



Comparta este documento si lo desea, pero hágalo siempre de forma GRATUITA.

ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL BUDISMO -
Venerable Walpola Rahula *

Traducido al español por Alejandro Córdova
Revisado por Ronald Martínez Lahoz y Virginia Etienne

El año de 1956 marca los dos mil quinientos años del *Parinirvāna* del Buda y de acuerdo con una antigua tradición sostenida por millones de budistas conduciría a un período en que el *Dhamma*, el mensaje del Buda, se extendería a través del mundo, los gobiernos poco a poco se inclinarán hacia la justicia, y habría una incremento de la paz y la felicidad.

La profecía anterior puede que no sea más que una esperanza milenarista. Sin embargo, el budismo tiene un mensaje muy importante para el mundo moderno. No es una fe en un dios imaginario o alguna deidad ante quien toda responsabilidad es entregada. Es fe en el ser humano. El budismo da completa responsabilidad y dignidad al ser humano, y lo hace su propio maestro.

El budismo es absolutamente humano. Entre todos los grandes maestros religiosos, Buda ha sido el único que no declara ser otra cosa que un ser humano. No reclamó ser un mensajero divino, y atribuyó su realización y logros al esfuerzo y la inteligencia humana.

Buda exhortaba a sus discípulos a ser refugio para sí mismos, y no buscar ayuda o refugio en algún otro lado. Enseñó, estimuló y alentó para que cada persona se desarrollara totalmente y trabajara su propia emancipación, pues a través de su propia inteligencia y esfuerzo, el ser humano posee el poder de liberarse a sí mismo de toda servidumbre. Buda dijo: "Ustedes deberán hacer el esfuerzo por sí mismos, pues los *Tathagatas* sólo señalan el camino."

Sería más apropiado en esta importante conmemoración (*jayanti*) de Buda, cuando se celebran dos mil quinientos años del *Parinirvāna* del Maestro, discutir algunas de sus enseñanzas esenciales, las cuales son unánimemente aceptadas por cientos de millones de sus seguidores en el mundo, en lugar de vagas generalizaciones. Debemos recordar, en primer lugar, que las enseñanzas de Buda constituyen una forma de vida que debe ser practicada y experimentada en la vida diaria, en nuestra vida social y política, aquí y ahora. Son un vasto y completo sistema de enseñanzas ético filosóficas y psicológicas basadas en un método altamente analítico y científico, el cual se dirige a los aspectos profundos de la vida humana. Son un camino que conduce, gradualmente, al ser humano a través de su propia disciplina y

desarrollo moral, intelectual y espiritual, a la más alta comprensión de la verdad absoluta, la realización del *Nirvana*.

Es difícil explicar este enorme sistema en unas pocas palabras. Pero si tomamos las Cuatro Nobles Verdades (*cattàri ariyasaccàni*), a saber: *dukkha*; *samudaya*, el surgimiento u origen de *dukkha*; *Nirodha*, la cesación de *dukkha*; y *magga*, el camino que conduce a la cesación de *dukkha*, podemos, entonces, discutir brevemente todas las enseñanzas fundamentales del budismo.

La primera verdad *dukkha-ariyasacca*, es traducida por casi todos los estudiosos como la Noble Verdad del Sufrimiento, y se interpreta en el sentido de que la vida, de acuerdo con el budismo, es sólo sufrimiento y dolor. Ambas, traducción e interpretación, son insatisfactorias y erróneas. Debido a esto, mucha gente ha considerado al budismo pesimista. El budismo no es ni pesimista ni optimista, sino que tiene una visión realista de la vida y del mundo, y ve las cosas objetivamente. Dice con exactitud y objetividad (*yatthàbhūtam*) lo que uno es, lo que es el mundo, y muestra el recto camino hacia la perfecta libertad, paz, tranquilidad y felicidad.

Un médico puede exagerar la gravedad de una enfermedad y con ello eliminar también la esperanza. Otro, por ignorancia, puede declarar que no existe enfermedad y que no es necesario un tratamiento, y de esta manera engañar al paciente con un falso consuelo. Uno puede considerar al primero pesimista y al segundo optimista. Ambas son actitudes erróneas. Pero un tercer médico diagnostica los síntomas correctamente, comprende la causa y la naturaleza de la enfermedad, ve con claridad que debe ser curada y con firmeza aplica el tratamiento que salva al paciente. El Buda es como este médico. Es el médico, científico y sabio que se requiere para curar la enfermedad del mundo.

Es cierto que la palabra **Pāli dukkha** (**sánscrito dukkha**) significa comúnmente 'sufrimiento', 'dolor' o 'miseria' en oposición a la palabra *sukha* que significa 'felicidad', 'bienestar' o 'tranquilidad'. Sin embargo, como Primera Noble Verdad, el concepto *dukkha* tiene un significado filosófico y un sentido mucho más amplio. El concepto *dukkha* en la Primera Noble Verdad incluye el significado ordinario de 'sufrimiento', pero también incluye ideas profundas como 'imperfección', 'impermanencia', 'vacuidad', 'insubstancialidad' y 'conflicto'. Es difícil, por lo tanto, encontrar una palabra que abarque toda la idea del concepto *dukkha* de la Primera Noble Verdad, así que es mejor dejarla sin traducir en vez de dar una idea errónea al traducirla como sufrimiento y dolor.

El budismo no rechaza la felicidad en la vida. Por el contrario, admite diferentes formas de felicidad, materiales y espirituales, tanto para laicos como para monjes. Pero, todas ellas están incluidas en *dukkha*. Están incluidos en *dukkha* aun los estados espirituales más puros de *dhyana* (*recueillement* o absorción) que se obtienen en la práctica más elevada de

meditación y se encuentran libres de cualquier sombra de sufrimiento, en el sentido común de la palabra, por lo que pueden ser descritos como mera felicidad; así como también el estado de *dhyana* que está libre de sensaciones, tanto placenteras (*sukha*) como desagradables (*dukkha*), y que es pura ecuanimidad y conciencia, - aun estos elevados estados espirituales están incluidos en *dukkha*. No porque ellos sean sufrimiento o dolor, sino porque ellos también son condicionados (*saækhàra*), sujetos a cambio, impermanentes e insubstanciales.

La idea de *dukkha* puede verse desde tres aspectos: *dukkha* como sufrimiento ordinario o común (*dukkha-dukkha*); *dukkha* como cambio (*viparinàma-dukkha*); y *dukkha* como estados condicionados (*saækhàra-dukkha*) (Visuddhimagga (PTS), p. 499; Abhidharma-samuccaya, pp.36, 38 (ed. Pradhan, Santiniketan, 1950).

Están incluidos en *dukkha* como sufrimiento ordinario (*dukkha-dukkha*) todo tipo de sufrimiento en la vida como el nacer, envejecer, enfermarse, morir, asociarse a condiciones desagradables, separarse de nuestros seres queridos y situaciones agradables, no conseguir lo que se desea, pena, lamento, intranquilidad y todo tipo de sufrimiento físico y mental universalmente aceptado como sufrimiento o dolor.

Un sentimiento de felicidad o una condición feliz en nuestra vida no es ni permanente ni eterna. Tarde o temprano cambiará, y cuando esto sucede, se produce un sentimiento y condición de infelicidad. Esta vicisitud se incluye en *dukkha* como cambio (*viparinàma-dukkha*)

El aspecto filosófico más importante de la Primera Noble Verdad se encuentra en la tercera forma de *dukkha* como estado condicionado (*saækhàra-dukkha*). Ésta requiere una explicación analítica de lo que es un 'ser', 'individuo', o 'yo'. De acuerdo a la filosofía budista un 'ser', 'individuo', o 'yo' es sólo una combinación de energías físicas y mentales en constante cambio las cuales pueden dividirse en cinco agregados (*pañcakkhandha*). Buda afirma: "En resumen, estos cinco agregados del apego o adherencia son *dukkha* (*saækhittena pañcupàdànakkhandhà dukkha*). Es importante aclarar que *dukkha* y los cinco agregados no son dos cosas diferentes; los cinco agregados en sí mismos son *dukkha*. Esto se comprende mejor si tenemos una idea más clara acerca de los cinco agregados.

El primer agregado es el de la materia (*rùpakkhanddha*). En este concepto se incluyen los cuatro tradicionales grandes elementos (*cattàri mahàbhütàni*), es decir los elementos de solidez, fluidez, calor y movilidad, así como sus derivados (*upàdàya-rùpa*). En el concepto de los 'derivados de los cuatro elementos' se incluyen los cinco órganos sensoriales materiales, es decir, las facultades del ojo, oído, nariz, lengua y cuerpo y sus objetos correspondientes en el mundo externo como la forma visible, sonido, olor, tacto e incluso algunos pensamientos o ideas, que son objetos de la

mente. Así que todos los aspectos de la materia, interna y externa, están incluidos en el agregado de la materia.

El segundo agregado es el de las sensaciones (*vedanàkkhandha*). En este grupo se incluyen todas las sensaciones agradables y desagradables, o las que no son ni agradables ni desagradables, y que se experimentan a través del contacto de los órganos sensoriales con el mundo externo. Estas son las sensaciones experimentadas a través del contacto del ojo con el objeto visible, el oído con los sonidos, la nariz con los olores, la lengua con el gusto, el cuerpo con los objetos tangibles y la mente (que es la sexta facultad en la filosofía budista) con los objetos mentales, pensamientos o ideas. Se incluyen en este grupo todas las sensaciones físicas y mentales.

El tercer agregado es el de la percepción (*saññàkkhandha*). Las percepciones, al igual que las sensaciones, también se producen a través del contacto de las facultades con el mundo externo.

El cuarto agregado es el de las formaciones mentales (*saækhàrakkhandha*). En este grupo se incluyen todas las actividades mentales volitivas, tanto buenas como malas, que producen efectos kármicos, tales como atención (*manasikàra*), voluntad (*chanda*), determinación (*adhimokkha*), confianza (*saddhà*), concentración (*samàdhi*), inteligencia o sabiduría (*Pañña*), energía (*viriyà*), deseo (*ràga*), repugnancia u odio (*patigha*), ignorancia (*avijjà*), vanidad (*màna*), idea de un yo (*sakkàya-diãhi*), etc. Existen cincuenta y dos de tales actividades mentales que constituyen el agregado de formaciones mentales.

El quinto agregado de la conciencia (*viññàãakkhandha*) es una reacción o respuesta que tiene como base una de las seis facultades (ojo, oído, nariz, lengua, cuerpo y mente) y como objeto un fenómeno externo. La conciencia visual, por ejemplo, tiene al ojo como su base y una forma visible como su objeto. De la misma manera acontece con la conciencia conectada con otras facultades.

Hemos visto, en forma resumida, los cinco agregados. Lo que denominamos un 'ser', 'individuo' o un 'yo', es sólo un nombre o una etiqueta que se da a esa combinación de cinco grupos. Todos ellos son impermanentes y constituyen un flujo momentáneo que surge y cesa. Un fenómeno desaparece y condiciona la aparición del siguiente en una serie interminable de causa y efecto. No hay substancialidad ni nada detrás de los mismos que pueda considerarse un ser (*àtma*) permanente, individualidad o algún ente que pueda ser llamado 'yo'. Todos están de acuerdo en que ni la materia, sensación, percepción, alguna actividad mental, y la conciencia pueden realmente ser consideradas como un 'yo'. Pero obtenemos la idea de que existe un 'yo' cuando estos cinco agregados físicos y mentales, que son interdependientes, trabajan juntos y en combinación como un mecanismo psico-fisiológico. Pero esto es sólo una falsa idea mental, que no es sino una de las cincuenta y dos funciones mentales del cuarto

agregado que expuse con anterioridad. Esto es lo que constituye la idea de ser (*sakkàya-diââhi*).

El conjunto de estos cinco agregados, que comúnmente llamamos un ser, son en sí mismos *dukkha* (*saækhàradukkhà*). No existe ningún ser o 'yo' detrás de estos cinco agregados que experimente *dukkha*. No hay un autor inmóvil detrás del movimiento. Sólo existe el movimiento. En otras palabras, no existe pensador detrás del pensamiento. El pensamiento en sí es el pensador. Si se quita el pensamiento no hay pensador. No podemos evitar observar cómo el punto de vista budista es diametralmente opuesto a la idea del *cogito cartesiano*.*

Lo anterior constituye la Noble Verdad de *dukkha*. Ésta no hace, en absoluto, la vida de un budista melancólica y sufrida como imaginan erróneamente algunas personas. Por el contrario, el verdadero budista es feliz y no sufre de miedo o angustia. Siempre está tranquilo y no se perturba o desalienta por cambios y desgracias, pues acepta las cosas tal como son. Buda nunca fue melancólico o sombrío, y sus contemporáneos siempre lo describieron como un hombre 'siempre sonriente' (*mihitapubbaægama*). Buda siempre es representado, en las pinturas y esculturas, con una faz feliz y serena, sin ningún rasgo de agonía o sufrimiento.

El *Theragàthà* y *Therigàthà*, dos antiguos textos budistas, están llenos de felices y alegres expresiones de los discípulos de Buda, hombres y mujeres, que encontraron paz y felicidad en sus enseñanzas. El rey de *Kosala* comentó a Buda, en cierta ocasión, que a diferencia de muchos discípulos de otras religiones, cuya apariencia generalmente era demacrada, burda, pálida, emaciada y poco atractiva, los discípulos de Buda lucían 'gozosos', 'regocijados' (*haââhapahaââha*), jubilosos (*udaggudagga*), disfrutaban la vida religiosa (*abhiratarüpa*), satisfechos (*piätindriya*), libres de ansiedad (*appossukka*), serenos (*pannaloma*), pacíficos (*paradavutta*) y vivían con mente de gacelas (*migabhütena cetasà*), es decir, sin conflictos ni preocupaciones. El rey añadió que él consideraba que esta sana disposición se debía al hecho de que "estos venerables, ciertamente, habían comprendido el sentido completo y lo magnífico de las enseñanzas del Afortunado, etc." (*Majjhima-Nikàya* II (PTS), p. 121) El budismo es, verdaderamente, opuesto a actitudes mentales melancólicas, tristes y sombrías las cuales son consideradas obstáculos para la comprensión de la Verdad. Por otra parte, es interesante recordar que el gozo (*piti*) es una de las siete cualidades esenciales (*bojjhaægasa*) que deben cultivarse para la realización de *Nibbana*.

La Segunda Noble Verdad es el origen y surgimiento de *dukkha* (*dukkha-samudaya-ariyasacca*). Es apego, aidez y sed de deseos sensoriales (*kàmataähà*), de existencia y continuidad (*bhavataähà*), e incluso de aniquilación (*vibhavataähà*). Esta aidez, esta sed, la cual tiene la falsa idea de un 'yo' como su centro, es una fuerza enorme que impulsa la

totalidad de la existencia. Todos estarían de acuerdo que esta avidez egoísta crea todos los males del mundo, desde los insignificantes problemas personales hasta las guerras mundiales. Pero no es fácil comprender que este deseo, basado en la falsa creencia en un 'yo', es la causa de toda la existencia y la continuidad del ser.

La Tercera Noble Verdad es que hay una cesación de *dukkha* (*dukkhanirodha-ariyasacca*), la cual, generalmente, se conoce como *Nibbana* (sánscrito *Nirvana*). Para eliminar completamente *dukkha*, se tiene que eliminar la raíz de *dukkha*, que es la avidez. Por lo tanto, *Nibbana* también es conocido con el término de 'Extinción del deseo' (*Taähakkhaya*). Algunas veces *Nibbana* es llamado la Verdad Última o Realidad Última. Buda dijo: "Oh *bhikkhus*, *Nibbana* que es la realidad, es la Noble Verdad Última" (Ibid., III, p. 245). En otro lugar él dice: "Oh *bhikkhus*, Yo les enseñaré la Verdad y el camino que conduce a la Verdad" (Samyuttanikàya IV (PTS), p. 369). Aquí Verdad significa *Nibbana*.

¿Qué es, entonces, *Nibbana*? La única respuesta lógica, a esta pregunta muy natural, es que no existen palabras adecuadas y satisfactorias para responder, pues la pobreza del lenguaje humano no permite explicar con precisión la naturaleza real y verdadera de la verdad absoluta o realidad última que es *Nibbana*. Un grupo humano crea un lenguaje para expresar hechos e ideas experimentadas por sus sentidos y mente. No pertenece a esta categoría una experiencia supramundana como la de la Verdad Absoluta. Por lo tanto, no pueden existir palabras para expresar dicha experiencia. Las palabras son símbolos que representan cosas e ideas y dichos símbolos ni siquiera pueden transmitir la verdadera naturaleza de las cosas más comunes. El lenguaje se considera engañoso y erróneo en los asuntos que conciernen la comprensión de la Verdad. Es por ello que el *Laækàvatàra-Sutra* señala que la gente ignorante se atasca en las palabras como un elefante en el fango (*Laækàvatàra-Sutra* (de. Nanjio, Kyoto 1923), p.113). Esta es la razón por la cual en ciertas sectas budistas, como el Zen, encontramos el uso de afirmaciones paradójicas y aun extravagantes cuyo propósito es alejar a la persona del apego a las palabras.

No obstante, no podemos prescindir del uso del lenguaje. Pero si explicamos y expresamos a *Nibbana* en términos positivos podemos aprehender de inmediato una idea asociada con dichos conceptos, que, ciertamente, puede significar lo opuesto. Es por ello que, generalmente, se explica o expresa en términos negativos. Esto puede ser menos arriesgado. Por lo tanto, se usan términos negativos como *taähakkhaya* 'extinción de la avidez o deseo', *Viràgà* 'ausencia de deseo', *Nirodha* 'cesación', *Nibbana* 'apagarse' o 'extinguirse'. Incluso es expresado como 'extinción del deseo, el odio y la ignorancia' (Samyutta-nikàya IV (PTS), p.359).

Refiriéndose a este estado Buda dice: "¡Oh *bhikkhus*, hay un estado de no-nacido, no-producido, incondicionado y no-agregado. Pues si no existiera lo no-nacido, no-producido, incondicionado y no-agregado, no habría escape

para lo nacido, producido, condicionado y agregado. Pero puesto que existe lo no-nacido, no-producido, incondicionado y no-agregado hay liberación para lo nacido, producido, condicionado y agregado" (Udàna, p. 129, Colombo 1929).

"Aquí no tienen lugar los cuatro elementos de solidez, fluidez, calor y movilidad; están completamente destruidas las nociones de largo y ancho, sutil y grosero, bueno y malo, nombre y forma; tampoco se encuentran este mundo ni el otro, ni venir, ir o pararse, ni morir o nacer, u objetos sensuales" (Digha-n I, p. 172, Colombo 1929; Udàna, p. 129, Colombo 1929).

Debido a esta forma negativa de expresar *Nibbana* muchos han concluido erróneamente que significa un aniquilamiento negativo, una reducción a la nada. Un concepto negativo no necesariamente indica un estado negativo. Algunas veces conceptos negativos representan las más altas concepciones y valores positivos. Por ejemplo, la palabra inmortalidad (*Amata*), que también es un sinónimo de *Nibbana*, es negativa pero representa un estado positivo. La palabra pâli o sánscrita para salud *àrogya* es un concepto negativo que literalmente significa 'ausencia de enfermedad'. Pero, ciertamente, *àrogya* 'salud' no denota un estado negativo. La negación de valores negativos no indica un estado negativo. Por el contrario, puede indicar un estado positivo puro que no puede ser expresado en forma adecuada en términos positivos, como es el caso de los conceptos de 'inmortalidad' y '*àrogya*'.

De este tipo o clase son los términos negativos que se usan para indicar el estado de realidad última que es *Nibbana*. Uno de los más conocidos sinónimos para expresar *Nibbana* es 'Libertad' (*mutti*, sánscrito *mukti*). Nadie osaría decir que la libertad es algo negativo. Pero aun la libertad tiene un lado negativo, pues ésta siempre significa liberarse de algo que obstruye, que es malo y negativo. Sin embargo, la libertad no es negativa. Así también es *Nibbana*, liberación absoluta (*vimutti*), libertad de todo mal, avidez, odio e ignorancia; libertad de todas las condiciones de relatividad, tiempo y espacio.

Nibbana está más allá de la lógica y el razonamiento (*atakkàvacara*). Por mucho que, en inútil pasatiempo intelectual, nos enfrasquemos en discusiones altamente especulativas sobre *Nibbana* o la Verdad o Realidad Última, nunca lo comprenderemos de esta manera. Un niño en sus primeros años de escuela no debería batallar discutiendo acerca de la teoría de la relatividad. Pero si continúa estudiando paciente y diligentemente, un día la comprenderá. El *Nibbana* es 'para ser comprendido por los sabios dentro de ellos mismos' (*paccattam veditabbo viññuhi*). **Algún día lo comprenderemos, sin requerir palabras misteriosas, altisonantes o grandiosas, si seguimos el sendero diligentemente, entrenándonos y purificándonos con entusiasmo, y alcanzando el desarrollo espiritual necesario.**

La Cuarta Noble Verdad es el sendero que conduce a la cesación de *dukkha* (*dukkhanirodhagàminipadà-ariyasacca*). Esta también se conoce como el 'Camino medio' (*Majjhimà patipada*), porque evita los dos extremos: uno es la búsqueda de la felicidad a través del afecto y apego a los placeres de los sentidos el cual es bajo, común, sin provecho y es el camino de la gente ordinaria; el otro es la dedicación a la auto-mortificación en sus diferentes formas de ascetismo, la cual es dolorosa, sin valor y sin provecho. Evitando estos dos extremos Buda descubrió el Camino medio, 'el cual da visión, conocimiento y conduce a la tranquilidad, visión penetrante, iluminación, *Nibbana*'. Este Camino medio, generalmente, se considera como el Noble Óctuple Sendero (*Ariya-Atthaägikamagga*), por que se compone de ocho elementos, a saber:

Recto Entendimiento (*sammàdiãhi*);
Recto Pensamiento, (*sammàsãkappa*);
Recto Lenguaje (*sammàvãcã*);
Recta Acción (*sammãkammanta*);
Recto Medios de Vida (*sammãjiva*);
Recto Esfuerzo (*sammàvãyãma*);
Recta Atención (*sammãsatì*);
Recta Concentración (*sammãsamãdhì*).

En lugar de definir estos ocho elementos uno después de otro, será mucho más útil para una comprensión correcta de este camino, si se explican de acuerdo con las tres ideas del entrenamiento y disciplina budista (*tisikkhã*):

Conducta ética (*sila*); disciplina mental (*samãdhi*); y sabiduría (*Pañña*).

Subyace a la conducta ética la amplia concepción de amor y compasión por todos los seres vivos, que sirve de base a la enseñanza de Buda. Es un lamentable y grave error que muchos estudiosos olvidan este gran ideal de la enseñanza de Buda, **y sólo discuten** árida filosofía y metafísica cuando escriben y hablan sobre budismo. Buda ofreció su enseñanza "partiendo de su compasión por el mundo, para el bienestar y felicidad de la mayoría" (*bahujanahitãya bahujanasukhãya lokãnukampãya*).

Para que un ser humano sea perfecto, de acuerdo al budismo, debe desarrollar igualmente dos cualidades: compasión (*karuãã*) y sabiduría (*Pañña*). Aquí compasión significa amor, amabilidad, tolerancia, es decir, nobles cualidades del área afectiva y del corazón, mientras que la sabiduría representa el aspecto intelectual o cualidades del cerebro. Si desarrolla el aspecto emocional sin cuidar el intelectual puede llegar a ser un tonto bien intencionado, mientras que si desarrolla sólo el aspecto intelectual sin cuidar el emocional, puede llegar a ser un intelectual de corazón duro, sin sentimientos hacia los demás. Por lo tanto para ser perfecto debe desarrollar ambos aspectos igualmente bien. Esta es la meta de la forma de vida budista. Por esta razón un buen budista, al mismo tiempo que entiende las

cosas tal como son con inteligencia y sabiduría, está lleno de amor y compasión hacia todos los seres sintientes. De hecho, la compasión y la sabiduría están íntimamente ligadas a la forma budista de vida.

Así que en la idea de conducta ética (*sīla*) basada en el amor y la compasión, tal y como acabamos de explicar, se incluyen tres factores del Noble Óctuple Sendero, es decir: Recto Lenguaje, Recta Acción y Recto Medios de Vida.

Recto Lenguaje significa hablar sólo la verdad y no mentir, decir sólo palabras que promuevan amor, amistad, unidad y armonía entre los individuos y los grupos de personas y no decir cosas que promuevan odio, enemistad, desunión y discordia entre las personas. Debe usar palabras agradables y amables y nunca palabras rudas, descorteses e insultantes que puedan causar dolor. Sólo debe usar palabras útiles, provechosas y significativas y no invertir el tiempo en palabrería vana y frívola.

Recta Acción significa, a la vez, que uno se abstiene de destruir seres vivos, robar y relaciones sexuales incorrectas, y que debe ayudar a otros a llevar una vida recta y feliz.

Recto Medios de Vida significa que uno debe abstenerse del ejercicio de oficios y profesiones que producen daño a otros, tales como el comercio de armas, bebidas intoxicantes, venenos, matar animales, fraudes, etc., y debe vivir de profesiones u oficios que no producen daño. Es muy claro que el budismo está en contra de la guerra, pues rechaza el comercio de armas como un medio de vida malvado e injusto.

Estos tres elementos (Recto Lenguaje, Recta Acción y Recto Medios de Vida) del Noble Óctuple Sendero constituyen la conducta ética sin la cual no es posible desarrollar una vida espiritual superior. Debemos comprender que la conducta moral budista es una vida feliz y armoniosa, tanto individual como socialmente.

Luego sigue la disciplina mental en la cual se incluyen los tres otros factores del Sendero Óctuple: Recto Esfuerzo, Recta Atención y Recta Concentración.

El Recto Esfuerzo es la enérgica voluntad para evitar el mal y los rasgos insanos aún no presentes; para liberarse del mal y rasgos insanos presentes; para producir que surjan rasgos sanos aún no presentes; y para desarrollar, aumentar, y perfeccionar rasgos sanos, los cuales están presentes.

La Recta Atención (o conciencia) es estar conciente y atento al cuerpo (*kāya*), sensaciones (*vedāna*), mente (*citta*), ideas u objetos mentales (*dhamma*). Uno de los ejercicios muy conocidos para el desarrollo mental, conectado al cuerpo, es la práctica de la atención en la respiración (*Ānāpānasati*). Existen otras formas para el desarrollo de la atención relacionadas con el cuerpo. En cuanto a las sensaciones se debe estar muy

consciente de todas las formas de sensaciones que surgen y cesan. En cuanto a la mente se debe estar consciente si hay o no hay lujuria, está llena o no de odio, confundida o no, distraída o concentrada, etc. Esta es la manera de estar consciente de los movimientos de la mente, su surgir y cesar. En cuanto a las ideas y objetos mentales se debe conocer su naturaleza, cómo surgen y cesan, desarrollan, reprimen y destruyen, etc. En el *Satipaâihàna-sutta* se atienden en detalle estas cuatro formas de meditación.

La Recta Concentración que conduce a las cuatro *Dhyanas* (absorción, *recueillements*) es el tercer y último factor de la disciplina mental. En el primer estado de *dhyana*, se descartan las pasiones y los pensamientos impuros, conservándose sensaciones de gozo y felicidad conjuntamente con ciertas actividades mentales. En la segunda *dhyana* se suprimen todas las actividades intelectuales, se desarrolla tranquilidad y una mente concentrada, manteniéndose las sensaciones de gozo y felicidad. En el tercer estado, las sensaciones de gozo también desaparecen mientras que la felicidad aún se conserva, además de atención ecuánime. En la cuarta *dhyana*, son suprimidas todas las sensaciones de felicidad e infelicidad, gozo y dolor, quedando sólo pura ecuanimidad y atención completa.

Así que la mente es entrenada y disciplinada mediante Recto Esfuerzo, Recta Atención y Recta Concentración. Constituyen sabiduría (*Pañña*) los dos restantes factores: Recto Pensamiento y Recto Entendimiento.

El Recto Pensamiento (*sammàsàækappa*) se refiere a pensamientos de renunciación desinteresada o desapego, amor por todos los seres y no-violencia. Observamos que los pensamientos de desapego desinteresado, amor y no-violencia están agrupados en el rubro de sabiduría, lo cual demuestra que la verdadera sabiduría budista está dotada de estas nobles características, y que todo pensamiento de apego egoísta, mala voluntad, odio, y crueldad son producto de la ausencia de sabiduría en todas las esferas de la vida, ya sea individual, social o política.

El Recto Entendimiento es comprender las cosas como son, y las Cuatro Nobles Verdades explican las cosas como realmente son. Por lo tanto, el Recto Entendimiento se reduce, en última instancia, a comprender las Cuatro Nobles Verdades. Este entendimiento es la sabiduría superior que ve la Realidad Última. De acuerdo al budismo existen dos clases de entendimiento. Al que generalmente llamamos entendimiento es el conocimiento, memoria, o comprensión intelectual de acuerdo a cierta información dada. Esto se llama 'conocer condicionadamente o conocer en la forma correspondiente' (*anubodha*). Este no es un conocimiento muy profundo. El entendimiento verdaderamente profundo se conoce como 'penetrante' (*pativedha*). Esta penetración sólo es posible cuando la mente está libre de todas las impurezas y completamente desarrollada mediante la meditación.

ASPECTOS FUNDAMENTALES DEL BUDISMO

Esto es, en forma breve, lo esencial de los fundamentos de la filosofía y forma de vida budista, la base de una gran cultura universal.

* * * * *

Código: FDD 010

Título: Aspectos Fundamentales del Budismo

Autor: Walpola Rahula

Original: Fundamentals of Buddhism-ensayo del libro Zen and Taming of the Bull

Traductor: Alejandro Córdova C.

Fecha: 1996

Fuentes: Times Pali

Reproducción de la traducción española con permiso del Venerable Piyananda (1997)

* * * * *

* Walpola Rahula. Traducción al español por Alejandro Córdova. Revisado por Ronald Martínez-Lahoz y Virginia Etienne. Este material puede ser reproducido para uso personal, puede ser distribuido **sólo en forma gratuita**. Última revisión lunes, 13 de marzo de 2000. Fondo Dhamma Dana. Este documento requiere la fuente Times Pali.
