

EL CONCEPTO DE LA SALUD Y LA ENFERMEDAD DE ACUERDO CON LAS ENSEÑANZAS DEL BUDDHA

Plática impartida por Bhikkhu Nandisena
en la Ciudad de México, sábado 22 de noviembre 2002

Introducción

En los antiguos textos budhistas se utilizan diferentes términos para referirse a la enfermedad: (1) ātaṅka, (2) āmayo, (3) byādhī, (4) gada, (5) roga, (6) rujana; rujā, (7) gelañña, (8) akalla, (9) ābādha.¹

Con referencia a la enfermedad, el Buddha dice que la misma es parte de la Primera Noble Verdad. Precisamente en el primer discurso, el Buddha dice: "Ésta, bhikkhus, es la Noble Verdad del Sufrimiento. El nacimiento es sufrimiento, la vejez es sufrimiento, la enfermedad es sufrimiento, la muerte es sufrimiento, asociarse con lo indeseable es sufrimiento, separarse de lo deseable es sufrimiento, no obtener lo deseado es sufrimiento. En breve, los cinco agregados de la adherencia son sufrimiento."²

La enfermedad en este contexto se refiere solamente al dolor físico (dukkha) como aparece en otros discursos la explicación de la Primera Noble Verdad.³

Con relación a la salud, el Buddha dice en el Dhammapada (v. 204): "La salud es la mejor ganancia. El contentamiento es la mejor riqueza. Una persona de confianza es el mejor pariente. El Nibbāna es la felicidad suprema".

No obstante que el Buddha dice que la salud es un estado perseguible y deseable, éste no es un fin en sí mismo. Incluso vemos que la salud puede convertirse en una base de la vanidad y por esto se recomienda la reflexión de que la enfermedad es inevitable.⁴

¹ Abhidhānappadīpikā §323.

² V. ii 369.

³ Véase Mahāsatipaṭṭhāna Sutta, D. ii 243. Aquí se omite la frase "byādhī pi dukkho", la enfermedad también es sufrimiento y se utiliza la frase "soka-parideva-dukkha-domanassupāyāsā pi dukkhā", la pena, el lamento, el dolor, el desplacer y la desesperanza también son sufrimiento. En esta frase el primer término "dukkha" tiene el significado de dolor físico.

⁴ Abhiñhapaccavekkhitabbaṭṭhāna Sutta, A. ii 63. Hay cinco contemplaciones que deberían ser practicadas por todos, bhikkhus o laicos, hombres y mujeres: "Yo estoy seguro que envejeceré. No puedo evitar el envejecimiento". "Yo estoy seguro que me enfermaré. No puedo evitar la enfermedad". "Yo estoy seguro de la muerte. No puedo evitar la muerte". "Todas las cosas apreciadas y queridas no durarán. Ellas estarán sujetas al cambio y a la separación". "Mi kamma (pasado y las acciones presentes) es mi única propiedad, el kamma es mi única herencia, el kamma es la

Dos Tipos de Enfermedades

Otro pasaje canónico dice: "Bhikkhus, hay dos enfermedades. ¿Cuáles son las dos? La enfermedad física y la enfermedad mental. Bhikkhus, se ven seres que están libres de enfermedad física por uno, dos, tres, cuatro, cinco, diez, veinte, treinta, cuarenta, cincuenta, cien años y aun más. Pero, bhikkhus, es difícil de encontrar seres en este mundo que estén libres de la enfermedad mental aun por un momento, excepto aquellos que han destruido los contaminantes mentales."⁵

Este pasaje canónico que acabamos de mencionar es importante por dos razones. La primera es porque se reconoce la existencia de dos tipos de enfermedad, física y mental. La segunda es porque se considera como enfermedad mental la presencia o manifestación de las impurezas en la continuidad mental del individuo. Únicamente aquellos que han erradicado completamente las impurezas mentales están libres de la enfermedad mental.

Concepto y Realidad Última

La definición de enfermedad mental utilizada en este discurso podría parecer novedosa y también extrema porque para que la misma exista simplemente se requiere de la presencia de impurezas en la mente. Pero esta definición es muy precisa porque se está refiriendo a lo que en el Abhidhamma se denominan realidades últimas.

De acuerdo con el buddhismo existen dos niveles de realidad, la realidad convencional y la realidad última. Aquellos que han estudiado algo de buddhismo y Abhidhamma saben que se reconocen estos dos tipos de realidad. La realidad convencional es aquello que corresponde con el uso del mundo mientras que la realidad última es lo que realmente existe.

única causa de mi ser, el kamma es mi único pariente, mi única protección. Cualquier acción que yo haga, buena o mala, yo me volveré su heredero"

⁵ A. i 460; Roga Sutta. "Dve 'me, bhikkhave, rogā. Katame dve? Kāyiko ca rogo cetasiko ca rogo. Dissanti, bhikkhave, sattā kāyikena rogena ekam pi vassarū ārogyarū paṭijānamānā, dve pi vassāni ārogyarū paṭijānamānā, tīṇi pi vassāni ārogyarū paṭijānamānā, cattāri pi vassāni ārogyarū paṭijānamānā, pañca pi vassāni ārogyarū paṭijānamānā, dasa pi vassāni ārogyarū paṭijānamānā, vīsati pi vassāni ārogyarū paṭijānamānā, tirīsam pi vassāni ārogyarū paṭijānamānā, cattārīsam pi vassāni ārogyarū paṭijānamānā, paññāsam pi vassāni ārogyarū paṭijānamānā, vassasatam pi, bhiyyo pi ārogyarū paṭijānamānā. Te, bhikkhave, sattā sudullabhā lokasmim̐ ye cetasikena rogena muhuttam pi ārogyarū paṭijānanti, aññatra khīṇāsavehi."

Las impurezas mentales son todas realidades últimas. Estas impurezas mentales se agrupan bajo tres estados mentales denominados raíces: apego-deseo (lobha), enojo-aversión (dosa) e ignorancia (moha).

Cada vez que hay una o más de estas tres raíces en nuestra mente, de acuerdo con la definición anterior, existe enfermedad. Hay varios términos usados en los Textos Canónicos para estas impurezas mentales. Uno de ellos es "akusala", insano. Su opuesto es "kusala", sano.

Los comentaristas de los Textos Pali explican "kusala" como (1) salud (ārogya), es decir, un estado saludable de la mente, (2) moralmente incensurable (anavajja), (3) hábil (cheka) y (4) que produce buenos resultados (sukha-vipāka).⁶ Mientras que el término "akusala", insano, se explica como (1) enfermedad (gelañña), (2) moralmente censurable (sāvajja), (3) inhábil y (4) que produce malos resultados (dukkha-vipāka). Es interesante notar cómo lo moralmente correcto, lo espiritualmente deseable, es también, de acuerdo con el buddhismo, considerado como salud mental. Las implicaciones de esto son que no es posible que haya felicidad, bienestar, prosperidad, si los seres del mundo no tienen una conducta éticamente correcta basada en estados mentales sanos de la mente. La felicidad de los seres en el mundo está íntimamente ligada a sus estados mentales y a las acciones generadas por esos estados mentales. Con relación a esto hay un verso en el Sutta Nipāta (313), uno de los textos del Khuddaka Nikāya, donde se dice que en tiempos muy antiguos había solamente tres enfermedades: (1) deseo (icchā), (2) hambre (anasana) y (3) vejez (jarā). Después continúa diciendo que debido a la matanza de animales, el número de enfermedades se incrementó. También en el Cakkavatti Sutta del Dīgha Nikāya,⁷ la colección de discursos largos, el Buddha dice que cuando el gobernante (el rey en el caso específico de ese discurso) fracasa en su deber de proveer las necesidades básicas, la pobreza se vuelve generalizada. Después, alguien toma aquello que no ha sido dado, roba. A partir de esta situación comienza un curso de eventos que conduce a la disminución del periodo de vida.

Es interesante la mención del hambre como una enfermedad y como una enfermedad que ha existido desde los primeros tiempos de la humanidad. En el Dhammapada hay un verso (203)⁸ que dice que el hambre es la peor enfermedad. Para curar y aliviar esta enfermedad, diariamente consumimos alimentos y de esta manera podemos vivir hasta la muerte. Es una "enfermedad" a la que todos los seres vivientes están sujetos en todo momento.⁹

⁶ Dhammasaṅgaṇī-Atthakathā 80.

⁷ Dīgha Nikāya iii 54.

⁸ "Jighacchā paramā rogā".

⁹ Khuddakapāṭha 3. "Sabbe sattā āhāraṭṭhitikā", todos los seres dependen del alimento.

Como se puede ver, la definición de enfermedad mental de acuerdo¹⁰ con el buddhismo, contrasta en diferentes maneras con lo que se considera enfermedad mental de acuerdo con la psicología y la medicina occidental. En el mundo actual se habla de que una persona padece neurosis, depresión, un desorden compulsivo-obsesivo, etc., pero no se dice que una persona esté mentalmente enferma cuando tiene impurezas en su mente. De acuerdo con el buddhismo parecería ser que todo el mundo está enfermo por las impurezas mentales. Por esto el Buddha dice en el Dhammapada (v. 174): "El mundo está ciego. Poco ven aquí claramente. Como un pájaro liberado de la red, pocos van al cielo."¹¹ El mundo está ciego porque la presencia de las impurezas mentales no le permite ver la realidad tal como es. Y aquellos que no pueden ver la realidad tal como es tienen acciones que generan sufrimiento.

Las enfermedades mentales¹², de acuerdo con la Asociación Americana de Psiquiatría (American Psychiatric Association) se catalogan en diferentes grupos. Uno de estos grupos son los trastornos en la afectividad entre los que se encuentra la depresión. Otro grupo son los trastornos de la ansiedad entre los que se encuentran las fobias.

Vamos a tomar algunas de estos trastornos mentales para presentarlos de acuerdo con la perspectiva budhista de las impurezas mentales. Pero lo primero que habría que resaltar es que mientras el enfoque budhista de la enfermedad mental, de acuerdo a la manifestación de las impurezas mentales en un cierto individuo, está basado en las realidades últimas que son los componentes finales de la existencia, el enfoque médico moderno está basado en conceptos, es decir, realidades convencionales. Ésta ya es una diferencia muy importante.

¹⁰ "Enfermedades mentales, afecciones o síndromes psíquicos y conductuales, opuestos a los propios de los individuos que gozan de buena salud mental. En general, son causa de angustia y deterioro en importantes áreas del funcionamiento psíquico, afectando al equilibrio emocional, al rendimiento intelectual y a la adaptación social". **Enciclopedia Microsoft ® Encarta ® 2003.** © 1993-2002 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.

¹¹ "Andhabhūto ayaṃ loko, tanuk' ettha vipassati; sakuṇo jālamutto 'va, appo saggāya gacchati".

¹² "Partiendo de la distinción en función de la gravedad y de la base orgánica, se diferencian los trastornos 'psicóticos' de los 'neuróticos'. De forma general, psicótico implica un estado en el que el paciente ha perdido el contacto con la realidad, mientras que neurótico se refiere a un estado de malestar y ansiedad, pero sin llegar a perder contacto con la realidad. En su extremo, como formuló Sigmund Freud, el fundador del psicoanálisis, todos somos "buenos neuróticos", en tanto que los casos de psicosis son contados. Los más comunes son: la esquizofrenia, la mayor parte de los trastornos neurológicos y cerebrales (demencias) y las formas extremas de la depresión (como la psicosis maniaco-depresiva). Entre las neurosis, las más típicas son las fobias, la histeria, los trastornos obsesivo-compulsivos, la hipocondría y, en general, todos aquellos que generan una alta dosis de ansiedad sin que exista una desconexión con la realidad." **Enciclopedia Microsoft ® Encarta ® 2003.** © 1993-2002 Microsoft Corporation. Reservados todos los derechos.

En el Abhidhamma se dice que los conceptos existen como sombras de las realidades últimas.¹³ No obstante que, por ejemplo, lo que se denomina depresión no existe de acuerdo a la realidades últimas, la misma está compuesta de realidades últimas. Se podría decir que la ocurrencia o manifestación de las realidades últimas en un cierto modo, de acuerdo a un cierto patrón (implica recurrencia), en la continuidad de un individuo, es lo que se denomina convencionalmente "depresión". De las tres raíces insanas, una de ellas se denomina en pali "dosa". No obstante que este término no tiene una traducción directa al español, éste se traduce como enojo, aversión.

Puede parecer increíble pero a partir de estas tres raíces insanas se generan innumerables trastornos mentales. El Buddha dice que la mente tiene más variedades que los seres en el mundo animal. "Por lo tanto, bhikkhus, uno debería reflexionar acerca de su propia mente de la siguiente manera: 'por mucho tiempo esta mente se ha contaminado con el deseo, el odio y la ignorancia'. Son las impurezas mentales las que contaminan a los seres y la purificación de la mente es lo que purifica a los seres. Bhikkhus, yo no veo ninguna clase de seres más diversificada que el mundo animal. Bhikkhus, la extraordinaria diversidad del mundo animal es debida a las diferentes actividades de la mente. No obstante esto, la mente es aún más diversificada que los seres en el mundo animal."¹⁴

De acuerdo con esta declaración del Buddha, así como hay una extraordinaria variedad de formas y tamaños de seres en el mundo animal, aún más variedades puede tener la mente. Por lo tanto, se podría decir que la gran variedad de trastornos mentales existentes se deben a las diferentes modalidades de la ocurrencia de la mente en los diferentes seres. Hay un sitio en Internet¹⁵ que contiene una lista de todos los tipos de fobias que se conocen y contiene un total de 530 diferentes fobias y va siendo actualizado regularmente con las nuevas fobias que se van detectando.

Tomemos el caso de las fobias y analicémoslo de acuerdo a la perspectiva budhista. Las fobias son trastornos mentales donde el individuo experimenta un miedo intenso y persistente hacia un objeto, situación o actividad específica. En este caso, la raíz insana "dosa", enojo-aversión, es predominante ya que dentro de la misma se incluye el miedo. ¿Por qué una cierta persona experimenta un miedo intenso hacia un determinado objeto? Creo que esto está fuera del tema de esta plática. Pero esto tiene que ver con lo que se mencionó acerca de las extraordinaria diversidad de la mente y las experiencias de cada individuo.

¹³ *Compendio del Abhidhamma. El Abhidhammattha Sarigaha* de Anuruddha capítulo 8 §30. "Todas estas diferentes cosas, si bien no existen en un sentido último, son objetos de la conciencia como sombras de las realidades últimas".

¹⁴ Saṃyutta Nikāya ii 123-4. "Nāhaṃ, bhikkhave, aññaṃ ekanikāyam pi samanupassāmi evaṃ cittaṃ yatha-y-idaṃ, bhikkhave, tiracchānagatā pāṇā, te pi kho, bhikkhave, tiracchānagatā pāṇā citten' eva cittitā, tehi pi kho, bhikkhave, tiracchānagatehi pāṇehi cittañ ñeva cittataraṃ."

¹⁵ <http://www.phobialist.com/>

Tomemos el caso del trastorno denominado depresión. La depresión se clasifica como un trastorno de la afectividad debido a que están involucrados los estados de ánimo; aquí predominan estados mentales como la tristeza, el sentimiento de culpa, remordimiento, la desesperanza y la sensación de inutilidad personal, etc. Nuevamente en este caso, la raíz predominante es "dosa", enojo-aversión; la tristeza, la culpa y el remordimiento son parte de esta raíz. ¿Por qué surgen estos estados en un cierto individuo? Se dice que puede haber causas orgánicas y genéticas.

En el plano humano siempre la mente y la materia están relacionadas entre sí. Se dice que la mente no puede existir sin la materia. Se da el ejemplo del ciego y el paralítico. La mente no puede ir a ningún lado sin la materia. Hay una íntima conexión no obstante que son entidades, realidades diferentes. Modificaciones en la materia afectan la mente. Por ejemplo, cuando uno va a tener una operación le dan ciertas drogas y producen que uno entre en un estado de conciencia donde no experimenta ninguna sensación; de esta manera a uno lo pueden operar sin que sienta ningún dolor. Lo mismo ocurre cuando las personas consumen alcohol o drogas, este tipo de sustancias producen modificaciones en la mente; el Buddha dice que el consumo de alcohol, drogas e intoxicantes conduce a la inatención y negligencia.¹⁶ Modificaciones en la materia pueden también condicionar o predisponer al individuo a tener ciertas experiencias, cierta presentación de objetos. No obstante esto, se dice que es responsabilidad individual el hacer surgir estados mentales sanos o insanos con relación a este tipo de objetos o experiencias.

Diferencias importantes entre la enfermedad física y mental

Debido a que cualquiera de los trastornos mentales, de acuerdo a como éstos son definidos por la psiquiatría moderna, implican la manifestación y ocurrencia de estas raíces insanas en un cierto modo, se podría afirmar que en todos los casos es responsabilidad del individuo el que estos estados mentales insanos surjan.

De acuerdo con el Abhidhamma, cada vez que un individuo en su continuidad mental hace surgir un estado mental insano, él o ella es responsable de esta acción. Esto significa que este individuo tiene la posibilidad de elegir en ese momento entre tener una mente sana o insana.

¹⁶ Khuddakapāṭhapaṭi 2. El compuesto pali "surāmerayamajjapamādaṭṭhāna" significa oportunidad de negligencia por el intoxicantes fermentados y destilados.

Ésta es una diferencia importante entre la enfermedad mental y física. Mientras la enfermedad física puede tener diversas causas, nunca es como la enfermedad mental en el sentido que ésta es generadora de causas. La enfermedad física puede ser producida por el resultado de nuestras acciones insanas pasadas. También ésta puede ser producida por un desequilibrio en las propiedades materiales del individuo. Pero la enfermedad mental es siempre nuestra responsabilidad individual y generadora de causas.

En el Mahāniddeśa-pāḷi¹⁷ hay una lista de las diferentes causas de las enfermedades físicas: (1) causada por la bilis (pittasamuṭṭhāna), (2) causada por la flema (semhasamuṭṭhāna), (3) causada por el aire (vātasamuṭṭhāna), (4) como resultado del conflicto entre los humores¹⁸ (sannipātikā), (5) originada por el cambio de las estaciones (utupariṇāmaja), (6) originada por falta de cuidado del cuerpo (visamaparihāraja),¹⁹ (7) ataques externos (opakkamika) y (8) originada por el resultado del kamma (kammavipākaja). En el Girimānanda²⁰ Sutta, las causas mencionadas de las enfermedades físicas son objeto de reflexión para percibir los peligros del cuerpo.

Por ejemplo, cuando uno tiene un dolor físico determinado, se dice que este dolor es resultante. Esto significa que la aparición y manifestación de este dolor en nuestro cuerpo es el resultado de causas pasadas anteriores. Hay aquí un elemento determinista. La conjunción de condiciones hace que este dolor se manifieste.

Cuando uno siente tristeza o miedo, no obstante que hay condiciones en la forma de objetos o circunstancias determinadas, se dice que uno mismo está haciendo surgir estos estados mentales insanos.

Se puede poner el ejemplo del dolor físico para ilustrar esto en más detalle. La manifestación del dolor físico es el resultado de condiciones. Cuando estas condiciones están presentes, se manifiesta el dolor. Ahora, la manifestación del dolor, un objeto de naturaleza desagradable, es una condición para que uno haga surgir aversión hacia él mismo. Pero no obstante que el dolor es una condición para que uno haga surgir aversión, es posible evitar el surgimiento de la aversión. El surgimiento o no de la aversión es parte de nuestro dominio, es parte de nuestra responsabilidad individual. Aquí nosotros podemos escoger entre aversión o no-aversión.

¹⁷ Mahāniddeśapāḷi 10, 13-14, 281.

¹⁸ Cualquiera de los líquidos del cuerpo como la sangre, linfa, bilis, etc.

¹⁹ Aṅguttara-tīkā iii 333.

²⁰ Aṅguttara Nikāya iii 343.

En el Salla Sutta, el Discurso de la Flecha,²¹ se dice que si el individuo que experimenta una sensación de dolor se lamenta, sufre, etc., este individuo está experimentando dos tipos de sensaciones, una sensación física y una sensación mental. Y es como si hubiera sido herido con una flecha y después con otra. Por lo que este individuo está experimentando dos sensaciones desagradables.

En este discurso se hace referencia al dolor físico, a la sensación de dolor, porque de acuerdo con el Abhidhamma, la sensación de dolor siempre es resultante. Esto significa que es el resultado del kamma pasado; está determinada por el kamma pasado. El dolor físico que es el resultado del kamma puede estar seguido o no por dolor mental, por sensación desagradable.

En el caso de trastornos mentales como la depresión o fobias, existen condiciones físicas, mentales o de otro tipo que predisponen al individuo a hacer surgir estados mentales insanos. No obstante que existen condiciones y en algunos casos una fuerte predisposición, es posible evitar el surgimiento de estos estados insanos como la tristeza, culpa, miedo, etc., por medio del esfuerzo y la atención.

Responsabilidad individual

Hay un discurso en el Āṅguttara Nikāya donde el Buddha dice que hay cuatro tipos de individuos en el mundo.²² Hay un individuo que va de la oscuridad a la oscuridad; un individuo que va de la oscuridad a la luz; un individuo que va de la luz a la oscuridad; y un individuo que va de la luz a la luz.

La ejemplificación del individuo en la oscuridad se refiere a alguien que tiene condiciones materiales desfavorables, las cuales podrían influir en su comportamiento; ahora, si este individuo se abstiene de realizar acciones incorrectas con el cuerpo, lenguaje y mente, se dice que este individuo va de la oscuridad a la luz. No obstante que el ejemplo de este discurso es para aquellos en circunstancias materiales desfavorables tales como la pobreza, podríamos extender el alcance del mismo a aquellas personas que tienen experiencias desagradables, desfavorables, infortunios, aun cuando estén en buenas circunstancias materiales. Esto incluiría el caso de personas con trastornos mentales. Hay otro discurso que habla de los diferentes tipos de acciones volitivas.²³ Debido a las acciones volitivas pasadas uno entra en contacto con diferentes tipos de experiencias. Cuando las acciones volitivas son mixtas, como en el caso de los seres humanos, ciertos tipos de devas y seres en los planos inferiores, las experiencias de los seres son mixtas, es decir, las mismas pueden ser a veces agradables y otras veces desagradables.

²¹ Saṃyutta Nikāya ii 409.

²² Tamotama Sutta, Āṅguttara Nikāya i 396.

²³ Vitthāra Sutta, Āṅguttara Nikāya i 553. Hay cuatro tipos de acciones volitivas: (1) oscuras con resultados oscuros, (2) claras con resultados claros, (3) oscuras y claras con resultados oscuros y claros y (4) ni oscuras ni claras con resultados ni oscuros ni claros.

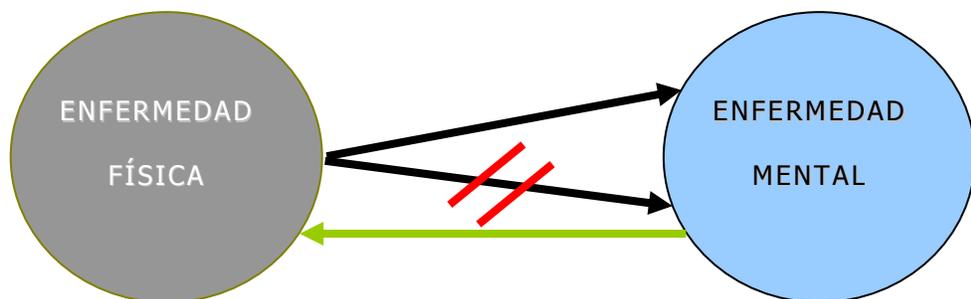
Las situaciones desfavorables, tanto físicas como mentales, podrían ser un fuerte condicionante de nuestras acciones físicas, verbales y mentales presentes. No obstante esto, de acuerdo con las enseñanzas del Buddha, existe responsabilidad individual de nuestras acciones presentes.

Lo importante que un individuo que padece de algún trastorno mental debería comprender es que esos estados mentales que experimenta y que caracterizan su padecimiento son algo que está siendo generado en el momento presente por él mismo. Y que éste es un caso diferente que el de una enfermedad física en donde el padecimiento no es algo que está siendo generado por él mismo en el momento presente.

La gente, en general, se siente atemorizada de los padecimientos físicos, especialmente cuando éstos son serios porque su propia vida podría estar en peligro, mientras que podría considerar a los padecimientos mentales no tan amenazantes. Pero si bien nadie desea para sí mismo ni para los demás padecimientos físicos de ningún tipo, éstos generalmente son el resultado de acciones volitivas pasadas, son la maduración de acciones volitivas pasadas. Diferente es el caso de los padecimientos mentales porque éstos son acciones volitivas presentes que generarán resultados negativos. Por esto, uno debería considerar a los padecimientos mentales con la misma o incluso mayor seriedad que los padecimientos físicos.

Relación entre la enfermedad física y mental

Existe una relación entre la enfermedad física y la enfermedad mental y también una relación entre la enfermedad mental y la enfermedad física.



A partir de la enfermedad física hay dos posibilidades. Las mismas están expuestas en el gráfico. Es posible pasar de la enfermedad física a la enfermedad mental. En este caso, el padecimiento físico es una

condición para el surgimiento de mentes insanas. El otro caso es cuando no obstante hay un padecimiento físico como condición, no hay surgimiento de mentes insanas. De acuerdo con las enseñanzas del Buddha, ésta es la actitud deseable que los seres deberían cultivar.

Hay solamente una relación entre el padecimiento mental y el padecimiento físico. Si hay padecimiento mental, las raíces mentales insanas asociadas con él mismo producen propiedades materiales nocivas en el momento del surgimiento de las mismas. Por lo que se podría decir que los padecimientos mentales en general afectan el cuerpo físico y eventualmente pueden generar o contribuir a la manifestación de los padecimientos físicos.

Conclusión

Hasta aquí hemos estudiado el concepto de la salud y la enfermedad en el buddhismo. Primero vimos que la enfermedad es parte de la Primera Noble Verdad; es parte de la Noble Verdad del Sufrimiento. Con respecto a la enfermedad física no hay garantía. Nadie puede garantizar o proteger a los seres de la misma.²⁴ La enfermedad física es inseparable de la existencia; es la naturaleza del cuerpo enfermarse y envejecer. No obstante que la naturaleza del cuerpo es enfermarse, vimos que el Buddha dice que la salud es la mejor ganancia. La felicidad, en el sentido mundano, es inseparable de la salud.

Después vimos que se distinguen dos tipos de enfermedad, enfermedad física y mental. Si bien el concepto de enfermedad física de acuerdo con el buddhismo podría ser similar al concepto moderno de la medicina, el concepto de enfermedad mental difiere. Esto se debe a que en el buddhismo se reconocen dos niveles de realidad y la definición de enfermedad mental se ajusta a lo que se denomina la realidad última mientras que de acuerdo con la psiquiatría moderna esa definición corresponde a lo que se denomina la realidad convencional, es decir, los conceptos.

También se trataron las diferencias entre la enfermedad física y mental. Importantes diferencias desde la perspectiva ética, espiritual. Mientras que generalmente el dolor asociado con la enfermedad física es algo determinado, el resultado de acciones volitivas pasadas, la enfermedad mental, tal como se entiende en el buddhismo, son acciones volitivas presentes generadoras de resultados nocivos. El dolor asociado

²⁴ Hay cuatro cosas con respecto a las cuales ninguna persona en el mundo puede dar una garantía, ni el asceta (samaṇa), ni el brahmán, ni el deva, ni Māra, ni nadie en el mundo. Éstas son las siguientes: (i) que lo que es propenso a deteriorarse no se deteriore; (ii) que lo que es propenso a la enfermedad no se enferme; (iii) que lo que es propenso a morir no se muera; y (iv) que no haya ningún efecto resultante de las malas acciones realizadas previamente. Pāṭibhoga Sutta, Aṅguttara Nikāya i 491.

con la enfermedad mental, al ser un efecto, tiene la función de cancelar las causas que dieron su origen. Mientras que las raíces mentales insanas del apego-deseo (lobha), enojo-aversión (dosa) e ignorancia (moha) son causas generadoras que el individuo podría evitar por medio del recto esfuerzo y la recta atención. Esto no está haciendo otra cosa que resaltar la importancia que los seres deberían darle a la enfermedad mental. Quizá tanta o más importancia que a la enfermedad física.

Quedarían por tratar los diferentes métodos, de acuerdo con el buddhismo, para tratar la enfermedad mental. Pero esto será el tema de otras pláticas.



* Plática impartida por Bhikkhu Nandisena en la escuela Montessori del Pedregal, Ciudad de México, sábado 22 de noviembre 2002. Este material puede ser reproducido para uso personal, puede ser distribuido sólo en forma gratuita. ©CMBT 2004. Última revisión jueves, 22 de enero de 2004. Fondo Dhamma Dana.
