

EL BUDISMO Y EL MIEDO AL COVID-19

Una charla con

Achan¹ Sujin Borihanwanaket

y

DJ Banchorn Wichiansri

Presentador de “Bebiendo Café junto al Foro”

Estación de Radio de la Universidad Príncipe de Songkla

Campus Hat Yai

Tailandia

21 de marzo, 2563 E.B.²

Sujin Borihanwanaket

Nació el 13 de enero de 1927 en Ubon Ratchathani, Tailandia

Desde 1956 ha sido maestra y conferencista de buddhismo

<https://www.dhammadhome.com/>

Traducido del tailandés por Rodrigo Aldana

¹ **Achan**: maestro; profesor; instructor. Pali: ācariya.

² 2563 E.B. (Era Buddhista) = 2020 E.C. (Era Común).

DJ Banchorn Wichiansri: Achan Sujin, hoy día en Tailandia y alrededor del mundo existe mucha ansiedad y temor con respecto al COVID-19. No sabemos qué está sucediendo ni a dónde nos llevará. Podría ser una enfermedad leve o muy grave y provocar la muerte. Ha habido varios casos de COVID-19 en el sur de Tailandia. A los tailandeses les preocupa exponerse a la enfermedad cuando vienen de otras áreas del país. La delincuencia, los accidentes y las enfermedades son peligros que nos rodean todo el tiempo. Sin embargo, desde la perspectiva budhista, en medio de los temores actuales sobre el COVID-19, ¿cómo debemos considerar lo que está sucediendo?

Achan Sujin Borihanwanaket: Permítame que le pregunte, desde lo más profundo, ¿alguien puede evitar que ocurra el COVID? Tenemos que ponderar cuidadosamente para comprender la raíz de la causa de las cosas, y darnos cuenta de que no tenemos entendimiento alguno de que no hay *alguien* quien pueda *hacer algo*. Lo que surge, surge por condiciones. Parece simple, sin embargo, esta verdad es muy sutil y profunda.

Independientemente que haya peligro o no, debe haber –según sea– el ver, el oír, el oler, el gustar, el tocar o el pensar, que surgen y desaparecen todo el tiempo, ¿no es así? Estas realidades no se pueden evitar. Cuando no podemos controlar incluso estas realidades, ¿cómo podemos entonces controlar el experimentar cualquier tipo de peligro? Podemos ver que cuando existen condiciones para que surjan dichas realidades, surgirán. No hay *un alguien* que las *haga, produzca o controle*. Solo queda entender³ que las cosas no suceden de la forma en que pensamos o queremos que sucedan—si hay causas para que algo suceda de cierta manera, tiene que suceder de esa manera.

El COVID es un claro ejemplo de esa verdad atemporal de las realidades que surgen de manera condicional.⁴ Necesitamos entender que no hay *nadie* que pueda controlar, que un *yo* es algo que no existe. Las cosas solo pueden ser como son; no pueden ser de otra manera.

Cuando ya no pensemos en el COVID pensaremos en otras cosas y la narrativa del COVID quedará relegada como cualquier otra línea de pensamiento, desaparecida y olvidada.

DJ: ¿La forma correcta de proceder es tener miedo a los peligros que nos rodean y luego evitar enfrentarlos?

AS: Ciertamente no hay forma de evitar el peligro. Si es necesario tomar precauciones, entonces deben tomarse, por supuesto. Sin embargo, debemos entender que aun así es posible que no evitemos contraer el virus. El Buddha nos ha mostrado las causas reales –tanto las cercanas como las lejanas– del surgimiento de los fenómenos.

³ Tampoco hay *alguien* quien desarrolle el entendimiento, pero cuando se han dado las condiciones adecuadas, lo que realmente es verdadero puede convertirse en objeto del entendimiento.

⁴ ¿Qué quiere decir “condicional”? Que no surge por voluntad ni por azar.

Sin una comprensión profunda de la causalidad, siempre tendremos miedo. Ahora le tememos a el COVID, pero en el futuro habrá otras enfermedades. Podemos tener miedo de todo porque no sabemos cuál es la causa para que sucedan cosas buenas y malas (kusala y akusala).⁵ ¿Por qué a alguien le sucede algo bueno y alguien más algo malo? ¿Por qué solo a algunos les da el COVID y a otros no?

Siempre habrá miedo mientras haya apego a uno mismo, ¿verdad? Habiendo nacido en este mundo, se tiene miedo de todo. ¿Cuánto miedo? Bueno, eso dependerá...

DJ: Cuando hablo de no ser descuidado, creo que, en general, me refiero a evitar los peligros que enfrentamos, como accidentes, crímenes, enfermedades, desastres naturales, etc.

AS: ¿Los que contrajeron el COVID hicieron algo para tratar de evitar el contagio? Muchos lo hicieron, pero aun así lo contrajeron. Otros no tomaron medidas para evitarlo; algunos de ellos contrajeron el virus mientras que otros no. Las causas cercanas son las que están a la vista. Si no tenemos cuidado y no hacemos nada para evitar el COVID, damos lugar a contraerlo. Sin embargo, también hay causas lejanas. Algunas personas son muy cuidadosas y, aún así, contraen el virus, mientras que otras no lo son en absoluto y no lo contraen. ¿A qué se debe esto?

DJ: He escuchado que incluso aquellos que son muy cautelosos se contagian...

AS: A pesar de tener cuidado, aún podemos enfermarnos si hay condiciones para ello. Si no hay condiciones, pase lo que pase, no nos enfermamos. Nuestras acciones volitivas (kamma)⁶ siempre traen resultados, por lo que siempre hay que “devenir” en algo, de momento a momento, de vida en vida. Pase lo que pase, sea bienestar o dificultad, no va a ser bueno todo el tiempo o ansiedad todo el tiempo. Algunas personas pueden tener dolor físico pero ningún sufrimiento a nivel mental. Otros pueden experimentar mucho dolor emocional y no tener dolor físico. Si no sabemos acerca de la causalidad, no podemos saber qué causas producen buenos resultados y qué causas producen malos resultados.

DJ: Según entiendo parece que no tenemos que hacer nada en absoluto, porque si algo sucede, es porque tiene que suceder. Por lo tanto, no parece que haya necesidad de tratar de evitar algo o ser cauteloso, ¿pero no es esto ser descuidado?

⁵ **Kusala:** bueno, ético, moralmente sano, meritorio; kámmicamente beneficioso (véase “kamma”, nota de pie 6), conducente al bienestar. **Akusala:** malo, no ético, malsano.

⁶ **Kamma:** Acción, obra, hecho; hacer. Forma sánscrita: karma. Significa acciones volitivas (intencionales) de cuerpo, habla o mente, que dan fruto de acuerdo al tipo de acción efectuada. Nótese que kamma significa acción, no el fruto de la acción como cuando la gente dice: “es mi karma”; esto reduce la enseñanza del kamma a mero fatalismo. Kamma (voluntad, volición, intención) es un fenómeno mental y por eso puede ser acumulado. La gente acumula diferentes máculas mentales (kilesas) y diferentes kammass. Las diferentes acumulaciones de kamma son la condición para los diferentes resultados en la (misma u otra) vida. Esta es la ley de kamma y vipāka, de causa y resultado: la causalidad ética. Véase “vipāka”, nota de pie 7.

AS: ¿Ve? Ya está pensando de manera incorrecta. Cuando pensamos desde la ignorancia: “si ese es el caso, entonces no tengo que hacer nada”, no pensamos que: “si soy una buena persona y hago el bien, esto traerá buenos resultados”.

DJ: Así es.

AS: Al observar las causas comunes para contraer el virus solo pensamos en las cosas que podemos hacer para prevenirlo y pasamos por alto las verdaderas causas. Si la causa es kusala, el resultado definitivamente será bueno, y si la causa es akusala, no importa lo que hagamos, el resultado será malo. ¿Por qué algunos nacen sin enfermedad o discapacidad, pero otros nacen con una o ambas? Podemos pensar que vamos a morir de una cosa y acabamos muriendo de otra.

Todos deseamos solo cosas buenas, pero sin saber lo que las genera. Es una verdad eterna que kusala siempre produce buenos resultados y akusala siempre produce malos resultados. Olvidamos esto y pensamos: “en ese caso, no hay nada que hacer”. Ese momento de pensar así definitivamente no es kusala, porque no estamos entendiendo lo que se debe cultivar.

DJ: Entonces, ¿es akusala si pensamos, “no es necesario hacer nada, solo dejar ir...”?

AS: Sí, esta forma de pensar es equivocada. “No hacer nada”, ¿se da cuenta?, el akusala simplemente seguirá y seguirá mientras no haya la comprensión correcta de que dejar las cosas al azar o no hacer nada, no es kusala. Como ahora con el COVID, nos estamos ayudando mutuamente, cuidándonos y tratando de no hacernos daño. En momentos como este, ser generoso y otros actos de kusala, van facilitando las cosas poco a poco. Por otro lado, cuanto más akusala, peor se ponen las cosas. Tendemos a olvidar, o no nos damos cuenta, que el kusala y akusala –a manera de habla y acción– son las verdaderas causas de los buenos y malos resultados. En lugar de esto, pensamos simplemente en protegernos a nosotros mismos, pero ¿esto conduce a la protección contra el akusala?

DJ: ¿Cómo podemos evaluar qué es el kusala? He escuchado que la gente no está de acuerdo sobre qué es el kusala y qué no.

AS: El kusala, para aquellos que no han escuchado las enseñanzas del Buddha, y el kusala, para aquellos que sí las han escuchado, debe ser diferente, ¿verdad?

DJ: Sí, debe de ser diferente.

AS: Necesitamos escuchar las enseñanzas para conocer en profundidad el significado de la causalidad ética. Por ejemplo, ahora mismo se oye un sonido. ¿Es posible evitar oírlo?

DJ: Imposible.

AS: Todo parece ocurrir por sí mismo o por su propia cuenta, pero en realidad no es así en lo más mínimo. Por ejemplo, ahora hay sonidos en el bosque, sonidos lejanos, sonidos en las diferentes habitaciones... pero el sonido que escuchamos solo puede ser el sonido particular que en este momento incide en el sentido auditivo. Solo se escuchará ese sonido, no otro sonido. Esto es muy sutil y, por lo tanto, es extremadamente difícil saber si el sonido escuchado (*vipāka*) es el resultado de la acción de kusala o akusala.⁷ Si pudiéramos dividir el tiempo en pequeños fragmentos momentáneos, encontraríamos que durante el día se alternan continuamente momentos de ver, oír, oler, saborear, tocar y pensar que surgen y se desaparecen muy rápidamente; nada es estático o permanente. Estos diferentes momentos de conciencia pueden surgir solo uno a la vez. Este surgir y cesar sucede con tal rapidez que da la impresión de que está sucediendo todo al mismo tiempo y por esto se vuelve imposible saber qué está surgiendo o qué está cesando.

Justo ahora nos contamos esta narrativa y luego nos contaremos otra. La narrativa de la que acabamos de hablar ha desaparecido por completo. La narrativa del COVID es solo eso, una narrativa. Al estar profundamente dormidos no somos conscientes de nada, no vemos u oímos nada, pero tan pronto como nos despertamos, empezamos a preocuparnos—debido al amor propio. Ya sea que nos preocupemos por nosotros mismos, los demás o cualquier otra cosa. Sin embargo, creo que, si todos entendiéramos lo que es el kusala y realizáramos acciones kusala, no tendríamos miedo de nada.

DJ: Eso quiere decir que el peligro real no es a lo que ahora le tenemos miedo—sólo le tenemos miedo a factores externos, miedo al cambio... ¿verdad?

AS: Sí, todos le temen al COVID, pero no todos se habrán de contagiar. Solo aquellos con las condiciones para contagiarse se contagiarán. De lo contrario, todos lo tendríamos ahora. Independientemente de lo que le ocurra a cada persona, debe haber causas específicas para esa persona. Esto es muy complejo, pero gradualmente podemos ir ponderando y comprendiendo lo que realmente tememos.

Mientras haya nacimiento, habrá miedo. Hemos tenido miedo desde que nacimos. No hay nadie libre de miedo. Los miedos no necesitan ser grandes; pueden ser de cosas simples, como lagartijas y hormigas. Hay miedo porque no entendemos a qué le tememos. ¿Hay algo bueno en tener miedo? ¿No es mejor no tener miedo porque entendemos a qué le tememos?

DJ: ¿A qué tememos realmente? o, mejor dicho, ¿por qué tenemos miedo?

⁷ *Vipāka*: fruto, maduración, producto; siempre con el significado pleno de “resultado, efecto, consecuencia (de nuestra acción)”. Véase “kamma”, nota de pie 6.

AS: De hecho, creo que la razón por la que tenemos se debe a la ignorancia sobre la realidad; ignorancia que en este momento está presente, pero no lo sabemos. Por eso tenemos miedo, aunque el objeto del miedo haya desaparecido.

Si dejáramos de hablar sobre el COVID-19 ahora, ¿seguiría habiendo miedo a pesar de que tal pensamiento ya no esté? Algunos todavía tendrían miedo, pero otros, con otras cosas en que pensar, no pensarían más en el COVID.

Tenemos miedo porque no entendemos que las realidades surgen (y cesan) a cada momento, por lo tanto, tampoco sabemos cómo surgen ni qué causa su surgimiento. ¿Por qué este país, esta persona o esta situación es como es? ¡Todo! No sabemos las causas de cómo surgen los fenómenos.

Puede que se esté preguntando de qué estamos hablando aquí.⁸ Pero, la verdad es algo que nos puede llevar más allá del miedo –si se pondera cuidadosamente– al comprender que, si algo va a suceder, sucederá inevitablemente. Si no va a suceder, no sucederá. No existe un *yo*, un *alguien* que *pueda hacer* que algo suceda. Debe haber causas para que le sucedan ciertas cosas a una persona y otras causas para que le sucedan a otra; todo de acuerdo con los muchos y variados factores que condicionan a cada persona en particular.

DJ: Si el miedo surge nuevamente, no es el mismo miedo que surgió y desapareció antes. El miedo puede surgir y desaparecer una y otra vez. ¿Estoy en lo cierto?

AS: No hay absolutamente nada que (surja y) no cese. Entendemos que “cesar” significa “llegar a su fin”, “llegar a su fin para nunca regresar”. “Desaparecer” significa lo mismo. Lo que ha cesado o desaparecido, no puede ya encontrarse en ninguna parte. Como el sonido que se oyó hace un momento, tan pronto como desaparece, ya no se puede volver a encontrar –se ha perdido por completo– y en cuanto aparece un nuevo sonido, nos olvidamos del anterior. Este nuevo sonido también desaparecerá. Así es como se oculta la verdad, de momento a momento.

DJ: Si ese es el caso, ¿cuál es el verdadero peligro?

AS: Los contaminantes mentales,⁹ la ignorancia. Yo le pregunto a usted: ¿el arahant¹⁰ le tendría miedo a el COVID?

⁸ Antes de la época del Buddha, no se había explicado el Dhamma (la realidad que sucede *ahora mismo*), por lo que los oyentes escucharon lo que nunca antes se había escuchado.

⁹ **Kilesa:** contaminante(mental), impureza, mácula, cualidades insanas; “aquello que ensucia a la mente”. Aquello que aflige, que mancha, de este modo hace a la mente incapaz de ver las cosas claramente (como de verdad son). Los tres principales contaminantes mentales son: la ignorancia, el deseo y la aversión (moha, lobha y dosa).

¹⁰ **Arahant:** aquel que se ha liberado; la persona que ha erradicado los contaminantes mentales (kilesa) por completo y, por lo tanto, alcanzado el nibbāna. Aquello que lleva al acontecer está extirpado: el cordón de la sed/anhelo (tanhā), que es capaz de conducir de nacimiento en nacimiento, está completamente destruido, interrumpido, hecho a

DJ: Por lo que he leído y escuchado, el arahant no tendría miedo.

AS: El arahant es arahant porque ha erradicado los contaminantes mentales. No se conmueve por nada porque sabe que hay causas específicas para cada resultado. Si la causa existe y las condiciones se cumplen para que suceda el resultado, no hay *nadie* que pueda evitar que suceda; ya sea ganancia o pérdida de riqueza, muerte o cualquier otro tipo de calamidad, nadie puede evitar que suceda. Si es hora de que suceda (es decir, si los factores condicionantes están completos), debe suceder.

DJ: ¿De qué manera nos hacen daño estos miedos?

AS: Son peligrosos porque no sabemos que la verdad, incluso ahora mientras hablamos, es muy profunda. Solo podemos conocer la profundidad de la verdad en la medida de nuestro propio entendimiento. En tanto que la comprensión del nivel de quien escucha y pondera la enseñanza se desarrolla, surge el siguiente nivel: el nivel de la comprensión directa de las realidades. La verdad se vuelve más profunda de lo que podríamos haber imaginado anteriormente.¹¹ La profundidad y sutileza del Dhamma (la enseñanza del Buddha) no pueden ser sobrestimada.

El peligro está en tomar las realidades como un *yo* –en ver de forma errónea absolutamente todo lo que surge, tomándolo como si fuera un *sí mismo* o algo *sustancial*. Sin embargo, esta verdad –de que en realidad no existe un *sí mismo*– puede ser entendida como tal.

Todas las cosas –sin excepción– son anattā,¹² no attā.¹³ El elemento de fuego (la temperatura), el elemento de viento (el movimiento), etc.,¹⁴ dependen de condicionantes para suceder. Ya sea que

no continuar. Los contaminantes mentales se erradican y/o se disminuyen paso a paso en cada uno de los cuatro niveles de iluminación: sotapanna (véase nota de pie 34), sakadagami (véase nota de pie 35), anagami (véase nota de pie 36) y arahant.

¹¹ Cuanto más se entiende, más se revela el poco entendimiento que hay, es decir, la mucha ignorancia acumulada.

¹² **Anattā:** impersonalidad, sin-yo, carencia de un sí mismo, sin identidad fundamental; que no se puede controlar. La doctrina de anattā enseña que ni dentro de los fenómenos físicos o mentales de la existencia (nāma-rūpa), ni fuera de éstos, se puede encontrar algo que en el sentido último pueda considerarse como una entidad de ego real, un alma, o alguna otra sustancia perdurable, que exista por sí misma.

*“Existe el sufrimiento, al que sufre no lo hallamos;
Los hechos son, pero no su hacedor;
Nibbāna es, pero no quien a ella entra;
Se ve el sendero, pero no al viajero.”*

¹³ **Attā:** sí mismo, yo, ego, personalidad, es en el buddhismo una mera expresión convencional, que no designa algo que esté realmente existiendo. Sustancia, esencia; alma. Esto se aplica también a los fenómenos materiales, como cuando se considera que una "mesa" tiene una esencia permanente, una "mesitud".

¹⁴ **Los Cuatro Grandes Elementos** (mahā-bhūta-rūpa) tienen que surgir junto con todos y cada uno de los grupos de rupas, sin importar si estos son del cuerpo o de materialidad exterior. Los distintos tipos de rupa de los cuatro Grandes Elementos dependen de estos cuatro rupas y no pueden surgir sin ellos. Están comprendidos por los

experimentemos calor o frío, dulce o salado, apuro o felicidad, si están presentes los condicionantes para que sucedan, sucederán. Si los condicionantes no están, no sucederán.

Por lo tanto, nos podemos dar cuenta de que somos completamente ignorantes del hecho de que todo lo que surge no es de ninguna manera un *sí mismo*. Tan pronto como surge, desaparece, para nunca volver. Desde ahora y hasta que dejemos este mundo, no habrá nada más que el incesante surgir y desaparecer de los dhammas (realidades).¹⁵ Nada se mantiene. Cada instante se ha ido por completo, para siempre. El hecho es que desde el momento en que nacimos no ha habido nunca “una persona”. Cuando morimos no queda nada del momento anterior (el último momento de “la existencia anterior” ha desaparecido en su totalidad). Como está sucediendo ahora mismo, en cada momento (de la existencia presente): toda realidad surge para inmediatamente desaparecer por completo, para nunca regresar.

Ayer no dura hasta hoy.

Justo ahora no dura hasta ahora.

No se puede conocer al Buddha sin entender el significado correcto del *sin-yo*. Escuchar una sola frase no es suficiente. Por ejemplo, la frase “todos los dhammas son anattā” (“sabbe dhammā anattā”) es bien conocida, es una frase que se repite a menudo. Sin embargo, no nos percatamos que *con solo entender esta frase* podemos llegar a la liberación de todo daño.

Todo lo que existe es *sin-yo*. Si las acciones kusala y akusala surgen por causas y condiciones y sus resultados también, ¿dónde está el yo? Si hubiera un yo, es decir, control (sobre las condiciones), no tendríamos que morir; pero absolutamente todos tenemos que morir. Entonces, ¿qué es de ese yo cuando morimos?

DJ: ¿Podemos considerar real lo que existe ahora?

AS: Si no hay surgimiento, ¿puede existir algo?

DJ: No.

AS: Por lo tanto, para que algo exista es necesario que surja, ¿no es así?

DJ: Sí, así es.

siguientes rupas: el elemento de tierra o solidez, el elemento de agua o cohesión, el elemento de fuego o temperatura y el elemento de viento o movimiento.

¹⁵ Los **dhammas** (realidades) tienen características que se pueden conocer directamente, a diferencia de los conceptos en los que solo se puede pensar. Se dividen en aquellas realidades que pueden experimentar algo (nāma: lo mental) y aquellas realidades que no pueden experimentar nada (rūpa: lo material).

AS: Tan pronto como nacemos, también nace, al mismo tiempo, el apego que asume como un *yo* a aquello que ha nacido. El primer momento de la vida¹⁶ surge y luego tiene que desaparecer. Una vez que, sin que nos demos cuenta, ese primer momento de consciencia ha desaparecido, ¿dónde está?

DJ: ¿Ese momento de consciencia (*citta*)¹⁷ no es el mismo que el ahora presente?

AS: No es para nada el mismo. Una *citta* es algo extremadamente corto. También conocido como “momento de consciencia”, *citta* es una realidad que surge, sabe o conoce (hace consciencia de) el objeto que aparece y que luego desaparece inmediatamente para dar lugar al surgimiento de la próxima *citta*, siguiéndose así una a la otra sucesivamente. Por ejemplo, el ver, es decir, la *citta* que hace consciencia del objeto visible, surge para luego desaparecer de inmediato.

El Buddha tuvo que desarrollar las perfecciones¹⁸ durante mucho tiempo antes de realizar las Nobles Verdades.¹⁹ También explicó que *saṅkhāra-dhamma* son las realidades que están condicionadas y, por lo tanto, deben surgir para luego desaparecer:

"Todas las realidades condicionadas (*saṅkhāra-dhammas*) son impermanentes,
todas las realidades condicionadas son *dukkha*²⁰
y todas las realidades (*dhammas*) son *anattā*".

No hay excepciones con respecto a *anattā* (sin-*yo*). Todo lo que existe (tanto lo condicionado como lo no condicionado) es sin-*yo*.

¹⁶ **Paṭisandhi-citta:** “el primer momento de vida” o primer momento de consciencia; nacimiento o consciencia conectante de renacimiento.

¹⁷ **Citta:** consciencia, la realidad que sabe o experimenta un objeto. *Citta* se define de tres maneras: como agente, como instrumento y como actividad. Como agente, *citta* es aquello que hace la cognición de un objeto. Como instrumento, es aquello por medio del cual los factores mentales acompañantes (*cetasikas*) hacen cognición del objeto. Como actividad, es el proceso de conocer el objeto. La tercera definición, en términos de mera actividad, se considera la más adecuada: a saber, *citta* es fundamentalmente una actividad o proceso de cognición de un objeto. No es un agente o instrumento poseedor de un ser real en sí mismo aparte de la actividad de cognición. Las definiciones en términos de agente o instrumento son propuestas para refutar la noción equivocada de aquellos que mantienen que un “yo” o ego permanente es el agente o instrumento de la cognición. No es un *ser* el que realiza el acto de cognición, sino la *citta* (o momento de consciencia). La *citta* no es otra cosa que el acto de cognición y ese acto es necesariamente impermanente, marcado por el surgir y cesar. Cada *citta* debe tener su objeto de conocimiento o cognición. La *citta* que ve (consciencia de ver) tiene lo visible como su objeto, etc. No existe ninguna *citta* sin un objeto. *Manual completo de Abhidhamma: El Abhidhammattha Sangaha, por Bhikkhu Bodhi.*

¹⁸ **Pāramī:** perfección. Diez cualidades que conducen a la Budeidad: (1) perfección de dar, (2) moralidad, (3) renunciación, (4) sabiduría, (5) energía, (6) paciencia o tolerancia, (7) veracidad, (8) resolución, (9) bondad amorosa, (10) ecuanimidad. Estas cualidades fueron desarrolladas y llevadas a la madurez por el Bodhisatta (véase nota de pie 37) en sus existencias pasadas.

¹⁹ **Las Cuatro Nobles Verdades** (*ariya-sacca*) son: el sufrimiento, el origen del sufrimiento, el cese del sufrimiento y el camino que lleva al final del sufrimiento.

²⁰ **Dukkha:** sufrimiento o insatisfacción. En el nivel ordinario significa el sufrimiento obvio, como dolor físico. En el nivel más profundo se refiere a la insatisfacción generada por el cambio constante, es decir, por la naturaleza inestable y cambiante de todos los fenómenos físicos y mentales, incluso los más placenteros.

Todo lo que surge tiene definitivamente que cesar. ¿Queda algo de lo que surgió y luego desapareció? No. Por ejemplo, si aparece el oír y es seguido por el ver, ¿dónde quedó ese oír? Ha desaparecido para siempre. Si el oír aparece de nuevo, no es el mismo oír que había aparecido y desaparecido anteriormente.

DJ: Nunca lo había entendido así antes.

AS: Así es, esto no lo vemos. Tenemos que escuchar y ponderar las enseñanzas para llegar a comprender que todo lo que existe, es una realidad (dhamma)—una por una. No he dicho que cada cosa que existe sea un *yo*, he dicho que es una realidad, ¿cierto? Nos aferramos a ambas realidades, sea la de lo mental (saber, ver, recordar, etc.) o la de lo material (objeto visible, solidez, etc.), como si fueran un *yo* o un *mío*; pero ¿cómo pueden ser un *yo* cuando no tenemos control sobre ninguna de estas?

No quiero sentir dolor y, aun así, ahora mismo me están doliendo las rodillas, ¿por qué, si no quiero que me duelan, me están doliendo? ¿Dónde está el “mío de mí” en esto? Hace un momento aquello que se tomaba como perteneciente a un *yo* no dolía—y ahora duele. ¿De dónde viene el dolor? Una vez más, esto se ha convertido en “un *yo* al que le duele” o “yo tengo dolor (el dolor es *mío*: a *mí* me duele)”. Una vez que ha desaparecido ¿a dónde se fue ese dolor al que llamé “mío”? Todo lo que hemos reclamado como “mío” se ha ido por completo... Decimos que el momento de ver justo ahora es un *sí mismo*, es decir, un “yo veo”, pero tan pronto como se deja de ver (dicho de manera más precisa, cuando el momento de ver que surgió, cesa), ¿dónde queda el *yo* que estaba viendo hace un momento? Esto es muy sutil. Al escuchar las enseñanzas, debemos entender que son muy profundas y minuciosas. Al entenderlas, habrá gradualmente menos ansiedad, ya que el entendimiento es un condicionante que lleva a realizar actos kusala que producirán a su vez resultados kusala y no akusala.

DJ: En el momento en que estamos padeciendo dolor (o estamos contentos, o asustados o enojados, independientemente de la emoción que aparece), sentimos que duele de verdad, ¿cómo podemos lidiar con esto?

AS: Incluso antes de lidiar con el dolor, ya es “yo tengo dolor” o “a *mí* me duele”, ¿correcto?

DJ: Así es.

AS: Si el dolor no surge, ¿puede haber un *yo* en el dolor?

DJ: No.

AS: Bien. Así que probablemente no haya dolor todo el tiempo, ¿verdad?

DJ: Sí, pero, por ejemplo, cuando tengo dolor de muelas, bueno, me puede doler durante mucho tiempo sin parar...

AS: Eso pensamos, que sucede “sin parar”, pero en realidad el dolor ya ha aparecido y desaparecido repetidamente muchas veces. Surge y cesa una y otra vez dando la impresión de que dura y no cambia. ¿Es posible que el diente siga doliendo? Por supuesto que sí, si hay las condiciones apropiadas. Sin embargo, ¿sigue doliendo aun después de que el dentista ha extraído el diente?

¿Te das cuenta? De hecho, cuando surge el dolor, no sabemos que ningún *yo* lo hizo surgir; *surgió porque se dieron las condiciones*. Pero, tan pronto como el dolor surge, también surge (la idea de) el *yo* al que le duele: “*yo tengo dolor*”.

Recordamos esta y aquella historia, sin darnos cuenta de que el recordar es *sin-yo*. Si no hay recordar, tampoco hay “yo recuerdo”. Tan pronto como surge un recuerdo, lo tomamos como “yo recuerdo”. A causa de la *avijjā* (ignorancia) nos aferramos a todo como si fuera un *yo*. Si realmente entendemos la realidad, cada momento que aparece un objeto, sabemos –dado que el objeto nos lo está mostrando– que el objeto es real, que ha tenido que surgir, que no hay ningún *yo* que lo haya hecho surgir y que, una vez que ha surgido, tiene que desaparecer. Es imposible estimar qué tan rápido sucede esto porque es como un destello de luz que aparenta estar brillando continuamente, todo el tiempo; pero en realidad después de que cada momento de conciencia (*citta*) cesa, surge otro inmediatamente, en sucesión continua. Como el cese de la *citta* anterior no aparece,²¹ la ignorancia nos engaña para que veamos *aspecto y forma* y es por lo que tomamos los objetos como “algo” o “alguien” (sustancia).

Por favor cierre los ojos. ¿Hay algo ahí?

DJ: No veo nada.

AS: Ahora ábralos...

DJ: Ahora ya veo.

AS: ¿Qué es lo que ve? Lo que se puede ver es solo lo que aparece a través del ojo, es decir, el objeto visible (color o luz). Creemos que vemos una *persona*, una *flor*, un *árbol*, pero en realidad

²¹ Aquí usamos el término “aparecer” con un sentido distinto al de “surgir”. Cuando un objeto se manifiesta a la consciencia usamos “aparecer”: “el objeto aparece”; pero cuando el objeto solo se manifiesta sin que sea sabido o conocido, usamos “surgir”.

estamos pensando en conceptos que, teniendo, en este caso, al objeto visible como condición previa, se forman a través de la memoria y otros factores. Tan pronto como cerramos los ojos, ya no hay nada de esto, ningún *yo* puede hacer que aparezca. No nos damos cuenta de que lo que se vio justo antes de cerrar los ojos ya se ha ido por completo, para no volver jamás. Al volver a abrir los ojos, lo que se ve es algo completamente nuevo, no lo mismo que antes. Es un nuevo momento, no el anterior. La vida existe en un solo momento –en un continuo surgir y cesar– momento tras momento.

El Buddha mostró tres tipos de muerte (*maraṇa*):

1. *Khaṇika-maraṇa* es la muerte a cada momento. “*Khaṇika*” se deriva de la palabra “*khaṇa*” (momento, instante); “*khaṇika-maraṇa*”, significa la momentaneidad de la existencia. Lo que apareció justo ahora ya ha desaparecido, para no volver nunca más, pase lo que pase. El surgir y cesar ocurre con tal rapidez que no es posible darse cuenta, dando la impresión de que lo que surgió ha estado allí todo el tiempo.²²

2. *Sammati-maraṇa* es a lo que en términos convencionales le decimos “muerte”. Es la muerte al final de la vida, a la que generalmente le sigue una cremación o entierro. “*Sammati*” significa la terminación de la vida, pero no el final último; el surgir y cesar no se interrumpe, la nueva existencia sucede de inmediato. El Buddha explica en detalle la naturaleza de *citta* (conciencia) que surge y cesa en sucesión continua. Describe de qué forma cada momento de consciencia es diferente, cómo surge y de qué está compuesto. Las condiciones son muy diversas. Ahora en este momento una *citta* está surgiendo y luego cesando, similar a la muerte, pero es solo por este momento. Al momento siguiente surge otra *citta*. Las *cittas* surgen y cesan en sucesión, una tras otra. Esto es lo que mencionamos antes que se conoce como *khaṇika-maraṇa* (muerte a cada momento), mientras que *sammati-maraṇa* es a lo que comúnmente llamamos la muerte al final de la vida.

3. *Samuccheda-maraṇa* es *parinibbāna*, la muerte de las y los arahants, aquellos que ya no están sujetos a más nacimiento. Si los arahants continuaran en la ronda de muerte y renacimiento, el Buddha continuaría renaciendo, pero él ya no existe de ninguna forma. Todos los *sāvakas* (oyentes y, por lo tanto, las y los discípulos) que fueron arahants, se *parinibbānearon* después del cesar del último momento de consciencia de su vida actual, lo cual significa que las condiciones para volver a nacer fueron completamente extinguidas. Para todos los demás seres, que todavía tienen contaminaciones mentales, existen aun condiciones para el renacimiento inmediato después del último momento de la existencia actual.

²² Acerca de esta existencia momentánea, se dice en *Visuddhimagga* M. VIII:

“En el sentido último, los seres solo tienen un momento muy corto para vivir, la vida dura lo que dura un solo momento de consciencia, como una rueda de carro, ya sea que esté rodando o esté detenida, siempre descansa solo sobre un único punto de su circunferencia, así también, la vida de un ser vivo no dura más que lo que dura un solo momento de consciencia; tan pronto como ese momento cesa, el ‘ser’ también cesa”.

El Buddha ha explicado todo esto, pero no lo entendemos porque nos aferramos a la idea de que es un *yo* lo que nace, persiste y desaparece.

No somos conscientes de que *esta vida es la vida anterior a la siguiente*. Tan pronto como llegamos a la próxima vida, no podemos recordar quiénes éramos y qué solíamos hacer porque ahora somos ya una nueva “individualidad”. Ahora mismo es igual, no sabemos quiénes fueron nuestros padres, hermanos y amigos en nuestra existencia anterior, ni qué solíamos hacer, cómo nos entreteníamos, etc. Nos mantenemos siendo esta “persona” sólo mientras dure esta vida. Al morir, dicha “personalidad” (“individualidad” o “identidad”²³) deja de existir inmediatamente (la combinación particular de condiciones que la sustentan como tal expira) y, por lo tanto, es imposible volver a encontrar de nuevo a ese mismo “ser” en el *samsāra*.²⁴

DJ: ¿Puede el arahant distinguir de esa forma tan sutil y detallada los momentos de lo que nosotros tomamos como “continuidad”?

AS: Los contaminantes mentales solo pueden erradicarse si se han realizado las Cuatro Nobles Verdades (*sacca-dhamma*). No importa cuánto escuchemos o qué tanto entendamos la enseñanza, si no se ha realizado por completo la naturaleza intrínseca (*sabhāva*) de los *dhammas*, los contaminantes mentales no pueden ser erradicados, dado que hay muchos niveles de contaminantes mentales. Están desde los toscos, que son muy evidentes, hasta los medianos y, finalmente, los sutiles, que yacen latentes en la *citta* y que no aparecen. Nadie sabe la diferencia entre un arahant y un ladrón cuando duermen. En ambos casos no hay actividad en absoluto, pero la calidad de la conciencia (*citta*) del arahant es diferente de la del ladrón.

Como puede verse, hemos estado hablando sobre la verdad a la que el Buddha despertó y proclamó hasta el final. Verdad que es verificable ahora mismo: ¿Por qué una persona contraería COVID-19 y otra no? ¿Se puede elegir?

DJ: No, no se puede.

AS: Así es. Esto nos muestra claramente a *anattā*: no hay nada sometido al control de un *yo*. Por eso *anattā* significa *sin-un-ser* o *sin-yo*. O sea, vacío de “yo”. Solo hay *dhammas* condicionándose entre sí, que surgen y cesan, cambiando todo el tiempo a lo largo de cada vida.

²³ **Identidad:** 1. Circunstancia de ser una persona o cosa en concreto y no otra, determinada por un conjunto de rasgos o características que la diferencian de otras. 2. Conjunto de rasgos o características de una persona o cosa que permiten distinguirla de otras en un conjunto.

²⁴ **Samsāra:** la ronda de muerte y [re]nacimiento; lit.: “deambulación perpetua”; ir y venir una y otra vez. El proceso continuo de nacer, envejecer, enfermar y morir una y otra vez.

DJ: Achan Sujin, ¿de qué verdad estaba usted hablando cuando dijo que no sabemos la verdad o lo que es real?

AS: ¿Qué es verdadero o real en este momento? ¿El ver es real?

DJ: ¿El ver?

AS: ¿Es real? ¿Hay ver ahora o no?

DJ: Estoy viendo ahora ...

AS: Sí, por tanto, el ver debe haber surgido. Si usted no tuviera ojos, ¿podría ver?

DJ: Sin ojos no habría el ver.

AS: Si hubiera ojos, pero ningún objeto incidiera sobre ellos, ¿sería usted capaz de ver el objeto?

DJ: No podría.

AS: Por lo tanto, solo se ven los objetos que inciden en sus ojos, ¿verdad?

DJ: Sí. Cuando las condiciones para ver no están completas, no se ve.

AS: No hay ojos en el brazo, por lo que el ver no puede ocurrir allí. El ver solo puede ocurrir en el sentido del ojo y es solo el objeto visible el que puede incidir en el sentido del ojo. Para que ocurra la visión, debe haber el sentido del ojo y aquello que puede y, además, incide en él.

DJ: ¿Podemos tocar lo que vemos?

AS: Cuando tocas, ¿qué tocas?

DJ: Toco el objeto que veo.

AS: Tocas la solidez, ¿verdad?

DJ: Así es, hay solidez o dureza ahí.

AS: Bien. ¿Puedes tocar lo que está apareciendo a través del ojo en este momento?

DJ: ¿Tocar lo que está apareciendo por el ojo...? No, no puedo.

AS: ¿Te das cuenta? Ahora hemos separado estas dos realidades: no es lo mismo lo que se ve que lo que se toca.

Lo que aparece a través de la *puerta del ojo* surge junto con la solidez, pero no es solidez. Si los elementos de solidez (dureza/blandura), temperatura (calor/frío), cohesión²⁵ y movimiento (movilidad/presión)²⁶ están ausentes, no habría objeto que pudiera incidir en el ojo.²⁷ Estos cuatro elementos surgen en un grupo de ocho realidades materiales (rūpas) inseparables que también incluyen al color (objeto visible),²⁸ olor, sabor y esencia nutritiva. El color, y no el elemento de la solidez, incide en el sentido del ojo y hace que surja el ver (la conciencia visual). La naturaleza intrínseca del ver es experimentar el objeto visible. El ver ve y luego desaparece inmediatamente; su única función es ver; no puede pensar, oír, ni hacer otra cosa; ha sido condicionado por el kamma para surgir y ver y nada más. El kamma, junto con otras condiciones, hace que surja la conciencia sensorial; de ahí que sea debido al kamma pasado que el ver, oír, oler, saborear o tocar tengan que suceder. La razón por la que se tienen ojos, oídos, nariz, lengua y sentido tangible corporal, es para recibir los resultados del kamma pasado.²⁹

DJ: Si es así, ¿existe la dureza que toqué?

²⁵ A diferencia de los otros tres, el elemento de agua o cohesión no se puede experimentar a través de la puerta del sentido corporal, solo a través de la puerta de la mente, porque cuando tocamos lo que llamamos agua, es solo solidez, temperatura o movimiento lo que se puede experimentar a través del sentido del cuerpo, pero no la cohesión. Los cuatro elementos siempre surgen en conjunto con otras materialidades (rupas) y la función particular del elemento de cohesión es mantener reunidas (cohesionar) estas rupas a las que acompaña para que no se dispersen.

²⁶ Creemos que podemos ver el movimiento de los objetos, pero la rupa (materialidad) que es el movimiento no se puede ver. Lo que entendemos por movimiento tal como lo expresamos en lenguaje convencional no es lo mismo que el movimiento. Podemos concluir que algo se ha movido porque hay diferentes momentos de ver y pensar, y una asociación de estas diferentes experiencias, pero esa no es la experiencia directa de la rupa que es el elemento del movimiento. Este rupa se puede experimentar directamente a través del sentido del cuerpo. Cuando tocamos un cuerpo o un objeto que tiene cierta resistencia, puede presentarse la característica de movimiento o presión. El movimiento es una condición para que se muevan las extremidades del cuerpo y desempeña su papel específico en el fortalecimiento del cuerpo para que no se colapse y pueda asumir diferentes posturas corporales; es una condición para el estiramiento y flexión de las extremidades. [Nina van Gorkom]

²⁷ **Las ocho rupas inseparables:** las rupas (fenómenos físicos) siempre surgen en grupos, kalāpa. Los cuatro grandes elementos de solidez, cohesión, temperatura y movimiento están siempre presentes dondequiera que haya materialidad. Aparte de estos cuatro elementos, están los veinticuatro “rūpas derivados” (upādā rūpas). Los rūpas derivados no pueden surgir sin los cuatro Grandes Elementos, dependen de ellos. Cuatro de los rūpas derivados siempre surgen junto con los cuatro Grandes Elementos en cada grupo de rūpas y, por lo tanto, están presentes dondequiera que ocurra la materialidad, sin importar si son rūpas del cuerpo o materialidad fuera del cuerpo. Estos cuatro rūpas son color (u objeto visible), olor, sabor y esencia nutritiva. Los cuatro Grandes Elementos y estos cuatro rūpas derivados, que siempre surgen juntos, se llaman “los rūpas inseparables” (avinibbhoga rūpas). Dondequiera que surja la solidez, también debe haber cohesión, temperatura, movimiento, color, olor, sabor y esencia nutritiva. El objeto visible tiene como causa próxima los cuatro Grandes Elementos porque no puede surgir sin ellos.

²⁸ El color es la luz o el objeto visible.

²⁹ Dicho de otra manera, los sentidos son indispensables como los medios a través de los cuales el kamma (la acción volitiva) puede dar fruto; es decir, sin los sentidos no habría forma para que el vipāka (el resultado del kamma) se pudiera manifestar.

AS: Si se tocó, sin duda tiene que ser dureza o, si no, blandura, calor, frío, presión o movimiento, ¿verdad? Tocar un globo y tocar el agua son experiencias diferentes. Al tocar el agua, ¿hay frío o calor?, ¿suavidad o dureza?, ¿presión o movimiento? Estas son realidades que se pueden experimentar directamente. Es a partir de estas diferentes experiencias sensoriales, junto con la memoria, que asumimos que lo que se ha tocado es eso que, convencionalmente, llamamos “agua”.³⁰

Pero necesitamos seguir siendo honestos con nosotros mismos con respecto a lo que está apareciendo. Sólo entonces podremos comprender que el objeto que aparece a través del ojo no es sólido (no es el elemento tierra o paṭhavī dhātu), sino que surge con la solidez en un conjunto de ocho realidades materiales inseparables. El color (objeto visible) que incide en el ojo es inseparable a la solidez. La flor es sólida, la silla es sólida, el periódico es sólido; pero la solidez no incide en el ojo. El color surge asociado a la solidez, pero solo el color puede incidir en el ojo. El color no es solidez, sino que surge con la solidez en cada grupo (kalāpa) porque el color y la solidez son fenómenos materiales inseparables.

El Buddha explicó con gran detalle la vida sucediendo a cada momento. La desglosó para que podamos ver que lo que llamamos “vida” es solo el surgir y cesar de realidades momentáneas. Las realidades o dhammas son “aquello que es real”. El Buddha despertó a esta verdad, de ahí la frase “Despertó al Dhamma”. Nosotros también podemos despertar al Dhamma.

DJ: Entiendo solo una parte de lo que ha explicado y aún, no dejo de tener la sensación de que es muy complejo y sutil. ¿Qué podemos hacer para poder realmente comprender esto?

AS: Está usted empezando a comprender al Buddha, ¿cierto? ¿Quién puede enunciar palabras tan consecuentes como estas que describen con tanto detalle lo que realmente existe? Hemos mencionado tan solo unas cuantas palabras, pero el Buddha predicó durante 45 años. Cada una de sus palabras es muy profunda. Consideremos la palabra “dhamma” que significa aquello que es real—todo lo que es real es dhamma.³¹ Los dhammas son muy variados, cada uno con sus características particulares.

³⁰ Al tocar un globo, el objeto tangible experimentado no es el mismo que al tocar el agua. Es por eso que incluso una persona ciega sabe la diferencia y de esta manera, después de tocar, puede pensar en diferentes objetos. Cada experiencia de dureza o blandura es diferente, así como cada experiencia de calor o frío. Por ejemplo, ahora mismo, la dureza de mi computadora es diferente a la dureza de mi pierna o de la mesa. Cada una de estas experiencias es dureza, pero asumimos que una es “una computadora” y otra “una pierna” o “una mesa”. Esto se debe a las diferentes experiencias y memorias acumuladas que llevan a diferentes formas de pensar sobre los diferentes objetos. [Nota de Sarah Abbott].

³¹ El énfasis en “real” es para mostrar que “persona”, “árbol”, “casa”, etc. son conceptos y no realidades.

El Realizado y Plenamente Iluminado despertó a *la verdad de lo que es real según su verdadera naturaleza*.³² Tomemos la realidad del ver como ejemplo. El ver no se puede tocar. El ver surge para saber al objeto visible, pero no puede saber nada más. Sabe el objeto que aparece ahora mismo –sólo ese objeto– y luego desaparece para no regresar jamás; ese momento de ver nunca volverá a repetirse, a desaparecido para siempre. El ver solo ve, no puede hacer otra cosa y luego tan pronto como aparece, por ejemplo, el oír, ya no hay más ver. El oír sólo oye el sonido específico que incide en el oído en ese mismo instante –solo ese sonido, ningún otro– y luego desaparece.

Aquí el Buddha nos muestra cómo los dhammas son *sin-yo*, no son un *ser* o una *persona*. Todos los dhammas son *anattā*: no están bajo el mandato o el control de nadie. Creemos que tenemos cierto control sobre el COVID-19 y que podemos prevenirlo. Sin embargo, no comprendemos las realidades que en verdad existen. Por ejemplo, el dolor es el resultado de las acciones akusala llevadas a cabo en el pasado. Algunos que contraen el virus sufren mucho dolor, mientras que otros apenas lo sufren. Dependerá de las condiciones si uno contrae la enfermedad y la gravedad de ésta. Esta es la *anatteidad* de los dhammas – es decir, la falta de control que tenemos sobre los resultados de la acción volitiva (el kamma).

Si uno es sordo o ciego (de nacimiento), no puede entender nada de lo que se está hablando. Uno por uno, mundo por mundo, los cinco mundos sensoriales (ver, oír, oler, saborear y tocar) y el sexto mundo, el mundo del pensamiento, se mezclan en un *solo mundo* de objetos visuales, sonoros, olfativos, gustativos y táctiles fusionados entre sí y de este modo podemos pensar en “personas” y “cosas” como si realmente existieran.

El Buddha explicó la naturaleza intrínseca de la conciencia (aquello que sabe) y su gran variedad de funciones. La memoria, por ejemplo, es una realidad, pero (o, por lo tanto) no es un *yo*. ¿Habría algo que recordar sin la experiencia de lo que aparece a través de los cinco sentidos? Si no hubiera el ver, por ejemplo, o el oír, ¿podría haber memoria de lo que se vio u oyó? Si no hubiera experiencias sensoriales, no habría nada que recordar.

Cuando entendemos, sabemos que esta es la historia de todas las vidas. Esto es verdadero para todos los nacimientos en la ronda interminable de nacimiento y muerte (*saṃsāra-vaṭṭa*)³³ donde los dhammas (las realidades que surgen y cesan a cada momento) se toman erróneamente por un “ser”, cuando en realidad no hay ningún *ser, yo o algo sustancial*.

³² Esta frase podría resultar confusa por las muchas repeticiones, por lo que a continuación damos un ejemplo concreto. Tomemos el ejemplo de el ver. El ver es real. La verdad del ver es la cognición (o el hacer conciencia) del objeto que incide en el ojo. Su naturaleza no puede cambiar o ser de otro modo y carece de un “yo” o “mío” o de cualquier tipo de entidad o sustancia.

³³ **Vatṭa**: “Rodar y rodar”, la “ronda” de existencias, el ciclo de transmigraciones. “Vivattā” tiene el significado de “ausencia de vatṭa”, es decir, nibbāna o la liberación del perpetuo deambular.

DJ: Me gustaría compartir una experiencia reciente como ejemplo. Se trata de un amigo que tuvo una relación amorosa cargada de decepción. La persona a la que amaba profundamente lo dejó de amar y no quiso estar más con él. Mi amigo está sufriendo mucho. Está profundamente entristecido, se siente tan mal que cree que ya nada tiene sentido. ¿Cómo podemos ayudar a personas en esta situación a comprender o superar su sufrimiento?

AS: Si tu amigo nunca hubiera visto a esta persona, ¿se habría enamorado?

DJ: No. Si nunca hubiera visto a esta persona, ese apego nunca habría surgido.

AS: Pero el apego ha surgido por haber visto ¿verdad?

DJ: Así es.

AS: Él no sabe que el ver ya pasó y que, por lo tanto, está amando un objeto que se ha ido por completo, pero debido a la ignorancia cree que el objeto todavía existe. La ignorancia es la causa de su apego. El apego es una realidad; existe. ¿Quién no tiene apego alguno? El sotāpanna,³⁴ sakadāgāmī³⁵ y anāgāmī³⁶ todavía tienen apego. Solo el arahant, aquel que ha alcanzado el nivel más alto de entendimiento, ha erradicado el apego por completo.

Los contaminantes mentales solo se pueden erradicar entendiendo qué es lo que los causa. No es *haciendo algo* que se alcanza el resultado, porque es la ignorancia la que produce los contaminantes mentales. Mientras la causa de los contaminantes mentales no se conozca, estos no se podrán erradicar y, por tanto, seguirá habiendo resultados. ¿Cómo queremos que algo deje de existir sin eliminar su causa?

Si entendemos que los dhammas son *sin-yo*, entonces sabemos que habrá apego en la medida en que no se conozca el surgir y cesar de los fenómenos. El entendimiento del sotāpanna ha penetrado en el surgir y cesar de los fenómenos, pero la sabiduría en ese nivel aun no es capaz de abandonar el apego en su totalidad. Así que incluso entonces, es imposible para el sotāpanna abandonar todo el amor, apego y deseo que se ha acumulado durante un período de tiempo incalculablemente largo.

³⁴ **Sotāpanna:** “El que ha entrado a la corriente” del sendero. Es el primero de los cuatro niveles del despertar, donde se han abandonado los tres primeros grilletes (la creencia en una individualidad, la duda escéptica y la creencia en reglas y rituales) que atan a la mente al ciclo del renacimiento y, por lo tanto, ha entrado en la “corriente” que fluye inevitablemente hacia el nibbāna, asegurando que se renacerá a lo sumo sólo siete veces más, y sólo en el plano humano o en planos superiores.

³⁵ **Sakadāgāmī:** Aquel que ha alcanzado el segundo nivel del sendero, podrá renacer como ser humano solo una vez más.

³⁶ **Anāgāmī:** “El que no regresa”. Es la persona que ha abandonado los cinco grilletes inferiores que atan la mente al ciclo del renacimiento y que, después de la muerte, aparecerá en uno de los mundos de Brahma llamados las Moradas Puras, para allí alcanzar el nibbāna.

Como sabemos, antes de su iluminación el Buddha fue un Bodhisatta³⁷ durante *mucho* tiempo. En una de sus existencias pasadas fue Sumedha, el asceta. Fue entonces cuando recibió la profecía del Buddha Dīpaṃkara³⁸ de que en cuatro innumerables³⁹ y 100,000 eones⁴⁰ despertaría a la verdad que estamos discutiendo ahora y se convertiría en un Buddha.

Las Cuatro Nobles Verdades deben comprenderse mediante la experiencia directa. Mientras no se haya despertado a la Noble Verdad del Sufrimiento, es decir, que todas las cosas no son más que el surgimiento y cese de realidades, habrá aferramiento o apego. La mente siempre se adherirá a sus respectivos objetos. No importa cuánto escuchemos las enseñanzas, si no hay esta comprensión, continuaremos viendo permanencia en las cosas. ¿Cómo podemos decirle a la gente que no se apegue cuando no saben qué es real y qué no?

DJ: Imposible.

AS: Si no empezamos a entender ahora mismo, ¿cuándo empezaremos? Nadie que haya entendido las enseñanzas del Buddha ha dicho jamás que no sean ni difíciles ni profundas. Esta es la razón por la que el Bodhisatta desarrolló las perfecciones –a lo largo de un periodo de tiempo incalculable– hasta alcanzar la Budeidad. La bondad de cada palabra de las enseñanzas ilumina lo que de otra manera estaría en total oscuridad.

Durante el tiempo del Buddha, hubo gente que penetró las Nobles Verdades y muchas de estas personas se convirtieron en arahants. Si no alcanzaban ese nivel, alcanzaban el del anāgāmi, o, si no, el del sakadāgāmi o, si no, el del sotāpanna. También había gente común dotada de virtud (kalyāna-puthujjana), quienes, a pesar de todavía tener contaminantes mentales, también tenían las suficientes acumulaciones⁴¹ de kusala para comprender la enseñanza que lleva, eventualmente, al final de todos los contaminantes mentales.

³⁷ **Bodhisatta:** una persona, monje o laico, que está en condiciones de alcanzar el nibbana como discípulo (*savaka*) o como Buddha silencioso (*Pacceka Buddha*), pero por compasión hacia el mundo renuncia a esta realización y continúa sufriendo en el ciclo de renacimientos (*samsara*) por el bien de los otros, se perfecciona a sí mismo durante un periodo incalculable de tiempo y finalmente, en su último renacimiento alcanza el nibbana y se convierte en un Buddha Completamente Iluminado (*Sammāsambuddho*).

³⁸ **Dīpaṃkara** fue un Buddha que alcanzó la iluminación eones antes que el Buddha histórico Gotama. Dīpaṃkara es uno de los numerosos Buddhas anteriores, mientras que Gotama fue el más reciente.

³⁹ **Asaṅkheyya:** periodos de tiempo inmensos o incalculables.

⁴⁰ **Kappa:** un eón; un lapso de tiempo inconcebiblemente largo.

⁴¹ *Condición natural de apoyo decisivo* (pakatupanissaya paccaya) es lo que se conoce como “acumulaciones”. Las cittas kusala y akusala surgen y cesan, pero las inclinaciones sanas o malsanas no se pierden, se acumulan y se transmiten a las cittas subsecuentes. El kusala y akusala realizados a menudo pueden volverse habituales y condicionar el surgimiento de kusala o akusala más adelante. Por ejemplo, haber escuchado el Dhamma en el pasado puede condicionar un futuro interés por el Dhamma.

En todas las cittas, tanto las kusalas como las akusalas, existen las tendencias latentes (*anusayas*): el apego a los objetos sensoriales, la aversión, el punto de vista equivocado, la duda, el engreimiento, el apego a la existencia y la ignorancia. Estas tendencias no surgen pero pueden condicionar el surgimiento de cittas akusala en cualquier

Las enseñanzas del Buddha todavía están vivas. Sin embargo, para alcanzar lo que a usted le gustaría que hiciera su amigo, es decir, ir más allá del sufrimiento generado por el apego, se requiere que la sabiduría o el entendimiento alcance el nivel del anāgāmi.

Visākhā Migāramāta, considerada dentro de todos los discípulos laicos como la más importante en generosidad, se convirtió en sotāpanna a una edad muy temprana, luego se casó y tuvo una familia numerosa con muchos hijos y nietos. Los contaminantes mentales no se pueden erradicar todos a la vez. La noción errónea de la existencia de un *yo*, visión que surge asociada a la ignorancia, ha de erradicarse primero. Se irán soltando gradualmente el resto de los contaminantes mentales al irse desarrollando, de forma gradual, el entendimiento.

Podemos estar complacidos con cosas que sabemos que no son reales, por ejemplo, diamantes o perlas artificiales. A veces parecen tan reales que es difícil que no nos gusten. Podemos disfrutarlos aun sabiendo que son falsos. Esto es semejante a cuando se penetran las Nobles Verdades, en el sentido de que hay un número incalculable de contaminaciones mentales acumulados del pasado que no pueden abandonarse de una sola vez. Cualquiera que quiera poner fin al sufrimiento causado por el apego, deberá tener el entendimiento que llega hasta ese nivel. Es por lo que la mejor manera de ayudar a los demás es dando el apoyo necesario para desarrollar un gradual entendimiento de la verdad.

Si tu amigo desea liberarse del sufrimiento o quien sea que quiera llegar a comprender la realidad, aunque aún no quiera *extinguirse* (es decir, no quiera volver a nacer), no deja de serle beneficioso saber qué es real y qué no y también comprender qué es kusala y qué es akusala. Esto nos ayuda a todos a vivir de una manera sana sin dañarnos a nosotros mismos ni a los demás. Con la ausencia de akusala vivimos más cómodamente en el mundo. Si se detona una epidemia o surgen otras dificultades, una mente estable no se perturba y así podemos ayudarnos los unos a los otros y mejorar las cosas para todos, independientemente de las circunstancias.

DJ: ¿Cómo podemos ayudar a los que están sufriendo a abrir sus corazones para escuchar esto?

AS: Debemos hablar con ellos para averiguar si tienen las acumulaciones que les permitan valorar, aunque sea, una sola palabra del Dhamma. Algunas personas no escuchan en lo más mínimo, como si esto fuera algo inútil o una pérdida de tiempo. En primer lugar, la gente necesita saber qué es kusala y qué es akusala para tener confianza en que existe una forma de reducir la continua acumulación de akusala, es decir, una forma de dejar de hacerse daño a sí mismo y a los demás. Es indispensable hacer caso a la razón. Por lo que, si empezamos a enseñar a los niños desde pequeños, ellos, poco a poco, pueden empezar a comprender. Esto es muy diferente a solo aprender

momento y van siendo erradicadas estadio por estadio en los diferentes niveles de iluminación. Solo el arahant, el último nivel de iluminación, carece de tendencias latentes. [Nina van Gorkom]

sobre las Nobles Verdades en los libros, lo que resulta en no saber mucho más que palabras y nombres.

DJ: ¿Es posible que haya maestros que tampoco entiendan?

AS: Por supuesto, porque si entendemos correctamente cada palabra registrada en las Tres Canastas,⁴² entonces las palabras del Buddha y la realidad que está apareciendo en este preciso momento serán exactamente lo mismo.

DJ: El daño que realmente debemos temer, o lo que debemos entender para poder superar el miedo, es la ignorancia, ¿verdad?

AS: Definitivamente, porque si hay ignorancia o punto de vista incorrecto, ese entendimiento erróneo destruye la verdad.

Disculpe, Sr. Banchorn, ¿puedo abordar el tema de los centros de meditación? No sé si esto le pudiese incomodar...

DJ: No, adelante...

AS: Dentro de las escrituras budhistas, no hay ninguna instancia donde encontremos al Buddha aconsejando ir a un lugar para sentarse –o acostarse o pararse– durante horas. ¿Esto sería para entender qué? ¿Cuánto tiempo cultivó el Buddha las perfecciones antes de su iluminación? Cuatro innumerables y 100.000 eones antes del nacimiento del recluso Gotama, el Buddha Dīpaṃkara predijo que el asceta Sumedha penetraría las Nobles Verdades para convertirse en un Perfectamente Iluminado con el nombre de Gotama el Buddha. La gente del pueblo se regocijó al escuchar esto. Sabían que incluso si no pudieran comprender la verdad en la época del Buddha Dīpaṃkara, habría una oportunidad posterior en la época del Buddha Gotama. El asceta Sumedha aún tenía que vivir incontables vidas durante un período incalculable de tiempo durante el cual conocería a 24 Buddhas diferentes. No obstante, la gente del pueblo podía esperar.

Por otro lado, la gente hoy en día no estudia ni entiende. Llenos de esperanza y expectativa, van a un lugar a hacer lo que les dicen, a practicar algo que no entienden. Todo esto sin escuchar ni ponderar las enseñanzas.

Cuando les preguntamos a los que han practicado meditación qué han obtenido de dicha práctica, los que no han estudiado nada (sobre buddhismo), dicen que los hace sentir bien. Aquellos que sí han estudiado están llenos de expectativas: quieren darse cuenta del surgir y cesar de los

⁴² Las Tres Canastas o Ti-piṭaka, son las tres divisiones (o “Canastas”) del Canon Budista, a saber, los Suttas o Canasta de los Discursos, el Vinaya o Canasta de la Disciplina y el Abhidhamma o Canasta de Enseñanza Superior.

fenómenos, erradicar los contaminantes mentales, comprender realidades, etc. Más allá de sus antecedentes, cuando escuchan o leen no alcanzan a entender, porque, para empezar, ¿a dónde tienes que ir para entender la realidad que está surgiendo

Esto no se parece a lo que ha escuchado antes, ¿verdad?

Para reconocer quién es budhista, debemos comenzar por saber que significa la palabra “Buddha”. “Buddha” significa “paññā” (sabiduría, entendimiento, inteligencia), lo que implica que el Buddha es sabio. Si no hay paññā para saber lo que es real y comprender lo que enseñó el Buddha, ¿se puede ser budhista?

Aquí es donde tenemos que ser sinceros para aceptar correcciones a nuestro entendimiento de la realidad. De lo contrario, seguiremos haciendo las cosas con ignorancia, que tendrá como resultado más acumulación de ignorancia, acarreado consigo todo tipo de daño.

DJ: En ese caso, ir a hacer algún tipo de “práctica”, como sentarse a meditar, no puede considerarse como un punto de partida para el aprendizaje del budismo, ¿verdad?

AS: ¿Qué son los centros de meditación? Una vez allí, ¿qué se hace?

DJ: Uno va a sentarse.

AS: ¿Por qué sentarse? ¿Para qué ir a un lugar a sentarse si ahora mismo estamos sentados?

DJ: Porque uno va ahí a hacer lo que se le enseña.

AS: ¿Y quién enseña?

DJ: El maestro de meditación.

AS: ¿Quién es el maestro de meditación?

DJ: Eso es difícil de responder...

AS: ¿Ve? La ignorancia nos lleva a un lugar y el resultado es más ignorancia.

DJ: Debido a nuestra ignorancia, damos por hecho que quien enseña meditación sabe budhismo.

AS: Entonces, ¿qué enseñó el Completamente Iluminado?

DJ: Si no estudiamos sus enseñanzas llegamos a nuestras propias conclusiones...

AS: ¿Está mal construir nuestro propio entendimiento sin estudiar las profundas palabras del Buddha?

DJ: Si no estudiamos las palabras del Buddha, nuestro propio entendimiento no puede considerarse buddhismo.

AS: Así es. ¿De quién son las palabras que escuchan los que van a centros de meditación? El Buddha nunca instruyó ir a sentarse, o a ponerse de pie, o a abstenerse de dormir o acostarse, ni nada de eso.

Solía haber un maestro de vipassanā, el Sr. Thawanrat, que dejó de enseñar porque poco a poco se fue dando cuenta de que lo que enseñaba estaba todo mal. Cuando ya no supo qué hacer, puso a los alumnos que iban a meditar a arrancar malas hierbas. ¿Cómo puede esto conducir al entendimiento?

DJ: ¿Qué se puede entender cuando arrancas malas hierbas?

AS: Precisamente. Enseñó así debido a su ignorancia ...y eso que era un maestro de vipassanā con muchas certificaciones.

DJ: Entonces, ¿dónde o cómo podemos conocer las verdaderas palabras del Buddha?

AS: Las enseñanzas se exponen a fondo en el Canon Pali, es decir, en las Tres Canastas: el Vinaya, el Suttanta y el Abhidhamma, estando las tres plenamente de acuerdo entre sí. Las Tres Canastas nos hablan de todo aquello que es verdadero en todos los tiempos y épocas—sobre lo que es cierto *ahora mismo*.

DJ: ¿Eso significa que tenemos que estudiar las Tres Canastas?

AS: Sin duda. “El Dhamma es sutil, profundo y difícil de ver”. Estas son las palabras que el Buddha pronunció luego de su iluminación, de su despertar a la verdad. ¿Nos detenemos a veces a pensar en estas palabras? La historia nos habla de la renuencia a enseñar que tuvo el Buddha en un principio; y es que el Dhamma —lo que él entendió— es tan profundo y difícil de entender. Sin embargo, después, al darse cuenta de que había personas con la disposición al entendimiento, decidió aceptar la invitación para enseñar.

DJ: Esto no deja de ser muy profundo y difícil de entender. ¿Cómo podemos empezar y de dónde podría venir este entendimiento?

AS: Sr. Banchorn, ¿ha escuchado alguna vez la palabra “pāramī” (perfecciones)?

DJ: Sí, la he escuchado.

AS: En ese caso, ¿qué significa? ¿Ve? Es que no hemos pensado en absoluto en el significado profundo de cada palabra. *Pāra* significa orilla; *pāramī* significa llegar a la otra orilla. Esta orilla está llena de contaminantes mentales, las cuales se acumulan como *tendencias latentes* y se transmiten de un momento de conciencia a otro; condicionando así que surjan más contaminantes y, por lo mismo, aumente su tendencia. Estas *tendencias latentes* se acarrearán hasta ser abandonadas con la iluminación. Sólo entonces se llega a la otra orilla, la orilla donde ya no hay más contaminantes.

¿Cuánto tiempo lleva esto? Todas las perfecciones deben desarrollarse. Sin las perfecciones, es decir, sin escuchar el Dhamma y sin desarrollar entendimiento, diligencia, veracidad, sinceridad, resolución y firme confianza para conocer la verdad, ¿cómo puede haber cese del sufrimiento?

¿Ir a un centro de meditación a hacer qué? ¿Dónde quedaron las palabras del Perfectamente Iluminado? ¿El Buddha enseñó sobre las perfecciones? ¿Por cuánto tiempo las cultivó antes de su iluminación? Incluso sus discípulos principales cultivaron las perfecciones. ¿La gente hoy en día entiende siquiera una palabra? Aun así, se alientan a ir a centros de meditación.

Ahora, ¿es esto dañino o no? No solo esta pandemia –la cual eventualmente se puede superar– es dañina. Lo que es realmente dañino es la ignorancia, ¿cómo puede desaparecer esta? Al no apreciarse la bondad del Buddha, la ignorancia continúa acumulándose. El Buddha cultivó las perfecciones necesarias para convertirse en El Perfectamente Iluminado como un acto de generosidad para aquellos con la capacidad de entender el Dhamma, pero sin la posibilidad de hacerlo por sí mismos.

DJ: ¿Existe algún peligro o amenaza para las enseñanzas del Buddha?

AS: Sí, lo hay.

DJ: ¿Cuál es?

AS: El punto de vista equivocado.

DJ: ¿Cómo es eso?

AS: Pensar que las enseñanzas del Buddha son fáciles y que, por lo tanto, no hay necesidad de estudiarlas. ¿Has escuchado esto alguna vez?

DJ: ¿Que no es necesario estudiar?

AS: Las enseñanzas del Buddha son extraordinariamente profundas. Es necesario estudiarlas. ¿Lo ve? Esto ya es otra cosa. ¿Por qué la gente no estudia? Estudiar significa considerar cada palabra con cuidado, sabiendo que cada palabra representa una realidad apareciendo ahora mismo. En lugar de estudiar, tratan de descifrar las enseñanzas (es decir, la realidad), por sí mismos. ¿Es posible que su entendimiento sea equivalente al entendimiento del Buddha? No pueden responder preguntas ni siquiera sobre el significado de una sola palabra. ¿Qué es dhamma? ¿Qué es ariya-sacca? Ariya-sacca también es dhamma. Todo sin excepción es dhamma. Los dhammas consisten en kusala dhamma (realidades sanas), akusala dhamma (realidades malsanas) y avyākata dhamma (realidades indeterminadas, ni sanas ni malsanas). En un funeral tailandés normalmente escuchamos que se recita, "Kusalā dhammā, akusalā dhammā, avyākatā dhammā". Pero ... ¿quién escucha? ¿Quién entiende? ¿Quién sabe? ¿Y luego va a un centro de meditación...? ⁴³

¿Piensan que con la meditación pueden realmente librarse de los contaminantes mentales? El Buddha enseñó día y noche durante 45 años, más que nadie. Incluso bien entrada la noche, los devas⁴⁴ se acercaban al Buddha a hacerle preguntas. Si el Buddha no se hubiera iluminado y tampoco hubiera enseñado de este modo, no tendríamos la oportunidad de escuchar ni una sola palabra.

Independientemente de lo que se piense, todas las realidades condicionadas (saṅkhāra-dhammas) son impermanentes, todas las realidades condicionadas son insatisfactorias y todas las realidades (dhammas) son sin-yo. ¿Puede ver cómo cambian los términos? Los dos primeros aspectos, la impermanencia y la insatisfacción, se refieren a fenómenos condicionados, pero el tercer aspecto, “todos los dhammas son sin-yo” no hace excepciones. Esto se debe a que “dhamma” significa todo

⁴³ No existe el entendimiento de que el ir a un centro de meditación refleja la ignorancia del hecho de que un “yo” no existe. Lo cual también muestra que meditar o ir a un centro de meditación se debe a que no se ha estudiado o ponderado adecuadamente el buddhismo. Se asume que hay un “yo” que puede practicar y obtener resultados – resultados que dicho “yo” anhela. El comienzo del entendimiento viene cuando se cuestiona quién escucha, quién entiende, quién se esfuerza, etc. Además, ¿por qué ir a un lugar especial?, ¿acaso la realidad no está aquí ahora en este momento? Parece que se puede pensar que la realidad está en otro lugar y en otro tiempo y que, por lo tanto, es necesario ir a buscarla –tal vez a un centro de meditación– o es necesario *hacer algo*, algún tipo de ejercicio *especial*. Todas las actividades o ejercicios llamados “práctica” o “meditación” emanan de la idea –que no ha sido hecha consciente– de que existe un “yo”. De esta forma, sin duda, el resultado será el desarrollo y la acumulación de más codicia e ignorancia porque se está reforzando aun más la *idea de (la existencia de) un yo*. Es por eso que Achan Sujin afirma enfáticamente que “centro de meditación” y “destrucción de las enseñanzas del Buddha” son sinónimos.

⁴⁴ **Deva:** el significado original es “perteneciente al cielo”. Un dios, un ser divino; generalmente en plural: *devā*, los dioses.

lo que es real, independientemente de que sea condicionado (saṅkhāra o saṅkhata)⁴⁵ o incondicionado (visaṅkhāra).⁴⁶

Gracias a su gran compasión, el Buddha enseñó las sutilezas del Dhamma con gran detalle. Sabía que los seres vivos han acumulado ignorancia durante eones a lo largo de un sin fin de muertes y renacimientos. No conocer la diferencia entre kusala y akusala es peligroso porque lleva a cometer todo tipo de acciones malsanas. Este peligro es imposible de superar sin el entendimiento de la realidad. Sin entender lo que es verdad, ¿se puede ser una persona buena o éticamente capaz? ¿Puede uno abstenerse de hacer el mal?

DJ: En el análisis final, ¿cuál sería la consecuencia última de la actual crisis del buddhismo?

AS: “Buddhismo” significa las palabras del Perfectamente Iluminado. El peligro es la destrucción de las enseñanzas que ocurre cuando la gente no las estudia con respeto. Solo una persona con gran respeto por las enseñanzas y gran atención a sus detalles más sutiles puede estudiarlas adecuadamente. Tenemos que considerar todas las enseñanzas, palabra por palabra, para ver que su significado sea congruente con las Tres Canastas. Un ejemplo es la frase “todas las cosas que son reales son dhamma”. Hay algunas personas que todavía insisten que hay cosas que son *yo* (attā). ¿Cómo puede ser esto así cuando las enseñanzas son claras y consistentes de que todos los dhammas, sin excepción, no son un *yo*? Es necesario examinar la verdad para saber qué es correcto.

¿Puede alguien mandar o tener el control sobre su ira, apego, acciones malsanas o nociones incorrectas? Estamos oyendo ahora, ¿tenemos el poder para detener ese oír? Si pensamos que podemos dejar de oír a voluntad, entonces no entendemos la naturaleza del sin-yo, la *anatteidad* de todas las cosas. Los dhammas solo surgen cuando cumplen con las causas y condiciones apropiadas. Sin las condiciones adecuadas, no pueden surgir. Si las condiciones están completas, deben surgir. Si no hay ojo, ¿hay algo que podamos hacer para ver?

DJ: No, no hay nada que podamos hacer.

AS: Sin una causa para que surja la base del ojo, nadie, ni siquiera un hacedor de milagros, puede hacer que surja. La base del ojo es materia. Lo material es una realidad que no puede saber nada. Se llama rūpa-dhamma. Como todos los dhammas, los rūpas surgen por condiciones. Están condicionados por el kamma, el citta, la temperatura o los nutrientes.

⁴⁵ **Saṅkhata:** compuesto; condicionado, producido por una combinación de causas, “creado”. **Asaṅkhata** no compuesto o que no procede de causas; epíteto de **nibbāna**, lo Incondicionado.

⁴⁶ **Visaṅkhāra:** [vi+sankhāra] aniquilación, disolución, deconstrucción total = nibbāna (la realidad incondicionada).

DJ: Achan Sujin, me parece haber asimilado su respuesta. La ignorancia es lo que nos impide entender el buddhismo. Por lo tanto, si vamos a encontrar una salida, si vamos a prevenir el daño, necesitamos estudiar el Dhamma en su totalidad.

AS: Necesitamos estudiar el Dhamma con respeto y ayudarnos a mantener las enseñanzas. Es muy raro en el saṃsara tener la oportunidad de escuchar las enseñanzas. Una vez que las enseñanzas se pierden, desaparecen por mucho, mucho tiempo. Escucharlas es lo máspreciado de la vida. Los centros de meditación, o el estudio con personas que enseñan algo diferente a lo que enseñó el Buddha, conduce a la destrucción de las enseñanzas. ¿Es esto peligroso?

DJ: Sí, lo es.

AS: No hay nada más peligroso que la ignorancia. Todos queremos algo. Queremos felicidad y tranquilidad, pero no conocemos las causas correctas que producen estos resultados. Quisiéramos saber cómo protegernos de las enfermedades que ocurren en el mundo. Si la enfermedad se debe a la temperatura (utu), se puede tratar. Hay muchos avances científicos y médicos que pueden ayudar. Lo que no se puede tratar son los resultados del kamma. Si es un mal kamma, no importa cuánto tratemos, los resultados nunca podrán ser buenos.

DJ: Si el kamma es bueno, el resultado será bueno.

AS: Nadie puede detener los buenos resultados. Podemos ver que los resultados pueden ser variados y diversos, incluso en la misma persona. Todos los aspectos del ser (rasgos faciales, apariencia, conocimiento, rango, prestigio) son únicos para cada persona.

Las enseñanzas son intrincadas y sutiles. Un momento de citta surge y desaparece por completo, para nunca regresar. Lo que se vio, lo que se supo, lo que se pensó y otros factores condicionantes se unen para producir el surgimiento de la siguiente citta inmediatamente después del cese de la anterior. La desaparición de la citta presente siempre ocasiona el surgimiento inmediato de la siguiente citta, así una y otra vez.

Hay un sinfín de disciplinas mundanas, pero lo penetrante y sutil del Dhamma es infinitamente más profundo. Aún así, no invertimos tiempo en su estudio. Con el tiempo, el Dhamma dejará de existir si no es preservado con respeto. Debemos ser honestos con nosotros mismos acerca de si nuestro entendimiento de la verdad de las palabras proclamadas por el Buddha es correcto o no. Nadie en todo el universo puede saber tanto como el Buddha y solo puede haber un Perfectamente Iluminado a la vez.

DJ: ¡Bien dicho! ¡Sadhu! Una vez más, la conversación con usted, Achan Sujin, me ha dado más conocimientos e ideas para ponderar a través de un cuidadoso estudio – ideas como la necesidad de estudiar el Dhamma, las Tres Canastas, con respeto y profunda reflexión.⁴⁷

AS: A fin de cuentas, todos tenemos que dejar este mundo, ya sea a causa del virus actual que se ha convertido en pandemia o por alguna otra cosa. El único beneficio que nos llevamos a la vida siguiente es nuestra propia acumulación de cualidades éticas y de entendimiento correcto. Incluso cuando tenemos la oportunidad de escuchar y estudiar el Dhamma, a menudo estamos tan absortos en miedos –serios o intrascendentes– que la dejamos pasar; en tanto que a la ignorancia no le tememos. En comparación con otros miedos, ¿cuánto más aterradora es la ignorancia?

DJ: Es cierto que la ignorancia da más miedo, pero no he escuchado a nadie hablar del miedo a la ignorancia como usted.

AS: No tenemos miedo a la ignorancia porque ignoramos el daño que causa.

DJ: La mayor parte del tiempo estamos llenos de temores, le tenemos miedo a la oscuridad, a los fantasmas, a la pobreza, al dolor, a la muerte, etc., pero nunca he escuchado a nadie hablar sobre el miedo a la ignorancia.

AS: Así es. ¿Puede uno estar libre de peligro cuando es ignorante?

DJ: Imposible.

AS: La gente no ve el valor del entendimiento correcto y el peligro de la ignorancia. Estudiar el Dhamma genera entendimiento y conocimiento, lo cual es beneficioso no solo para uno mismo sino también para los demás. ¿Qué tanto beneficio tiene?

DJ: Todo tipo de beneficio.

AS: Beneficio tanto para uno mismo como para los demás.

DJ: Lo que significa para todos.

⁴⁷ Achan Sujin ha dicho que el entendimiento correcto debe estar en acuerdo con las Tres Canastas y parece que DJ Banchorn podría haberlo malentendido en el sentido de que uno debe estudiar por completo todos los tomos de las Tres Canastas. Estudiar no significa solo aprenderse los libros, porque de lo que habla el Buddha es de entender lo que es *real*, que es lo que está sucediendo *ahora mismo*. [Nota de Trin Phongpetra]

El entendimiento intelectual no es la atención directa a la realidad que aparece, sino una condición para el surgimiento de dicha atención. No hay *nadie* que pueda hacer que surja la atención. Si esto no es entendido, tendremos a *alguien* haciendo *algo* y esto va en contra de las enseñanzas. Ésta es la sutileza de las enseñanzas. [Alan Weller]

AS: Si todos pudiéramos ver el valor del entendimiento y el daño de la ignorancia, los beneficios serían inmensos.

DJ: Finalmente, Achan Sujin, ¿qué tiene usted que decirle a los budhistas?

AS: Ser sinceros. La palabra “Buddha” significa “persona sabia”. El Buddha impartió su enseñanza para que podamos entender lo que no podemos entender por nosotros mismos. Un budhista es aquel que sabe lo que el Buddha enseñó. Cada palabra debe estudiarse con mucho cuidado y detenimiento. Cada una de las Tres Canastas debe entenderse en total consonancia con las otras dos.

Hoy en día se piensa que, debido a que los tiempos han cambiado, está bien que un bhikkhu⁴⁸ acepte dinero, aunque esto sea contrario a la disciplina establecida para los que han abandonado la vida en familia. ¿Cómo podría ser correcto volver a recibir y manejar dinero después de haber descartado los placeres y alegrías de la vida familiar?

La ordenación implica una renuncia a todo. Si se estudia y se entiende correctamente el Vinaya, quedará claro que el propósito de la ordenación es la depuración de los contaminantes mentales. Comprender el daño de la ignorancia, que es la raíz de todos los contaminantes, conduce gradualmente a menos akusala y a la erradicación eventual de todos los contaminantes. Los que entendieron esto fueron llamados sāvakas (oyentes o discípulos). El Buddha los llamó hijos nacidos de su corazón. Con su sabiduría y conocimiento, el Buddha mostró a otros los beneficios de renunciar a la vida en familia para estudiar el Dhamma y cultivar el entendimiento que depura los contaminantes mentales.

Sin embargo, la vida de los que han sido ordenados no es adecuada para todos. La gente laica no tiene las acumulaciones para esa vida, pero sí pueden llegar a entender el Dhamma y convertirse en sotāpanna, como le sucedió el médico Jīvaka Komārabhacca. Durante la época del Buddha, numerosos laicos se convirtieron en nobles discípulos mientras aún vivían una vida en familia. Pudieron entender la realidad y alcanzar el nivel de anāgāmī. Si alcanzaban la condición de arahant, ya no podían vivir una vida en el hogar y, por lo tanto, abandonaban esa vida para ordenarse. La túnica azafrán indica la ordenación y es un símbolo de la persona que se ha ordenado que es un arahant. Los bhikkhus y las bhikkhunis⁴⁹ que no eran arahants estudiaban⁵⁰ con el

⁴⁸ **Bhikkhu:** Monje budista

⁴⁹ **Bhikkhuni:** Monja budista.

⁵⁰ Esta nota al pie es para recordarnos una vez más que a lo que se refiere con “estudio” no es solo el conocimiento derivado de los libros, sino que es una investigación de la realidad surgiendo y cesando en este momento. El estudio es un medio, no un fin. El tipo de estudio del que estamos hablando, el *estudio correcto*, se realiza con el entendimiento de que en la realidad no existe un “yo”, “sí mismo” o “ser” que pueda estudiar. Estudiar, investigar y comprender “para el yo” no es el estudio correcto. [Nota del traductor]

propósito de depurar los contaminantes mentales. Los laicos estudian por la misma razón, según sus tendencias, inclinaciones y condiciones acumuladas.

Si profesamos el buddhismo, nuestro entendimiento debe estar de acuerdo con el despertar del Buddha. A través de su gran compasión, el Buddha enseñó el Dhamma para que podamos comenzar a conocer la profunda sutileza de la realidad. Mientras todavía haya entendimiento, las enseñanzas se mantendrán y podrán continuar para beneficio de uno mismo, los demás y el mundo. Desafortunadamente, si nadie las estudia, las enseñanzas disminuirán y eventualmente desaparecerán.

DJ: Achan Sujin, nuestro más profundo agradecimiento y reconocimiento por esta oportunidad.

AS: Sí, gracias.

DJ: ¡Gracias!