el Buddhismo Theravāda o Buddhismo del Sur y el otro es el Buddhismo Mahāyana o Buddhismo del Norte. El Buddhismo Theravāda actualmente se encuentra en Sri Lanka, Myanmar, Tailandia, Camboya, Laos, y también en Occidente. Inicialmente se extendió a los países del sur como Sri Lanka, Myanmar, Tailandia. Por esta razón es correcto llamarlo Buddhismo del Sur. El Buddhismo Mahāyana es una rama del buddhismo que se expandió hacia los países del norte. Cuando digo sur y norte

me refiero a partir de la India, a partir del centro de la India. El Buddhismo Mahāyana se extendió hacia los países del norte como Nepal, Tíbet, Mongolia, China, Corea y Japón. Por lo tanto, es correcto llamarlo Buddhismo del Norte. Éstas son las dos grandes divisiones del buddhismo hoy en día. Hay muchas subdivisiones, especialmente en el Buddhismo Mahāyana. El Abhidhamma que vamos a estudiar en estas clases es el Abhidhamma de acuerdo con la tradición Therāvada.

¿Cómo se registraron y transmitieron las enseñanzas del Buddha? Cuando el Buddha enseñó, solamente enseñó, solamente habló; no escribió ningún libro. En realidad no había libros en su época. Tal vez era difícil conseguir los materiales para los libros. No existía la tradición de escribir libros. Por lo tanto, el Buddha habló y sus enseñanzas, sus discursos, fueron recordados por sus discípulos. Las enseñanzas fueron aprendidas de memoria por sus discípulos. Él enseñó durante 45 años.

Inmediatamente después de su muerte, los discípulos sobrevivientes se reunieron y decidieron convocar un Concilio. El Primer Concilio Buddhista se celebró tres meses después de la muerte del Buddha. En ese concilio se coleccionaron y examinaron todas las enseñanzas del Buddha. Cuando los 500 Arahants estuvieron satisfechos de que ciertas enseñanzas eran auténticas, las aceptaron y recitaron al unísono. Por ejemplo, los 500 monjes recitaron un discurso (sutta) y este discurso se convirtió en la enseñanza auténtica del Buddha. De esta forma las enseñanzas del Buddha fueron recolectadas, examinadas y aceptadas como auténticas. (Ver cuadro [Seis Concilios](#))

Cerca de 100 años después de la muerte del Buddha hubo una división en el Saṅgha, en la comunidad de los monjes. Cuando hay mucha gente, las opiniones difirieren. Hubo algunas disputas y se dividió el Saṅgha. Esta división tuvo que ver, en su mayor parte, con algunas reglas disciplinarias de los monjes.

Los que pertenecían a la tradición o grupo Theravāda celebraron en esa época un segundo concilio. Las enseñanzas transmitidas por medio de la tradición oral, de maestro a discípulo, se

reafirmaron en el Segundo Concilio Buddhista y se aceptaron como las auténticas enseñanzas del Buddha.

En la época del Rey Asoka hubo otro Concilio, el Tercer Concilio Buddhista. Habían pasado 234 años después de la muerte del Buddha. Había muchas sectas en ese tiempo. De acuerdo con nuestros registros había más de 18 diferentes sectas o escuelas. El grupo del Sangha original decidió reunirse con el apoyo del Rey Asoka de la India. Ése fue el Tercer Concilio Buddhista. Estos tres concilios buddhistas fueron aceptados por ambas tradiciones, la Theravāda y la Mahāyana.

Después del Tercer Concilio Buddhista, el Rey Asoka envió misioneros a otros países. Un grupo fue enviado a Sri Lanka. La cabeza de ese grupo, el Venerable Mahinda, hizo que el rey y la población de ese lugar se interesara en el buddhismo. Por lo tanto el buddhismo se estableció en Sri Lanka y se extendió a otras parte de la isla.

En el primer siglo antes de la era común, hubo una gran rebelión en Sri Lanka, Los monjes se fueron a otros lugares. No puedo entrar en detalles porque tengo que cubrir todo esto en una hora, pero les daré referencias si están interesados en conocer más acerca de estos concilios. Después de la rebelión, los monjes que habían preservado oralmente las enseñanzas del Buddha pensaron que en el futuro no podrían mantenerlas intactas, por lo que decidieron escribirlas en hojas de palma. Se reunieron en un lugar que está cerca de Kandy y que se llamaba Aluvavihāra. Escribieron las enseñanzas en hojas de palma. Era casi la primera centuria antes de la era común o de acuerdo con nuestro registro, 450 años después de la muerte del Buddha.

El Rey Asoka también envió misioneros a otros países. Los birmanos creemos que un grupo encabezado por el Venerable Soṇa y el Venerable Uttara llegó al sur de Birmania y que el buddhismo se estableció allí. En el siglo XI el buddhismo que había florecido en el sur fue llevado al norte de Birmania. Tal vez hayan oído acerca de la ciudad de Bagan. En esa época reinaba un rey llamado Anawrahta (en pali se llamaba Anuruddha). Él trajo el Buddhismo

Theravāda y también el Tipiṭaka desde el sur hasta el norte de Birmania. De esta forma, desde entonces toda Birmania se convirtió en un país predominantemente budhista. El budhismo ha continuado floreciendo en Birmania hasta el tiempo presente.

En 1871, el último rey de Birmania, el Rey Mindón, apoyó a los monjes para realizar otro concilio. Hubo tres concilios en India. La escritura de los Textos en hojas de palma se denomina el Cuarto Concilio Budista. Aunque oficialmente no se le denomina así, es como si fuera el Cuarto Concilio Buddhista. Por esta razón se le considera el Cuarto Concilio Buddhista.

Al concilio realizado en Birmania en 1871 se le denomina el Quinto Concilio Buddhista. En ese año habían pasado 2400 años después de la muerte del Buddha. Lo significativo acerca del Quinto Concilio Buddhista fue que el Tipiṭaka no solamente fue copiado en hojas de palma y en placas de cobre, sino que también se inscribió sobre planchas de mármol. Hay 729 planchas de mármol. Cada plancha tiene cerca de cinco pies de altura, cuatro y medio pies de ancho y cerca de cinco pulgadas de espesor. Un famoso autor birmano lo llamó el libro más grande del mundo. Cada plancha de mármol esta alojada en una estupa (stūpa) de ladrillo. Es una fortuna que estas planchas de mármol y sus casas no fueran destruidas durante la Segunda Guerra Mundial aunque lucharon cerca de ese lugar los japoneses y los aliados. Todavía están intactas. Si ustedes van a Birmania y visitan Mandalay (me da gusto ser nativo de Mandalay), ustedes pueden ir a ese lugar y ver las planchas de mármol. Tengo algunas fotografías de ellas de la revista "National Geographic". (Mostrando las fotografías). Éstos son los lugares donde las planchas de mármol están alojadas. Son casas pequeñas, en total 729 ó 730. Ésta es una fotografía de una plancha de mármol. Es difícil tomar buenas fotografías de frente porque no hay espacio. Uno debe tomar fotografías desde un lado. Las 729 planchas de mármol contienen el Tipiṭaka. Éstas fueron construidas en el Quinto Concilio Buddhista.

Después de ese rey hubo otro que fue el último de los reyes birmanos. Lo capturaron los ingleses y Birmania se convirtió en una colonia inglesa. En 1948, después de la Segunda Guerra Mundial, Birmania recuperó su independencia.

Después de la independencia, los líderes políticos y religiosos se reunieron y decidieron realizar otro Concilio, el Sexto Concilio Buddhista. El Sexto Concilio Buddhista se llevó a cabo en Rangún, Birmania, en 1954. Se celebró desde 1954 hasta 1958 ó 1959. La parte correspondiente a los Textos Palis se recitó y concluyó en 1956 para coincidir con los 2500 años de la muerte del Buddha. El resultado de ese Sexto Concilio Buddhista fue una edición muy buena del Tipiṭaka en la Lengua Pāḷi y también de los Comentarios (Aṭṭhakathā) y los Sub-Comentarios (Ṭīkā). La edición del Sexto Concilio Buddhista es considerada la mejor edición del Tipiṭaka.

Por lo tanto, las enseñanzas del Buddha fueron transmitidas de generación en generación oralmente, por medio de la palabra, hasta que se escribieron, cerca de 450 años después de la muerte del Buddha. Desde ese entonces fueron transmitidas hasta el tiempo presente, en hojas de palma y después en libros.

Cuando en el Primer Concilio Buddhista los 500 Ancianos reunidos recolectaron, recitaron y examinaron las enseñanzas del Buddha, ellos las clasificaron en diferentes divisiones. Entre ellas, dos divisiones son importantes de resaltar.

Una es la división en colecciones, en pali denominada "Nikāya". De acuerdo con esta división, las palabras del Buddha están divididas en cinco colecciones: (1) Colección de Discursos Largos (Dīgha Nikāya), (2) Colección de Discursos Medios (Majjhima Nikāya), (3) Colección de Discursos Agrupados (Saṃyutta Nikāya), (4) Colección de Discursos Numéricos (Aṅguttara Nikāya) y (5) Colección Menor (Khuddaka Nikāya).

También las palabras del Buddha se dividieron en Tres Canastas (Tipiṭaka), tres aprendizajes. La palabra 'Piṭaka' puede significar canasta o aprendizaje. Estas Tres Canastas son (1) Vinaya Piṭaka (reglas disciplinarias para monjes, monjas y novicios), (2) Sutta o Suttanta Piṭaka (discursos impartidos a los monjes y laicos) y (3) Abhidhamma Piṭaka. Durante este curso de doce clases vamos a tener un panorama del Abhidhamma.

Quiero que entiendan que la división de Cinco Colecciones (Nikāyas) no es una subdivisión de las Tres Canastas (Tipiṭaka) o viceversa. Son divisiones diferentes. Una se divide en cinco y la otra en tres. Algunas personas se equivocan cuando dicen que la clasificación en Cinco Colecciones es una subdivisión del Sutta Piṭaka. Esto no es verdad.

Es extraño que de acuerdo con la clasificación en colecciones (Nikāya), el Vinaya Piṭaka y Abhidhamma Piṭaka estén incluidos en la Colección Menor (Khuddaka Nikāya), no obstante que no son menores. Existen cinco volúmenes en Vinaya Piṭaka y doce volúmenes en Abhidhamma Piṭaka. No sé por qué es así. Aunque están incluidas en la Colección Menor, no está explicada la razón.

Principalmente hablaremos acerca de las Tres Canastas (Tipiṭaka). Digamos que las enseñanzas del Buddha están divididas en tres divisiones, tres canastas –reglas para monjes, monjas y novicios, discursos para toda la gente y Abhidhamma, que tiene algo de filosofía, psicología y ética.

Debemos comprender el significado de la palabra "Abhidhamma" de acuerdo con la tradición Theravāda. Mucha gente la interpreta como "Dhamma agregado". El prefijo 'abhi' significa más; por lo tanto, piensan que fue un Dhamma agregado más tarde. La interpretación tradicional del prefijo 'abhi' es algo "excelente". Por lo tanto, Abhidhamma significa "excelente" en el método de tratamiento, y no que el Dhamma enseñado en Abhidhamma es mejor que el enseñado en el Sutta Piṭaka. Los mismos Dhammas se enseñan tanto en Sutta Piṭaka como en Abhidhamma Piṭaka. Por lo tanto, no podemos decir que las enseñanzas en Abhidhamma Piṭaka son superiores que aquellas enseñadas en el Sutta Piṭaka. El Abhidhamma es la "enseñanza excelente" debido al método de tratamiento.

Cuando el Buddha explicó los cinco agregados en el Sutta Piṭaka, lo hizo en una forma muy breve. En uno de los discursos del Saṃyutta Nikāya, el Buddha explica los cinco agregados. Esta explicación solamente ocupa una página. Los mismos cinco agregados se tratan con gran detalle en el segundo libro de Abhidhamma, el cual ocupa 69 páginas. Por lo tanto, el método

de tratamiento en el Abhidhamma es mucho más analítico, detallado y amplio que en Sutta Piṭaka. Ésa es la razón por la que se llama "Abhidhamma".

Entonces, ¿qué es el Abhidhamma? El Abhidhamma es la enseñanza última en contraste a la enseñanza convencional del Sutta Piṭaka. La diferencia entre Sutta Piṭaka y Abhidhamma Piṭaka es que en el Sutta Piṭaka el Buddha usó lenguaje convencional y en el Abhidhamma Piṭaka el Buddha usó términos de la realidad última o de la verdad última. En el Sutta Piṭaka el Buddha usó términos como "hombre", "mujer", etc. Pero en el Abhidhamma Piṭaka no usa estos términos. En su lugar utiliza términos que denotan las realidades últimas tales como los 5 agregados, las 12 bases, los 16 elementos, etc.; éstos son los términos que se usan en el Abhidhamma. El Abhidhamma Piṭaka es muy diferente que el Sutta Piṭaka. Las realidades últimas se tratan en minucioso detalle en el Abhidhamma Piṭaka.

Los seres están compuestos de mente y materia. Ustedes tienen un cuerpo físico y una mente. Lo que llamamos "un ser" es una combinación de estas dos cosas, mente y materia. En el Abhidhamma ustedes no se denominan una persona, un hombre o una mujer, sino mente y materia o un grupo de mente y materia. Por lo tanto la mente y la materia se analizan minuciosamente en el Abhidhamma.

La mente se divide en conciencia (citta) y factores mentales (cetasika). Lo que llamamos "mente" de acuerdo al Abhidhamma, está formada de dos partes. Una es la conciencia y la otra son los factores mentales. Esto lo estudiaremos a partir de las segunda clase.

La mente está minuciosamente dividida. Se dice que hay 89 ó 121 tipos de conciencia y 52 factores mentales. Todos los tipos de conciencias y factores mentales se explican en diferentes formas.

La materia también se trata en cuatro grupos: enumeración de la materia (hay 28 propiedades materiales), las causas, su agrupamiento (significa cómo las propiedades materiales están agrupadas en diferentes formas), cuándo surgen para un ser determinado en una vida en

particular y cuándo finalmente desaparecen. Todas estas propiedades materiales se describen en el Abhidhamma Piṭaka.

Cuando estudiamos el Abhidhamma estudiamos la mente formada por la conciencia y los factores mentales, las propiedades materiales y el Nibbāna.

Entonces, ¿qué es Abhidhamma? ¿Es filosofía, psicología o ética, o qué? En el libro llamado *The Path of the Buddha*⁵ hay una cita. Éste es un libro muy bueno. El editor de este libro solicitó a autores pertenecientes a las diferentes ramas del buddhismo que escribieran acerca de lo que ellos saben. A los monjes theravādas les pidió que escribieran acerca del Buddhismo Theravāda y a los monjes mahāyanas les pidió que escribieran sobre el Buddhismo Mahāyana. Pienso que este libro es confiable. Si por ejemplo, ustedes son monjes theravadas y escriben acerca de Buddhismo Mahāyana, tendrán algunos errores porque no conocen totalmente el otro tipo de buddhismo o enseñanza. Este plan del autor fue muy bueno porque permitió que los monjes theravādas escribieran acerca del Buddhismo Theravāda y a los monjes mahāyanas que escribieran acerca del Buddhismo Mahāyana. Pienso que ese libro es confiable.

En ese libro el Venerable U Thittila (monje birmano) escribió: "Es una filosofía porque trata de las causas más generales y principios que gobiernan todas las cosas. Todas las cosas animadas e inanimadas son gobernadas por cierta clase de orden. En el Abhidhamma se enseñan todas ellas. Es también un sistema ético porque le permite a uno realizar meta final, el Nibbāna. También es un sistema de psicología porque se refiere al funcionamiento de la mente, los procesos cognitivos y los factores mentales. Por esa razón el Abhidhamma se traduce generalmente como la filosofía psico-ética del buddhismo". Es filosofía, es psicología y puede ser también una ética.

Pienso que principalmente es psicología porque trata sobre la conciencia y los factores mentales y la forma en que interactúan uno con otro, cómo se combinan y muchas cosas como esas. Por lo tanto, el Abhidhamma es más una psicología que una filosofía.

⁵ *The Path of the Buddha*, editado por Kenneth W. Morgan, The Ronald Press Company, New York, 1956.

¿Cuán importante es el Abhidhamma? Si ustedes le preguntan a un monje birmano, les dirá que es muy importante. ¿Es en verdad necesario? Para nosotros realmente es necesario. No solamente es necesario, es esencial. El Abhidhamma es necesario para el correcto y completo entendimiento de las enseñanzas de Buddha en los Suttas.

Hay mucha gente que dice que no es necesario el Abhidhamma para entender los Suttas. Ellos dicen que leen los Suttas y los entienden. Pero quisiera preguntarles cuánto entienden realmente y si entienden correctamente. Cuando leo traducciones en inglés de los Suttas y otros textos, a menudo encuentro pasajes con los que no estoy de acuerdo. Ésta es una experiencia frecuente. Cuando tomo un libro y lo leo, encuentro algo con lo que no estoy de acuerdo con el autor. Esto es así porque la mayoría de los autores no entienden el Abhidhamma. Por lo tanto cometen muchos errores.

El Abhidhamma es esencial para tener un correcto y completo entendimiento de las enseñanzas del Buddha en los Suttas. Ustedes no entenderán los Suttas completamente si no entienden el Abhidhamma. Es posible dar muchos ejemplos.

Daré aquí solamente uno. Es un famoso verso del libro llamado *Dhammapada*. Ese verso dice: "No hacer el mal, cultivar el bien, purificar la mente, ésta es la enseñanza de los Buddhas". Es muy simple. No es difícil de entender. ¿Se necesita del Abhidhamma para entenderlo? ¿Qué piensan?

"Mal" en este contexto corresponde con el término pali del Abhidhamma "akusala", estados insanos o acciones insanas. Mal se debería entender en este sentido. Para no hacer el mal es necesario entender qué es el mal, qué es lo insano. Para cultivar el bien es necesario entender qué es el bien, qué es lo bueno. Si uno no comprende qué es "akusala", lo insano, y qué es "kusala", lo sano, no podrá evitar uno y cultivar el otro. Por lo tanto, es importante entender qué es mal y qué es bien de acuerdo con el buddhismo.

En el buddhismo las acciones insanas son aquellas asociadas con apego o deseo, enojo o mala voluntad, o ignorancia. Cualquier estado mental que está asociado con una o dos de estas raíces se denomina "akusala", insano, de acuerdo con el buddhismo.

Siempre tomo el siguiente ejemplo. Cuando come, ¿uno está haciendo el mal? ¿Qué pensarán si les digo que es posible que uno esté haciendo mal cuando come? "Mal" se define como aquello que está asociado con apego, enojo, o ignorancia. Si hay algo de apego en la mente, eso es "akusala". Por lo tanto, cuando uno come buena comida, cuando está apegado a la buena comida, cuando come con apetito, existe cierta clase de apego a la comida. Uno tiene un estado mental insano (akusala) en ese momento. Éste no es un estado insano muy malo. Hay diferentes niveles de estados insanos. Algunos son tan malos que harán que uno renazca en un plano de sufrimiento. Incluso este estado se denomina "akusala" en lenguaje de Abhidhamma. Si uno quiere evitar "el mal" tiene que ser cuidadoso cuando come. Tiene que ser cuidadoso para no tener apego a la comida cuando uno come.

Esto se puede lograr en dos formas. Especialmente para los monjes cuando comen, ellos deben hacer una reflexión sobre la comida, acerca del comer. Por eso los monjes no deben hablar durante la comida. La verdad es que si un monje habla cuando está comiendo, se supone que no es un buen monje porque debería estar reflexionando sobre su comida. "Yo como esta comida no para embellecerme, no para tener orgullo de mi cuerpo, sino solo para mantenerlo vivo, para que así pueda practicar las enseñanzas del Buddha". Los monjes tenemos que reflexionar sobre la comida una y otra vez para no tenerle apego.

La otra forma de evitar el apego, aunque también puede ser aversión (algunas veces cuando uno tiene que comer algo que no le gusta) es comer con atención plena. En los retiros de meditación vipassanā, los meditadores tienen que comer con atención. Eso significa que cada actividad en el acto de comer, cada pequeña actividad tiene que ser objeto de meditación. Cuando uno ve la comida, debe estar atento del ver o puede decirse "mirando, mirando". Cuando uno estira la mano y toma la comida, puede decir "estirando, estirando, estirando". Cuando toma la cuchara en la mano, dice "tomando, tomando, tomando". Cuando toma la

comida también dice "tomando". Cuando lleva la comida a la boca, dice "llevando". Después cuando pone la comida en su boca, dice "poniendo, poniendo, poniendo". Cuando mastica, dice "masticando, masticando, masticando". Cuando traga, dice "tragando, tragando, tragando". Uno tiene que estar atento durante todo el tiempo de la comida. No debería haber ningún momento en el cual uno se apega a la comida. Una meditadora me comentó después de haber hecho esto solamente una vez que ya no tenía ningún deseo de comer nuevamente. Tuvo que hacer mucho esfuerzo para poner una cuchara en la boca. Hay mucho sufrimiento ahí. Para evitar el mal mientras uno come se requiere hacer una de estas dos cosas.

Si uno sabe lo que es el mal, puede evitarlo. Si no sabe lo que es el mal y lo que es el bien, algunas veces uno podría estar haciendo el mal pensando que está haciendo el bien. "Cultivar el bien" significa realizar acciones asociadas con no-apego, bondad o amor-bondad, y no-ignorancia. Esto se llama el bien. Cultivar el bien significa desarrollar en la mente buenas cualidades como el no-apego o generosidad, bondad o amor-bondad (esto es no-odio), y no-ignorancia o sabiduría. Cuando uno de estos estados está presente en la mente, se dice que uno está cultivando el bien.

Si no se entiende lo que es el mal y lo que es el bien, no es posible seguir el consejo de este verso de una manera correcta y completa. En realidad, el Abhidhamma no sólo es muy importante, sino que es esencial para tener una correcta y completa comprensión de las enseñanzas del Buddha en los Suttas.

¿Qué ocurre con la meditación y la realización del fruto de la meditación que es la realización de la verdad? ¿Es esencial el Abhidhamma para la realización de la verdad? Éste es otro asunto. El Abhidhamma es esencial para el correcto y completo entendimiento de la enseñanza del Buddha, pero, ¿es necesario el conocimiento del Abhidhamma para la realización de la verdad?

Durante la época del Buddha mucha gente se acercó a él, y él les enseñó y ellos lograron la iluminación, realizaron la verdad. No existen reportes de que ellos habían estudiado el Abhidhamma. No creo que conocieran el Abhidhamma en ese momento, pero muchos

alcanzaron la iluminación después de escuchar la enseñanza del Buddha. En mi opinión el Abhidhamma no es esencial, aunque es extremadamente benéfico para la realización de la verdad o para la práctica de la meditación.

Es muy bueno tener conocimiento del Abhidhamma antes de practicar meditación, pero no es esencial. Mucha gente piensa que para practicar meditación vipassanā es necesario entender el Abhidhamma y eso hace que dejen la meditación.

Cualquiera pueda observarse a sí mismo. Cualquiera puede observar sus pensamientos, sus sensaciones. Ésta es la meditación vipassanā. Uno no necesita tener un conocimiento extenso del Abhidhamma para practicar la meditación vipassanā, pero es bueno tener algo de conocimiento del Abhidhamma. Por ejemplo, uno conoce acerca de mente y materia, sobre conciencia y los estados mentales, sobre los agregados y otras cosas. Luego este conocimiento ayuda cuando se practica la meditación vipassanā. Vipassanā es una práctica que permite la auto-realización, la auto-experiencia. Para esta gente, el Abhidhamma es la teoría y la meditación vipassanā es la práctica y pueden combinar la teoría y la práctica.

Hay algo que me gusta en este país (Estados Unidos de América). Casi toda la gente que he conocido está interesada en la práctica de la meditación. Si podemos combinarla con el conocimiento del Abhidhamma, una ayuda a la otra. Si uno conoce Abhidhamma y practica meditación, no hay necesidad de explicar mucho sobre la práctica, sobre los hallazgos o experiencias en la meditación. Es lo mismo que ver un mapa antes de ir a una ciudad; uno se familiariza con el mapa y cuando va a la ciudad y ve los edificios, sabe más o menos lo que son; no es necesario explicarles. De la misma forma, cuando uno tiene un cierto conocimiento del Abhidhamma, no muy amplio, y practica meditación, y experimenta algo durante la meditación, uno sabe 'esto es esto', 'eso es eso'.

El conocimiento obtenido a través de la práctica de la meditación es el conocimiento real. Es posible leer libros acerca del Abhidhamma y escuchar pláticas, pero esto es un conocimiento de segunda mano. El conocimiento real llega solamente cuando uno lo experimenta en uno

mismo. Durante la meditación se descubren muchas cosas acerca de uno mismo, de la mente, del cuerpo, de todas esas cosas. Ése es el conocimiento real. Sólo cuando uno entiende a través de la práctica, ese conocimiento llega a ser propio. De otra manera, sólo es conocimiento de segunda mano o conocimiento intelectual.

La práctica de la meditación vipassanā puede profundizar el conocimiento del Abhidhamma. El conocimiento del Abhidhamma puede ayudar a clarificar la experiencia de la meditación. El conocimiento del Abhidhamma y la práctica de la meditación se apoyan mutuamente. Por tal razón, ambos deberían ir juntos. El conocimiento del Abhidhamma solo, sin práctica, no ayuda mucho, porque el conocimiento es de segunda mano. Y si se tiene solamente la meditación vipassanā sin ningún conocimiento de Abhidhamma, habrá dudas a cada momento; siempre será necesario depender del maestro para que explique cada cosa que se experimenta. Por lo tanto, el conocimiento del Abhidhamma y la práctica de la meditación deberían ir juntos ayudándose mutuamente. Por lo tanto, el Abhidhamma es extremadamente útil aunque no absolutamente esencial, para la realización de la verdad o para comprender las cosas como realmente son.

Hay quienes piensan que el Abhidhamma no es necesario para entender los Suttas. No quiero que me crean. No quiero que tomen mi palabra. Quiero que vean y descubran por ustedes mismos que el conocimiento del Abhidhamma es necesario para entender los Suttas. Por favor estudien el Abhidhamma y después vean si el conocimiento del Abhidhamma es en verdad necesario o esencial. Decidan por ustedes mismos. Seguir y aceptar lo que otros dicen no es bueno para nadie. No tomen mi palabra. No crean nada, pero traten de entender el Abhidhamma por ustedes mismos. Luego descubran si el conocimiento del Abhidhamma los ayuda para entender los Suttas de una manera más correcta. Se los dejo a ustedes.

No acepten fácilmente lo que otra gente les dice acerca del Abhidhamma, si éste es esencial o si no es esencial. Traten de descubrir por ustedes mismos, eso es lo que quiero que hagan. Podrían leer un libro que dice que el Abhidhamma no es necesario, que es muy aburrido, que no tiene nada de original. Ustedes podrían tomar eso como verdad y no querer estudiar más el

Abhidhamma. No quiero que les pase eso. Gente como yo dice que el Abhidhamma es muy interesante. Ustedes deben leer Abhidhamma. Sin Abhidhamma no pueden hacer nada. No tomen mi palabra. Traten de descubrir por ustedes mismos. Con el fin de descubrir por ustedes mismos es necesario leer un poco. Tienen que entender Abhidhamma. Después, ver si es útil para tener un mejor entendimiento del Sutta Piṭaka.

Sayadaw U Thittila escribió: "El Abhidhamma es altamente apreciado por los estudiantes profundos de la filosofía budhista, pero para el estudiante promedio parece aburrido y poco significativo. Eso ocurre porque es extremadamente sutil en su análisis y técnico en su tratamiento; por tanto, es muy difícil de entender sin la guía de un maestro calificado. Probablemente por esto el Abhidhamma no es tan popular como las otras dos Canastas entre los budhistas occidentales".

Para estudiar el Abhidhamma se necesita un maestro. No es posible leer un libro y comprenderlo, porque no hay libros que puedan tomar el lugar de un maestro. Existen algunos libros sobre el Abhidhamma, pero todavía se necesita la ayuda de un maestro o amigo.

Hay 7 libros en el Abhidhamma: (1) *Dhammasaṅgaṇī*, (2) *Vibhaṅga*, (3) *Dhātukathā*, (4) *Puggalapaññatti*, (5) *Kathāvatthu*, (6) *Yamaka* y (7) *Paṭṭhāna*. Sólo quiero que sepan que hay siete libros en la Canasta del Abhidhamma. Cada uno trata los tópicos del Abhidhamma de una manera diferente.

Después están los Comentarios (*Aṭṭhakathā*) del Abhidhamma que fueron escritos o compilados y editados por el Venerable Buddhaghosa Thera en el siglo V A. E. C. A su vez, estos Comentarios son comentados por otro monje llamado Ānanda Thera y se denominan Sub-Comentarios (*Mūla-ṭīkā*). Los Sub-Comentarios son también comentados por otro monje llamado Dhammapāla Thera, que vivió probablemente en el siglo VII A. E. C, y se denominan Sub-subcomentarios (*anu-ṭīkā*).

Existen muchos tratados y libros sobre el Abhidhamma. Demasiado numerosos para que los mencionemos aquí. El libro más importante para el estudio o para la introducción al Abhidhamma se llama en pali *Abhidhammatthasaṅgaha*. Fue escrito en Sri Lanka, cerca del siglo XI A. E. C., por un monje llamado Anuruddha Thera, nativo del sur de la India. Es el libro más popular para el estudio de los fundamentos del Abhidhamma. Es una guía indispensable para el Abhidhamma Piṭaka.

Éste todavía se usa como libro de texto para principiantes en Birmania y otros países. Es tan popular que es un libro de texto para principiantes del Abhidhamma en nuestro país. En Birmania se espera que cada monje, cada novicio y cada monja entienda el Abhidhamma. En el momento en que uno ingresa en la Orden (uno puede tener solamente 12 ó 13 años), se le proporciona una copia del *Abhidhammatthasaṅgaha* y se le pide que lo aprenda de memoria. Uno podría no entender lo que el libro dice, pero tiene que aprenderlo de memoria. Más tarde llegarán las explicaciones y el entendimiento. Ésta es la forma en la que se estudia y aprende el Abhidhamma en nuestro país.

Es un libro muy pequeño, pero contiene todas las cosas esenciales del Abhidhamma. Es la puerta de entrada al Abhidhamma Piṭaka. Sin ese libro no es posible entrar en el Abhidhamma Piṭaka. Ésa es la razón por la que sin un conocimiento de los fundamentos del Abhidhamma dados en ese libro y en otros tratados, no es posible leer y entender un libro del Abhidhamma Piṭaka. Es posible tomar un libro del Abhidhamma, como el primer libro, el *Dhammasaṅgāṇī*, pero uno lo encontrará muy aburrido, poco interesante y difícil de entender. Por eso este libro es muy útil. Si ustedes no están en contra de la memorización, me gustaría recomendar que aprendan este libro de memoria. En la edición de la Pali Text Society, este libro tiene solamente 46 páginas. Está escrito en pali. En el noviciado tenemos que aprenderlo de memoria. Yo todavía puedo decirlo de memoria, tal vez no todo, pero sí la mayor parte. Éste es el libro que usamos para que los principiantes se introduzcan en el Abhidhamma. Usaremos la traducción de este libro como referencia para este curso.

Quisiera decir algo acerca de los estudios del Abhidhamma en Birmania. Birmania es un país donde el Abhidhamma está todavía activo y es ampliamente estudiado. Como les digo, se espera que cada monje, novicio y monja entienda el Abhidhamma. El Abhidhamma es un tema popular desde que el Buddhismo Theravāda fue introducido en el norte de Birmania en el siglo XI A. E. C. Los monjes Theravādas de antaño se interesaron en el Abhidhamma y escribieron muchos libros en pali y en birmano, y también en birmano y pali mezclados.

Tenemos lo que llamamos las lecciones nocturnas. Éstas son muy útiles para familiarizarse con las enseñanzas del Abhidhamma. Los estudiantes aprenden una parte de un capítulo durante el día y en la noche recitan al maestro lo que aprendieron durante el día. El maestro les explica los puntos difíciles de la enseñanza. Las llamamos lecciones nocturnas porque no hay luz. Hay lecciones nocturnas sobre los libros primero, tercero, sexto y séptimo del Abhidhamma. El Abhidhamma es una materia obligatoria para los monjes, monjas y novicios en Birmania.

En nuestro país no solamente los monjes, monjas y novicios estudian el Abhidhamma. También los laicos estudian el Abhidhamma. Ellos se instruyen en el Abhidhamma y escriben libros para otra gente laica. El Abhidhamma es todavía una enseñanza viviente en Birmania y es muy popular entre los monjes birmanos.

Debido a que en este curso estaremos aprendiendo los tópicos tratados en el *Abhidhammatthasaṅgaha*, usamos la traducción del *Abhidhammatthasaṅgaha* como libro de referencia o libro de texto para todo el curso. Actualmente hay 4 traducciones al inglés del libro original y una al español. La primera traducción inglesa fue realizada por U Shwe Zan Aung, un hombre laico birmano, se llama *Compendium of Philosophy*,⁶ y apareció por primera vez en 1910. Ha sido reimpresso tres o cuatro veces desde entonces.

⁶ *Compendium of Philosophy* por U Shwe Zan Aung, publicado por la Pali Text Society, Londres, 1910 y reimpresso en 1979.

La segunda traducción se denomina *The Abhidhamma Philosophy* y fue realizada por Bhikkhu J. Kashyap. Él era un famoso monje de la India que escribió dos volúmenes sobre Abhidhamma. El primer volumen es la traducción del *Abhidhammatthasaṅgaha*, que apareció en 1942 y fue recientemente impreso.

La tercera traducción se llama *A Manual of Abhidhamma*,⁷ escrita por el famoso monje cingalés, ya fallecido, Nārada Mahāthera. Su primera traducción apareció en 1956 y también ha sido reimpresso.

La cuarta traducción inglesa, *A Comprehensive Manual of Abhidhamma*,⁸ fue publicada por primera vez en 1993. Ésta es una edición revisada del libro de Nārada. Al principio los editores pensaron que podrían editar el libro sólo en pocos lugares. Después se dieron cuenta que tenían que ampliar la edición. Tengo un cariño personal a este libro. Las guías que uso para este curso están incluidas en este libro y son reconocidas en la introducción. Otro monje que ayudó a editar este libro es mi amigo, el Venerable Rewata Dhamma. Él vive en Inglaterra. Pienso que ahora éste es el mejor libro para los estudiantes de Abhidhamma.

La única traducción española que existe en la actualidad se llama *Compendio del Abhidhamma, El Abhidhammattha Saṅgaha* de Anuruddha.⁹

⁷ *A Manual of Abhidhamma being Abhidhammattha Saṅgaha of Bhadanta Anuruddhācariya*, editado y traducido por Nārada Mahāthera, publicado por la Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka, 1956. ISBN 967-9920-42-9

⁸ *A Comprehensive Manual of Abhidhamma, The Abhidhammattha Saṅgaha of Ācariya Anuruddha*, editor general Bhikkhu Bodhi y publicado por la Buddhist Publication Society, Kandy, Sri Lanka, 1993. ISBN 955-24-0103-8.

⁹ *Compendio del Abhidhamma, El Abhidhammattha Saṅgaha de Anuruddha*, editor general Bhikkhu Bodhi, basado en la edición de Mahāthera Nārada, introducción y guía explicativa por U Rewata Dhamma y Bhikkhu Bodhi, cuadros por U Sīlānanda y traducción al español por U Nandisena; publicado por El Colegio de México, primera edición 1999. ISBN 968-12-0878-1.

Quisiera dar algunas referencias para aquellos que están interesados en el conocimiento histórico. Cuando estudiamos los concilios budhistas o la historia del Budhismo desde el tiempo del Buddha hasta nuestros días, es mejor ir a las fuentes que usar libros secundarios o posteriores. Información acerca del Primer, Segundo y Tercer Concilio Budhista se puede obtener de libros escritos en pali, que son los registros más antiguos de estos concilios.

Se puede leer acerca de esos tres concilios en un libro llamado *Dīpavaṃsa*,¹⁰ que es la crónica pali más antigua de la isla de Sri Lanka. También hay una traducción de este libro. Pienso que ésta es la información más antigua que existe en la Literatura Pali de estos tres concilios. Es difícil obtener este libro, pero en los capítulos 4-7 se describen los tres primeros concilios budhistas.

Hay otro libro llamado *Mahāvaṃsa*.¹¹ Aquí hay que leer los capítulos 3-5 para conocer sobre los tres primeros conocimientos budhistas.

Hay un tercer libro llamado *The Inception of Discipline*,¹² que contiene información más estructurada acerca de los primeros tres concilios budhistas, porque los primeros dos libros (*Dīpavaṃsa* y *Mahāvaṃsa*) están escritos en verso. En cambio este libro está escrito en prosa. En este libro, que contiene mucha información sobre los concilios budhistas, hay que leer las páginas 3-55.

¹⁰ *The Dīpavaṃsa, An Ancient Buddhist Historical Record*, editado y traducido por Hermann Oldenberg, primera publicación Berlín, 1879.

¹¹ *The Mahāvaṃsa*, editado por Wilhelm Geiger y publicado por la Pali Text Society, Londres, 1908 y reimpreso en 1958. *The Mahāvaṃsa or The Great Chronicle of Ceylon*, traducido al inglés por Wilhelm Geiger, Ph.D., con la asistencia de Mabel Haynes Bode, Ph. D., y publicado por la Pali Text Society, Londres, 1912 y reimpreso en 1934, 1958, 1964, 1980. ISBN 07100 0655 1.

¹² *The Inception of Discipline and The Vinaya Nidāna* editado y traducido por N. A. Jayawickrama y publicado por la Pali Text Society, Londres, 1962 y reimpreso en 1986; ISBN 086013 045 2.

Hay un libro moderno llamado *2500 Years of Buddhism*,¹³ editado por el Profesor P. V. Bapat y publicado por el Gobierno de la India.

Con relación a la escritura de las enseñanzas del Buddha en hojas de palma, es necesario leer el *Dīpavaṃsa*, capítulo 20 y el *Mahāvamsa*, capítulo 33.

Acerca del Quinto y Sexto Concilio Buddhista, de nuevo, les recomiendo este libro y también a mí mismo. Afortunadamente yo estuve entre los que participaron en el Sexto Concilio Buddhista. Fui uno de los editores de los Textos Pali publicados por el Sexto Concilio Buddhista y conozco mucho acerca del Sexto Concilio Buddhista.

Con respecto a las divisiones de las enseñanzas del Buddha en Colecciones (Nikāya) y Canastas (Piṭakas), hay que leer *The Inception of Discipline*, páginas 15-19 y página 24.

Hay otro libro llamado *The Expositor*,¹⁴ que es la traducción del Comentario del primer libro del Abhidhamma Piṭaka, *Dhammasaṅgaṇī*. Para comprender el significado del término "Abhidhamma", leer páginas 3-5 de este libro. También acerca de los siete libros del Abhidhamma Piṭaka, leer las páginas 8-13.



¹³ *2500 Years of Buddhism*, editor general Prof. P. V. Bapat, publicado por el Ministerio de Información del Gobierno de la India el 24 de mayo, 1954.

¹⁴ *The Expositor (Atthasālinī)*, Vol. I, II, traducido por Pe Maung Tin, M.A., y publicado por la Pali Text Society, Londres, 1920 y reimpresso en 1920, 1921, 1958 y 1976. ISBN 0 7100 84 17X.

Preguntas Clase 1

1. ¿Cuáles son las dos principales divisiones del buddhismo?
2. ¿Cuándo se celebró el Primer Concilio Buddhista?
3. ¿Qué ocurrió en el Primer Concilio Buddhista?
4. ¿Cuáles son las Tres Canastas (Piṭaka)?
5. ¿Cuáles son las Cinco Colecciones (Nikāya)?
6. ¿Por cuántos años aproximadamente las enseñanzas del Buddha fueron transmitidas oralmente?
7. ¿Durante el reinado de qué rey se celebró el Tercer Concilio Buddhista?
8. ¿Qué libro fue agregado al Canon Pali en el Tercer Concilio Buddhista?
9. ¿Cuándo se escribieron por primera vez las enseñanzas del Buddha?
10. ¿Qué ocurrió en el Quinto Concilio Buddhista?
11. ¿Dónde y cuándo se celebró el Sexto Concilio Buddhista?
12. Explique el significado del término "Abhidhamma".
13. Explique brevemente la diferencia entre la Canasta de los Discursos (Sutta Piṭaka) y la Canasta del Abhidhamma (Abhidhamma Piṭaka).
14. Explique brevemente por qué el conocimiento del Abhidhamma es importante para tener una correcta comprensión de la enseñanza del Buddha en los Suttas.
15. ¿Cuántos libros hay en el Abhidhamma canónico?
16. ¿Qué son los Comentarios?
17. ¿Quién fue el autor (editor) de los Comentarios?
18. ¿Cuándo fueron escritos los Comentarios?
19. ¿Qué es el Abhidhammattha Saṅgaha?
20. ¿Quién es el autor del Abhidhammattha Saṅgaha?



ACERCA DEL AUTOR



VENERABLE U SILANANDA

Director Espiritual del Centro Mexicano del Buddhismo Theravada A.C. Nacido en Myanmar en 1927, ha sido monje Buddhista Theravada por más de 50 años. Tiene dos títulos de Maestría en Dhamma y fue uno de los editores finales de los Textos Pali, Comentarios y Sub-comentarios en el Sexto Concilio Budista, celebrado en Yangon, Birmania, en 1954-56. Es autor de siete libros en birmano y en inglés de la obra the Four Foundations of Mindfulness. El Venerable U Silananda es el Abad del Dhammananda Vihara, Half Moon Bay, California, Estados Unidos de América, y Rector de la Universad Buddhista Theravada (ITBMU), Yangon, Myanmar.