UNE ✦ SACRA

Budismo

Dhammapada — Versos del Dhamma

✦ ✦ ✦

Tradición budista (atribuido al Buda y a sus discípulos)

Traducción (edición 2.4)

Créditos

Autor	Tradición budista (atribuido al Buda y a sus discípulos)
Fecha	siglos V–I a. C.
Idioma original	Pali
Versión	Traducción (edición 2.4)
Traducción	Traducción popular
Fuente	Project Gutenberg (inglês)
Licencia	CC BY-NC-SA 4.0 · original: Dominio público

Acerca de:

La antología más conocida del budismo: 423 versos atribuidos al Buda, reunidos en 26 capítulos temáticos —los pares, la vigilancia, la mente, las flores, el necio, el sabio, la felicidad, la ira, el camino, el brahmán, entre otros—.

Con lenguaje sencillo e imágenes de la vida cotidiana, resume la ética y la práctica budistas.

Forma parte del Khuddaka Nikāya, la "colección menor" del canon pali. El primer verso —"la mente precede a todas las cosas"— da el tono del libro: lo que somos nace de lo que pensamos.

Fue uno de los primeros textos budistas traducidos en Occidente, en el siglo XIX, y probablemente es el más traducido; en los países Theravāda, muchos monjes lo saben de memoria.

Fuente: https://www.gutenberg.org/ebooks/2017

Esta traducción popular y el diseño de este archivo son de Une Sacra, bajo la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 (CC BY-NC-SA 4.0): puede copiarse y compartirse citando "Une Sacra (unesacra.com)", sin uso comercial y con la misma licencia. El texto original sigue la licencia de su fuente. Términos de uso: unesacra.com/#/legal/terms

Edición digital generada el 26 de noviembre de 2026 por Une Sacra, biblioteca abierta de textos sagrados. · UneSacra.com

Índice

1. Los Versos Gemelos

2. De la Diligencia

3. El Pensamiento

4. Las Flores

5. El Necio

6. El Sabio (Pandita)

7. El Venerable (Arhat)

8. Los Millares

9. El Mal

10. El Castigo

11. La Vejez

12. El Yo

13. El Mundo

14. El Buda (El Despierto)

15. La Felicidad

16. El Placer

17. La Ira

18. La Impureza

19. El Justo

20. El Camino

21. Miscelánea

22. El Camino Descendente

23. El Elefante

24. La Sed

25. El Bhikshu (Mendicante)

26. El Brahmana (Arhat)

1. LOS VERSOS GEMELOS

✦

1

Todo lo que somos es el resultado de lo que hemos pensado: está fundado en nuestros pensamientos, está hecho de nuestros pensamientos. Si un hombre habla o actúa con un pensamiento malo, el dolor lo sigue, como la rueda sigue la pata del buey que tira del carro.

2

Todo lo que somos es el resultado de lo que hemos pensado: está fundado en nuestros pensamientos, está hecho de nuestros pensamientos. Si un hombre habla o actúa con un pensamiento puro, la felicidad lo sigue, como una sombra que nunca lo abandona.

3

"Me insultó, me golpeó, me venció, me robó" — en quienes albergan tales pensamientos el odio nunca cesará.

4

"Me insultó, me golpeó, me venció, me robó" — en quienes no albergan tales pensamientos el odio cesará.

5

Pues el odio no cesa con el odio en ningún tiempo: el odio cesa con el amor; esta es una regla antigua.

6

El mundo no sabe que todos hemos de llegar a un fin aquí; — pero en quienes lo saben, las disputas cesan de inmediato.

7

Al que vive buscando solo placeres, con los sentidos sin control, inmoderado en la comida, ocioso y débil, Mara (el tentador) ciertamente lo derribará, como el viento derriba un árbol débil.

8

Al que vive sin buscar placeres, con los sentidos bien controlados, moderado en la comida, fiel y fuerte, a ese Mara ciertamente no lo derribará, como el viento no derriba una montaña de roca.

9

El que desea vestir el hábito amarillo sin haberse limpiado del pecado, que desprecia la templanza y la verdad, es indigno del hábito amarillo.

10

Pero el que se ha limpiado del pecado, está bien asentado en todas las virtudes y respeta también la templanza y la verdad, ese es verdaderamente digno del hábito amarillo.

11

Los que imaginan la verdad en la falsedad y ven la falsedad en la verdad nunca llegan a la verdad, sino que siguen deseos vanos.

12

Los que reconocen la verdad en la verdad y la falsedad en la falsedad llegan a la verdad y siguen deseos verdaderos.

13

Como la lluvia atraviesa una casa mal techada, la pasión atraviesa una mente irreflexiva.

14

Como la lluvia no atraviesa una casa bien techada, la pasión no atraviesa una mente bien reflexiva.

15

El malhechor se lamenta en este mundo y se lamenta en el próximo; se lamenta en ambos. Se lamenta y sufre cuando ve el mal de su propia obra.

16

El hombre virtuoso se deleita en este mundo y se deleita en el próximo; se deleita en ambos. Se deleita y se regocija cuando ve la pureza de su propia obra.

17

El malhechor sufre en este mundo y sufre en el próximo; sufre en ambos. Sufre cuando piensa en el mal que ha hecho; sufre más cuando sigue por el mal camino.

18

El hombre virtuoso es feliz en este mundo y es feliz en el próximo; es feliz en ambos. Es feliz cuando piensa en el bien que ha hecho; es aún más feliz cuando sigue por el buen camino.

19

El hombre irreflexivo, aunque sepa recitar una gran parte (de la ley), si no la pone en práctica, no tiene parte en el sacerdocio, sino que es como un vaquero que cuenta las vacas de otros.

20

El seguidor de la ley, aunque solo sepa recitar una pequeña parte (de la ley), si, habiendo abandonado la pasión, el odio y la necedad, posee el verdadero conocimiento y la serenidad de la mente, y no se preocupa por nada en este mundo ni en el venidero, ese tiene verdaderamente parte en el sacerdocio.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

2. DE LA DILIGENCIA

✦

21

La diligencia es el camino de la inmortalidad (Nirvana); la negligencia, el camino de la muerte. Los diligentes no mueren; los negligentes son como si ya estuvieran muertos.

22

Los que han avanzado en la diligencia, habiendo comprendido esto con claridad, se deleitan en la diligencia y se regocijan en el conocimiento de los Ariyas (los elegidos).

23

Estos sabios, meditativos, firmes, siempre dotados de gran fuerza, alcanzan el Nirvana, la felicidad suprema.

24

Si una persona diligente se ha despertado, si no es olvidadiza, si sus actos son puros, si obra con consideración, si se refrena y vive conforme a la ley, — entonces su gloria aumentará.

25

Despertándose, con diligencia, con refrenamiento y dominio, el sabio puede hacerse una isla que ninguna inundación puede anegar.

26

Los necios, hombres de mala sabiduría, siguen la vanidad. El sabio guarda la diligencia como su mejor joya.

27

¡No sigas la vanidad, ni el goce del amor y la lujuria! Quien es diligente y meditativo obtiene abundante alegría.

28

Cuando el hombre instruido aleja la vanidad con la diligencia, él, el sabio, subiendo a las altas terrazas de la sabiduría, mira desde arriba a los necios; sereno, contempla a la multitud afanosa, como quien está en una montaña mira abajo a los que están en la llanura.

29

Diligente entre los negligentes, despierto entre los que duermen, el sabio avanza como un caballo de carreras, dejando atrás al jamelgo.

30

Por la diligencia Maghavan (Indra) se elevó al señorío de los dioses. La gente alaba la diligencia; la negligencia siempre es censurada.

31

Un Bhikshu (mendicante) que se deleita en la diligencia, que mira con temor la negligencia, avanza como el fuego, quemando todas sus cadenas, pequeñas o grandes.

32

Un Bhikshu (mendicante) que se deleita en la reflexión, que mira con temor la negligencia, no puede caer (de su estado perfecto) — está cerca del Nirvana.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

3. EL PENSAMIENTO

✦

33

Como el flechero endereza su flecha, el sabio endereza su pensamiento tembloroso e inestable, difícil de guardar, difícil de contener.

34

Como un pez sacado de su morada acuática y arrojado a tierra seca, nuestro pensamiento tiembla entero para escapar del dominio de Mara (el tentador).

35

Es bueno domar la mente, que es difícil de contener y voluble, y corre adonde le place; una mente domada trae felicidad.

36

Que el sabio guarde sus pensamientos, pues son difíciles de percibir, muy astutos, y corren adonde les place: los pensamientos bien guardados traen felicidad.

37

Los que refrenan la mente, que viaja lejos, anda sola, no tiene cuerpo y se esconde en la cámara (del corazón), quedarán libres de los lazos de Mara (el tentador).

38

Si los pensamientos de un hombre son inestables, si no conoce la verdadera ley, si su paz de espíritu está turbada, su conocimiento nunca será perfecto.

39

Si los pensamientos de un hombre no están dispersos, si su mente no está perpleja, si ha dejado de pensar en el bien o en el mal, entonces no hay temor para él mientras está vigilante.

40

Sabiendo que este cuerpo es (frágil) como una vasija, y haciendo este pensamiento firme como una fortaleza, se debe atacar a Mara (el tentador) con el arma del conocimiento, se lo debe vigilar una vez vencido y no descansar nunca.

41

Dentro de poco, ¡ay!, este cuerpo yacerá sobre la tierra, despreciado, sin entendimiento, como un tronco inútil.

42

Haga lo que haga un aborrecedor a otro aborrecedor, o un enemigo a un enemigo, una mente mal dirigida nos hará mayor daño.

43

Ni la madre, ni el padre harán tanto, ni ningún otro pariente; una mente bien dirigida nos prestará mayor servicio.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

4. LAS FLORES

✦

44

¿Quién vencerá esta tierra, y el mundo de Yama (el señor de los difuntos), y el mundo de los dioses? ¿Quién encontrará el camino claramente mostrado de la virtud, como un hombre hábil encuentra la flor (adecuada)?

45

El discípulo vencerá la tierra, y el mundo de Yama, y el mundo de los dioses. El discípulo encontrará el camino claramente mostrado de la virtud, como un hombre hábil encuentra la flor (adecuada).

46

El que sabe que este cuerpo es como la espuma, y ha aprendido que es tan insustancial como un espejismo, romperá la flecha de punta florida de Mara y nunca verá al rey de la muerte.

47

La muerte se lleva al hombre que está recogiendo flores y cuya mente está distraída, como una inundación se lleva una aldea dormida.

48

La muerte somete al hombre que está recogiendo flores y cuya mente está distraída, antes de que se sacie en sus placeres.

49

Como la abeja recoge el néctar y se va sin dañar la flor, ni su color, ni su aroma, así habite el sabio en su aldea.

50

No las perversidades de los demás, ni sus pecados de acción u omisión, sino sus propias faltas y negligencias es lo que el sabio debe observar.

51

Como una bella flor, llena de color pero sin aroma, son las palabras bellas pero infructuosas de quien no obra conforme a ellas.

52

Pero, como una bella flor, llena de color y llena de aroma, son las palabras bellas y fructíferas de quien obra conforme a ellas.

53

Como de un montón de flores se pueden hacer muchas clases de guirnaldas, así muchas cosas buenas puede lograr un mortal una vez nacido.

54

El aroma de las flores no viaja contra el viento, ni (el) del sándalo, ni el de las flores de Tagara y Mallika; pero el aroma de las personas buenas viaja incluso contra el viento; un hombre bueno impregna todo lugar.

55

Sándalo o Tagara, una flor de loto o una Vassiki: entre estas clases de perfumes, el perfume de la virtud es insuperable.

56

Pobre es el aroma que viene del Tagara y del sándalo; — el perfume de los que poseen la virtud sube hasta los dioses como el más alto.

57

De las personas que poseen estas virtudes, que viven sin negligencia y que están liberadas por el verdadero conocimiento, Mara, el tentador, nunca encuentra el camino.

58–59

Como en un montón de basura arrojado en el camino real crecerá el lirio lleno de dulce perfume y encanto, así el discípulo del Buda verdaderamente iluminado resplandece por su conocimiento entre los que son como basura, entre la gente que anda en tinieblas.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

5. EL NECIO

✦

60

Larga es la noche para quien está despierto; larga es una milla para quien está cansado; larga es la vida para los necios que no conocen la verdadera ley.

61

Si un viajero no encuentra a alguien mejor que él, o igual, que mantenga firmemente su viaje solitario; no hay compañerismo con un necio.

62

"Estos hijos me pertenecen, y esta riqueza me pertenece": con tales pensamientos se atormenta el necio. Él mismo no se pertenece a sí mismo; ¿cuánto menos los hijos y la riqueza?

63

El necio que conoce su necedad es sabio al menos en eso. Pero el necio que se cree sabio, ese es llamado verdaderamente necio.

64

Si un necio se asocia con un sabio aun toda su vida, percibirá la verdad tan poco como una cuchara percibe el sabor de la sopa.

65

Si un hombre inteligente se asocia con un sabio aunque sea un solo minuto, pronto percibirá la verdad, como la lengua percibe el sabor de la sopa.

66

Los necios de poco entendimiento tienen por mayores enemigos a sí mismos, pues hacen malas acciones que han de dar frutos amargos.

67

No está bien hecha la acción de la que el hombre ha de arrepentirse, y cuya recompensa recibe llorando y con el rostro en lágrimas.

68

No, bien hecha está la acción de la que el hombre no se arrepiente, y cuya recompensa recibe con gusto y de buen ánimo.

69

Mientras la mala acción hecha no da fruto, el necio piensa que es como la miel; pero cuando madura, entonces el necio sufre la pena.

70

Aunque un necio, mes tras mes, coma su alimento (como un asceta) con la punta de una brizna de hierba Kusa, no vale la decimosexta parte de los que han sopesado bien la ley.

71

Una mala acción, como la leche recién ordeñada, no se agria (súbitamente); ardiendo sin llama, como el fuego cubierto de cenizas, sigue al necio.

72

Y cuando la mala acción, después de haberse conocido, trae pena al necio, entonces destruye su buena suerte, más aún, le parte la cabeza.

73

¡Que el necio desee una falsa reputación, precedencia entre los Bhikshus, señorío en los conventos, veneración entre las demás gentes!

74

"Que tanto el laico como el que ha dejado el mundo piensen que esto lo he hecho yo; que me estén sujetos en todo lo que se ha de hacer o no hacer": así es la mente del necio, y crecen su deseo y su orgullo.

75

"Uno es el camino que lleva a la riqueza, otro el camino que lleva al Nirvana"; si el Bhikshu, el discípulo del Buda, ha aprendido esto, no ansiará honores, sino que se esforzará por apartarse del mundo.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

6. EL SABIO (PANDITA)

✦

76

Si ves a un hombre inteligente que te dice dónde se encuentran los verdaderos tesoros, que muestra lo que se debe evitar y que hace reprensiones, sigue a ese sabio; será mejor, no peor, para quienes lo sigan.

77

¡Que amoneste, que enseñe, que prohíba lo indebido! — será amado por los buenos; por los malos será odiado.

78

No tengas por amigos a malhechores, no tengas por amigos a gente vil: ten por amigos a personas virtuosas, ten por amigos a los mejores de los hombres.

79

El que bebe de la ley vive feliz con la mente serena: el sabio se regocija siempre en la ley, tal como la predican los elegidos (Ariyas).

80

Los constructores de canales conducen el agua (adonde quieren); los flecheros curvan la flecha; los carpinteros curvan un tronco de madera; los sabios se moldean a sí mismos.

81

Como una roca sólida no es sacudida por el viento, los sabios no vacilan entre la censura y la alabanza.

82

Los sabios, después de haber escuchado las leyes, se vuelven serenos, como un lago profundo, liso y quieto.

83

Las personas buenas siguen adelante pase lo que pase; los buenos no parlotean anhelando el placer; tocados por la felicidad o por la tristeza, los sabios nunca parecen exaltados ni abatidos.

84

Si, ya sea por sí mismo o por otros, un hombre no desea ni hijo, ni riqueza, ni señorío, y si no desea su propio éxito por medios injustos, entonces es bueno, sabio y virtuoso.

85

Pocos son entre los hombres los que llegan a la otra orilla (se vuelven Arhats); los demás aquí corren arriba y abajo por la orilla.

86

Pero los que, cuando la ley les ha sido bien predicada, siguen la ley, atravesarán el dominio de la muerte, por difícil que sea de vencer.

87–88

El sabio debe dejar el estado oscuro (de la vida ordinaria) y seguir el estado luminoso (del Bhikshu). Después de pasar de su hogar a un estado sin hogar, debe en su retiro buscar el deleite donde parecía no haber deleite. Dejando atrás todos los placeres y sin llamar suyo a nada, el sabio debe purificarse de todas las perturbaciones de la mente.

89

Aquellos cuya mente está bien asentada en los (siete) elementos del conocimiento, que, sin aferrarse a nada, se regocijan en la libertad del apego, cuyos apetitos han sido vencidos y que están llenos de luz, son libres (ya) en este mundo.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

7. EL VENERABLE (ARHAT)

✦

90

No hay sufrimiento para quien ha terminado su viaje y ha abandonado la aflicción, que se ha liberado por todos lados y se ha sacudido todas las cadenas.

91

Parten con los pensamientos bien recogidos, no se complacen en su morada; como cisnes que han dejado su lago, dejan casa y hogar.

92

Los hombres que no tienen riquezas, que viven de alimento reconocido, que han percibido el vacío y la libertad incondicionada (Nirvana), su camino es difícil de comprender, como el de las aves en el aire.

93

Aquel cuyos apetitos están aquietados, que no está absorto en el goce, que ha percibido el vacío y la libertad incondicionada (Nirvana), su camino es difícil de comprender, como el de las aves en el aire.

94

Hasta los dioses envidian a aquel cuyos sentidos, como caballos bien domados por el conductor, han sido sometidos, que está libre de orgullo y libre de apetitos.

95

Quien así cumple su deber es tolerante como la tierra, como el rayo de Indra; es como un lago sin lodo; no le aguardan nuevos nacimientos.

96

Su pensamiento es sereno, serenas son su palabra y su acción, cuando ha obtenido la libertad por el verdadero conocimiento, cuando se ha vuelto así un hombre sereno.

97

El hombre libre de credulidad, pero que conoce lo increado, que ha cortado todos los lazos, apartado todas las tentaciones, renunciado a todos los deseos, ese es el más grande de los hombres.

98

En una aldea o en un bosque, en las aguas profundas o en tierra seca, dondequiera que habiten personas venerables (Arhanta), ese lugar es delicioso.

99

Los bosques son deliciosos; donde el mundo no encuentra deleite, allí los que están libres de pasión encontrarán deleite, pues no buscan placeres.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

8. LOS MILLARES

✦

100

Aunque un discurso tenga mil (palabras), si está hecho de palabras sin sentido, mejor es una palabra con sentido, que, si un hombre la oye, se aquieta.

101

Aunque una Gatha (poema) tenga mil (palabras), si está hecha de palabras sin sentido, mejor es una palabra de una Gatha, que, si un hombre la oye, se aquieta.

102

Aunque un hombre recite cien Gathas hechas de palabras sin sentido, mejor es una palabra de la ley, que, si un hombre la oye, se aquieta.

103

Si un hombre vence en batalla a mil veces mil hombres, y otro se vence a sí mismo, este es el mayor de los vencedores.

104–105

Vencerse a sí mismo es mejor que vencer a todas las demás personas; ni siquiera un dios, un Gandharva, ni Mara con Brahman podrían convertir en derrota la victoria de un hombre que se ha vencido a sí mismo y vive siempre bajo control.

106

Si un hombre durante cien años sacrifica mes tras mes con mil, y si por un solo momento rinde homenaje a un hombre cuya alma está asentada (en el verdadero conocimiento), mejor es ese homenaje que el sacrificio de cien años.

107

Si un hombre durante cien años adora a Agni (el fuego) en el bosque, y si por un solo momento rinde homenaje a un hombre cuya alma está asentada (en el verdadero conocimiento), mejor es ese homenaje que el sacrificio de cien años.

108

Sea lo que sea lo que un hombre sacrifique en este mundo como ofrenda o como oblación durante un año entero para ganar mérito, todo ello no vale una cuarta parte (un ochavo); mejor es la reverencia mostrada a los justos.

109

Al que siempre saluda y constantemente reverencia a los ancianos, cuatro cosas le aumentarán: la vida, la belleza, la felicidad, el poder.

110

Pero, más que vivir cien años vicioso y desenfrenado, mejor es la vida de un solo día de un hombre virtuoso y reflexivo.

111

Y, más que vivir cien años ignorante y desenfrenado, mejor es la vida de un solo día de un hombre sabio y reflexivo.

112

Y, más que vivir cien años ocioso y débil, mejor es la vida de un solo día de un hombre que ha alcanzado una fuerza firme.

113

Y, más que vivir cien años sin ver el principio y el fin, mejor es la vida de un solo día de un hombre que ve el principio y el fin.

114

Y, más que vivir cien años sin ver el lugar inmortal, mejor es la vida de un solo día de un hombre que ve el lugar inmortal.

115

Y, más que vivir cien años sin ver la ley suprema, mejor es la vida de un solo día de un hombre que ve la ley suprema.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

9. EL MAL

✦

116

Si un hombre quiere apresurarse hacia el bien, debe mantener su pensamiento lejos del mal; si un hombre hace el bien con pereza, su mente se deleita en el mal.

117

Si un hombre comete un pecado, que no lo haga de nuevo; que no se deleite en el pecado: el dolor es el fruto del mal.

118

Si un hombre hace lo que es bueno, que lo haga de nuevo; que se deleite en ello: la felicidad es el fruto del bien.

119

Incluso un malhechor ve la felicidad mientras su mala acción no ha madurado; pero cuando su mala acción ha madurado, entonces el malhechor ve el mal.

120

Incluso un hombre bueno ve días malos mientras su buena acción no ha madurado; pero cuando su buena acción ha madurado, entonces el hombre bueno ve días felices.

121

Que nadie tenga en poco el mal, diciendo en su corazón: No llegará a mí. Hasta con la caída de gotas de agua se llena un cántaro; el necio se llena de mal, aunque lo junte poco a poco.

122

Que nadie tenga en poco el bien, diciendo en su corazón: No llegará a mí. Hasta con la caída de gotas de agua se llena un cántaro; el sabio se llena de bien, aunque lo junte poco a poco.

123

Que el hombre evite las malas acciones, como el mercader que tiene pocos compañeros y lleva mucha riqueza evita un camino peligroso; como el hombre que ama la vida evita el veneno.

124

Quien no tiene herida en la mano puede tocar el veneno con la mano; el veneno no afecta a quien no tiene herida; ni hay mal para quien no comete el mal.

125

Si un hombre ofende a una persona inofensiva, pura e inocente, el mal recae sobre ese necio, como polvo fino arrojado contra el viento.

126

Algunos vuelven a nacer; los malhechores van al infierno; los justos van al cielo; los que están libres de todos los deseos mundanos alcanzan el Nirvana.

127

Ni en el cielo, ni en medio del mar, ni aunque entremos en las grietas de las montañas, se conoce en todo el mundo un lugar donde un hombre pueda librarse de una mala acción.

128

Ni en el cielo, ni en medio del mar, ni aunque entremos en las grietas de las montañas, se conoce en todo el mundo un lugar donde la muerte no pueda vencer (al mortal).

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

10. EL CASTIGO

✦

129

Todos los hombres tiemblan ante el castigo, todos los hombres temen la muerte; recuerda que eres como ellos, y no mates ni causes matanza.

130

Todos los hombres tiemblan ante el castigo, todos los hombres aman la vida; recuerda que eres como ellos, y no mates ni causes matanza.

131

El que, buscando su propia felicidad, castiga o mata a seres que también anhelan la felicidad, no encontrará la felicidad después de la muerte.

132

El que, buscando su propia felicidad, no castiga ni mata a seres que también anhelan la felicidad, encontrará la felicidad después de la muerte.

133

No hables con aspereza a nadie; aquellos a quienes hables te responderán del mismo modo. El habla airada es dolorosa; golpe por golpe te alcanzará.

134

Si, como una placa de metal rajada (un gong), no emites sonido, entonces has alcanzado el Nirvana; la contienda no te es conocida.

135

Como el vaquero con su cayado conduce sus vacas al establo, así la Vejez y la Muerte conducen la vida de los hombres.

136

El necio no sabe cuándo comete sus malas acciones: pero el hombre perverso arde por sus propias acciones, como si lo quemara el fuego.

137

El que inflige dolor a personas inocentes e inofensivas pronto llegará a uno de estos diez estados:

138

Tendrá sufrimiento cruel, pérdida, lesión del cuerpo, aflicción grave o pérdida de la razón,

139

O una desgracia venida del rey, o una acusación terrible, o la pérdida de los parientes, o la destrucción de los tesoros,

140

O el fuego del rayo quemará sus casas; y cuando su cuerpo sea destruido, el necio irá al infierno.

141

Ni la desnudez, ni el cabello trenzado, ni la suciedad, ni el ayuno, ni acostarse en la tierra, ni frotarse con polvo, ni permanecer sentado inmóvil pueden purificar a un mortal que no ha vencido los deseos.

142

El que, aunque vestido con ropas finas, ejerce la tranquilidad, es sereno, sometido, contenido, casto, y ha dejado de censurar a todos los demás seres, ese es verdaderamente un Brahmana, un asceta (sramana), un fraile (bhikshu).

143

¿Hay en este mundo algún hombre tan contenido por la humildad que no haga caso de la reprensión, como un caballo bien adiestrado no hace caso del látigo?

144

Como un caballo bien adiestrado cuando lo toca el látigo, sed activos y vivos, y por la fe, por la virtud, por la energía, por la meditación, por el discernimiento de la ley venceréis este gran dolor (de la reprensión), perfectos en conocimiento y en conducta, y nunca olvidadizos.

145

Los constructores de canales conducen el agua (adonde quieren); los flecheros curvan la flecha; los carpinteros curvan un tronco de madera; las personas buenas se moldean a sí mismas.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

11. LA VEJEZ

✦

146

¿Cómo puede haber risa, cómo puede haber alegría, si este mundo está siempre ardiendo? ¿Por qué no buscáis una luz, vosotros que estáis rodeados de tinieblas?

147

¡Mira este bulto adornado, cubierto de heridas, ensamblado, enfermizo, lleno de muchos pensamientos, que no tiene fuerza ni firmeza!

148

Este cuerpo está consumido, lleno de enfermedad y frágil; este montón de corrupción se deshace en pedazos; la vida en verdad termina en la muerte.

149

Esos huesos blancos, como calabazas tiradas en otoño, ¿qué placer hay en mirarlos?

150

Después de hacer una fortaleza con los huesos, se la cubre de carne y sangre, y en ella habitan la vejez y la muerte, el orgullo y el engaño.

151

Los brillantes carros de los reyes son destruidos, el cuerpo también se acerca a la destrucción, pero la virtud de las personas buenas nunca se acerca a la destrucción — así dicen los buenos a los buenos.

152

El hombre que ha aprendido poco envejece como un buey; su carne crece, pero su conocimiento no crece.

153–154

Buscando al constructor de este tabernáculo, tendré que recorrer un curso de muchos nacimientos mientras no (lo) encuentre; y doloroso es nacer una y otra vez. Pero ahora, constructor del tabernáculo, has sido visto; no volverás a construir este tabernáculo. Todas tus vigas están rotas, tu viga maestra está partida; la mente, acercándose a lo Eterno (visankhara, nirvana), ha alcanzado la extinción de todos los deseos.

155

Los hombres que no han observado la disciplina debida y no han ganado tesoros en su juventud perecen como viejas garzas en un lago sin peces.

156

Los hombres que no han observado la disciplina debida y no han ganado tesoros en su juventud yacen, como arcos rotos, suspirando por el pasado.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

12. EL YO

✦

157

Si un hombre se estima a sí mismo, que se vigile con cuidado; durante al menos una de las tres vigilias el sabio debe estar atento.

158

Que cada hombre se dirija primero a lo que es debido, y luego enseñe a otros; así el sabio no sufrirá.

159

Si un hombre se hace a sí mismo tal como enseña a otros a ser, entonces, estando él mismo bien sometido, podrá someter (a otros); el propio yo es en verdad difícil de someter.

160

El yo es el señor del yo; ¿quién más podría ser el señor? Con el yo bien sometido, el hombre encuentra un señor como pocos pueden encontrar.

161

El mal hecho por uno mismo, engendrado por uno mismo, criado por uno mismo, aplasta al necio, como el diamante rompe una piedra preciosa.

162

Aquel cuya maldad es muy grande se rebaja al estado en que su enemigo desea verlo, como hace la enredadera con el árbol que rodea.

163

Las malas acciones, y las acciones dañinas para nosotros mismos, son fáciles de hacer; lo que es beneficioso y bueno, eso es muy difícil de hacer.

164

El hombre necio que desprecia la regla de los venerables (Arahat), de los elegidos (Ariya), de los virtuosos, y sigue una falsa doctrina, da fruto para su propia destrucción, como los frutos de la caña Katthaka.

165

Por uno mismo se hace el mal, por uno mismo se sufre; por uno mismo se deja de hacer el mal, por uno mismo uno se purifica. La pureza y la impureza pertenecen a cada uno; nadie puede purificar a otro.

166

Que nadie olvide su propio deber por el deber de otro, por grande que sea; que el hombre, después de haber discernido su propio deber, esté siempre atento a su deber.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

13. EL MUNDO

✦

167

¡No sigas la mala ley! ¡No sigas viviendo en la negligencia! ¡No sigas la falsa doctrina! No seas amigo del mundo.

168

¡Despierta! ¡No seas ocioso! ¡Sigue la ley de la virtud! El virtuoso descansa en la dicha en este mundo y en el próximo.

169

Sigue la ley de la virtud; no sigas la del pecado. El virtuoso descansa en la dicha en este mundo y en el próximo.

170

Mira el mundo como una burbuja, míralo como un espejismo: el rey de la muerte no ve a quien así mira el mundo desde arriba.

171

Ven, mira este mundo reluciente, semejante a un carro real; los necios están sumergidos en él, pero los sabios no lo tocan.

172

El que antes era imprudente y después se volvió sobrio ilumina este mundo, como la luna cuando se libra de las nubes.

173

Aquel cuyas malas acciones son cubiertas por buenas acciones ilumina este mundo, como la luna cuando se libra de las nubes.

174

Este mundo es oscuro; solo unos pocos pueden ver aquí; solo unos pocos van al cielo, como aves que escaparon de la red.

175

Los cisnes siguen el camino del sol, atraviesan el éter por su poder milagroso; los sabios son conducidos fuera de este mundo cuando han vencido a Mara y a su séquito.

176

Si un hombre ha transgredido una ley, y dice mentiras, y se burla de otro mundo, no hay mal que no haga.

177

Los que no son caritativos no van al mundo de los dioses; solo los necios no alaban la generosidad; el sabio se regocija en la generosidad y por ella se vuelve bienaventurado en el otro mundo.

178

Mejor que la soberanía sobre la tierra, mejor que ir al cielo, mejor que el señorío sobre todos los mundos, es la recompensa del primer paso en la santidad.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

14. EL BUDA (EL DESPIERTO)

✦

179

Aquel cuya conquista no es reconquistada, en cuya conquista nadie en este mundo penetra, ¿por qué senda podréis conducirlo, al Despierto, al Omnisciente, al sin senda?

180

Aquel a quien ningún deseo, con sus lazos y venenos, puede extraviar, ¿por qué senda podréis conducirlo, al Despierto, al Omnisciente, al sin senda?

181

Hasta los dioses envidian a los que están despiertos y no son olvidadizos, que se dan a la meditación, que son sabios y que se deleitan en el reposo del retiro (del mundo).

182

Difícil (de obtener) es la concepción como ser humano, difícil es la vida de los mortales, difícil es oír la Verdadera Ley, difícil es el nacimiento de los Despiertos (la obtención del estado de Buda).

183

No cometer ningún pecado, hacer el bien y purificar la propia mente: esta es la enseñanza de (todos) los Despiertos.

184

Los Despiertos llaman a la paciencia la más alta penitencia, a la longanimidad el más alto Nirvana; pues no es anacoreta (pravragita) quien golpea a otros, no es asceta (sramana) quien insulta a otros.

185

No censurar, no golpear, vivir contenido bajo la ley, ser moderado en el comer, dormir y sentarse solo y detenerse en los pensamientos más elevados — esta es la enseñanza de los Despiertos.

186

No hay modo de saciar las codicias, ni siquiera con una lluvia de monedas de oro; el que sabe que las codicias tienen un sabor breve y causan dolor, ese es sabio;

187

Ni en los placeres celestiales encuentra satisfacción; el discípulo plenamente despierto se deleita solo en la destrucción de todos los deseos.

188

Los hombres, empujados por el miedo, van a muchos refugios: a montañas y bosques, a arboledas y árboles sagrados.

189

Pero ese no es un refugio seguro, ese no es el mejor refugio; el hombre no se libra de todos los dolores después de haber ido a ese refugio.

190

El que se refugia en el Buda, la Ley y la Iglesia; el que, con claro entendimiento, ve las cuatro santas verdades: —

191

A saber, el dolor, el origen del dolor, la destrucción del dolor y el santo camino óctuple que lleva al apaciguamiento del dolor; —

192

Ese es el refugio seguro, ese es el mejor refugio; habiendo ido a ese refugio, el hombre se libra de todo dolor.

193

Una persona sobrenatural (un Buda) no es fácil de encontrar; no nace en cualquier parte. Dondequiera que nace un sabio así, esa estirpe prospera.

194

Feliz es el surgimiento de los despiertos, feliz es la enseñanza de la Verdadera Ley, feliz es la paz en la iglesia, feliz es la devoción de los que están en paz.

195–196

El que rinde homenaje a quienes lo merecen, sean los despiertos (Buda) o sus discípulos, los que han vencido a la hueste (de los males) y cruzado el torrente de la tristeza; el que rinde homenaje a los que han encontrado la liberación y no conocen el miedo, su mérito nunca podrá ser medido por nadie.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

15. LA FELICIDAD

✦

197

¡Vivamos pues felices, sin odiar a los que nos odian! ¡Entre los hombres que nos odian, habitemos libres de odio!

198

¡Vivamos pues felices, libres de dolencias entre los dolientes! ¡Entre los hombres que padecen dolencias, habitemos libres de dolencias!

199

¡Vivamos pues felices, libres de codicia entre los codiciosos! ¡Entre los hombres que son codiciosos, habitemos libres de codicia!

200

¡Vivamos pues felices, aunque nada llamemos nuestro! ¡Seremos como los dioses luminosos, alimentándonos de felicidad!

201

La victoria engendra odio, pues el vencido es infeliz. El que ha renunciado tanto a la victoria como a la derrota, ese, el contento, es feliz.

202

No hay fuego como la pasión; no hay lance perdedor como el odio; no hay dolor como este cuerpo; no hay felicidad más alta que el reposo.

203

El hambre es la peor de las enfermedades, el cuerpo el mayor de los dolores; si uno sabe esto verdaderamente, eso es el Nirvana, la felicidad suprema.

204

La salud es el mayor de los dones, el contento la mejor de las riquezas; la confianza es el mejor de los parentescos, el Nirvana la felicidad suprema.

205

El que ha probado la dulzura de la soledad y la tranquilidad está libre de miedo y libre de pecado, mientras prueba la dulzura de beber de la ley.

206

La vista de los elegidos (Arya) es buena, vivir con ellos es siempre felicidad; si un hombre no ve a los necios, será verdaderamente feliz.

207

El que anda en compañía de necios sufre un largo camino; la compañía de los necios, como la de un enemigo, es siempre dolorosa; la compañía de los sabios es placer, como el encuentro con los parientes.

208

Por consiguiente, se debe seguir al sabio, al inteligente, al instruido, al muy paciente, al cumplidor, al elegido; se debe seguir a un hombre bueno y sabio, como la luna sigue el camino de las estrellas.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

16. EL PLACER

✦

209

El que se entrega a la vanidad y no se entrega a la meditación, olvidando el verdadero fin (de la vida) y aferrándose al placer, con el tiempo envidiará al que se ha esforzado en la meditación.

210

Que nadie busque nunca lo agradable, ni lo desagradable. No ver lo agradable es dolor, y es dolor ver lo desagradable.

211

Que nadie, por consiguiente, ame cosa alguna; la pérdida de lo amado es un mal. Los que nada aman y nada odian no tienen cadenas.

212

Del placer viene la aflicción, del placer viene el miedo; el que está libre del placer no conoce ni aflicción ni miedo.

213

Del afecto viene la aflicción, del afecto viene el miedo; el que está libre del afecto no conoce ni aflicción ni miedo.

214

De la lujuria viene la aflicción, de la lujuria viene el miedo; el que está libre de la lujuria no conoce ni aflicción ni miedo.

215

Del amor viene la aflicción, del amor viene el miedo; el que está libre del amor no conoce ni aflicción ni miedo.

216

De la codicia viene la aflicción, de la codicia viene el miedo; el que está libre de la codicia no conoce ni aflicción ni miedo.

217

Al que posee virtud e inteligencia, que es justo, dice la verdad y se ocupa de lo que le corresponde, a ese el mundo lo tendrá por querido.

218

Aquel en quien ha brotado el deseo de lo Inefable (Nirvana), que está satisfecho en su mente y cuyos pensamientos no son turbados por el amor, es llamado urdhvamsrotas (llevado hacia arriba por la corriente).

219

Parientes, amigos y amantes saludan al hombre que ha estado mucho tiempo lejos y regresa sano y salvo de lejos.

220

Del mismo modo, sus buenas obras reciben al que ha hecho el bien y ha pasado de este mundo al otro — como los parientes reciben a un amigo a su regreso.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

17. LA IRA

✦

221

¡Que el hombre deje la ira, que abandone el orgullo, que venza toda servidumbre! Ningún sufrimiento alcanza al hombre que no está apegado al nombre y la forma y que nada llama suyo.

222

Al que contiene la ira que se alza como a un carro en marcha, a ese llamo verdadero conductor; los demás solo sostienen las riendas.

223

¡Que el hombre venza la ira con el amor, que venza el mal con el bien; que venza al avaro con la generosidad, al mentiroso con la verdad!

224

Di la verdad, no cedas a la ira; da, si te piden poco; por estos tres pasos llegarás cerca de los dioses.

225

Los sabios que no dañan a nadie y que siempre controlan su cuerpo irán al lugar inmutable (Nirvana), adonde, una vez idos, no sufrirán más.

226

Los que están siempre vigilantes, que estudian día y noche y que se esfuerzan por el Nirvana, sus pasiones llegarán a su fin.

227

Este es un dicho antiguo, oh Atula, no es solo de hoy: "Censuran al que se queda callado, censuran al que habla mucho, censuran también al que dice poco; no hay nadie en la tierra que no sea censurado."

228

Nunca hubo, nunca habrá, ni hay ahora, un hombre que sea siempre censurado, o un hombre que sea siempre alabado.

229–230

Pero aquel a quien los que disciernen alaban continuamente, día tras día, como sin mancha, sabio, rico en conocimiento y virtud, ¿quién se atrevería a censurarlo, como a una moneda hecha de oro del río Gambu? Hasta los dioses lo alaban; es alabado incluso por Brahman.

231

¡Guárdate de la ira del cuerpo y controla tu cuerpo! ¡Deja los pecados del cuerpo y con tu cuerpo practica la virtud!

232

¡Guárdate de la ira de la lengua y controla tu lengua! ¡Deja los pecados de la lengua y practica la virtud con tu lengua!

233

¡Guárdate de la ira de la mente y controla tu mente! ¡Deja los pecados de la mente y practica la virtud con tu mente!

234

Los sabios que controlan su cuerpo, que controlan su lengua, los sabios que controlan su mente, estos están verdaderamente bien controlados.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

18. LA IMPUREZA

✦

235

Ahora eres como una hoja seca; los mensajeros de la muerte (Yama) se han acercado a ti; estás a la puerta de tu partida y no tienes provisiones para tu viaje.

236

¡Hazte una isla, trabaja con empeño, sé sabio! Cuando tus impurezas hayan sido sopladas lejos y estés libre de culpa, entrarás en el mundo celestial de los elegidos (Ariya).

237

Tu vida ha llegado a su fin, te has acercado a la muerte (Yama); no hay lugar de descanso para ti en el camino y no tienes provisiones para tu viaje.

238

¡Hazte una isla, trabaja con empeño, sé sabio! Cuando tus impurezas hayan sido sopladas lejos y estés libre de culpa, no volverás a entrar en el nacimiento y la decadencia.

239

Que el sabio sople lejos las impurezas de su yo, como el orfebre sopla las impurezas de la plata, una a una, poco a poco y de vez en cuando.

240

Como la impureza que brota del hierro, cuando brota de él, lo destruye, así las propias obras del transgresor lo llevan al mal camino.

241

La mancha de las oraciones es no repetirlas; la mancha de las casas, no repararlas; la mancha del cuerpo es la pereza; la mancha de un vigilante, la negligencia.

242

La mala conducta es la mancha de la mujer; la avaricia, la mancha de un benefactor; manchados están todos los malos caminos en este mundo y en el próximo.

243

Pero hay una mancha peor que todas las manchas: la ignorancia es la mayor mancha. ¡Oh mendicantes! ¡Despojaos de esa mancha y quedad sin mancha!

244

La vida es fácil de vivir para el hombre sin vergüenza, un héroe de cuervo, un sembrador de discordia, un tipo insolente, atrevido y miserable.

245

Pero la vida es difícil de vivir para el hombre modesto, que siempre busca lo que es puro, que es desinteresado, sereno, sin mancha e inteligente.

246

El que destruye la vida, el que dice falsedad, el que en este mundo toma lo que no se le da, el que va a la mujer de otro hombre;

247

Y el hombre que se entrega a beber licores embriagantes, ese, ya en este mundo, arranca su propia raíz.

248

Oh hombre, sabe esto: los desenfrenados están en mal estado; ¡cuida que la avaricia y el vicio no te traigan aflicción por largo tiempo!

249

El mundo da según su fe o según su agrado: si un hombre se inquieta por la comida y la bebida dadas a otros, no encontrará descanso ni de día ni de noche.

250

Aquel en quien ese sentimiento está destruido y arrancado de raíz encuentra descanso de día y de noche.

251

No hay fuego como la pasión, no hay tiburón como el odio, no hay trampa como la locura, no hay torrente como la codicia.

252

La falta de los demás se percibe fácilmente, pero la propia es difícil de percibir; el hombre avienta las faltas de su vecino como la paja, pero esconde la suya propia, como el tramposo esconde al jugador el dado malo.

253

Si un hombre se fija en las faltas de los demás y está siempre dispuesto a ofenderse, sus propias pasiones crecerán, y está lejos de la destrucción de las pasiones.

254

No hay camino por el aire; un hombre no es Samana por actos exteriores. El mundo se deleita en la vanidad; los Tathagatas (los Budas) están libres de vanidad.

255

No hay camino por el aire; un hombre no es Samana por actos exteriores. Ninguna criatura es eterna; pero los despiertos (Buda) nunca son sacudidos.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

19. EL JUSTO

✦

256–257

Un hombre no es justo si resuelve un asunto por la violencia; no, el que distingue lo correcto y lo incorrecto, que es instruido y guía a los demás, no por la violencia, sino por la ley y la equidad, y que está guardado por la ley y es inteligente, ese es llamado justo.

258

Un hombre no es instruido porque habla mucho; el que es paciente, libre de odio y de miedo, ese es llamado instruido.

259

Un hombre no es sostén de la ley porque habla mucho; aunque un hombre haya aprendido poco, si ve la ley en persona, es un sostén de la ley, un hombre que nunca descuida la ley.

260

Un hombre no es anciano porque su cabeza esté gris; su edad puede estar madura, pero se le llama "Viejo-en-vano".

261

Aquel en quien hay verdad, virtud, amor, contención, moderación, el que está libre de impureza y es sabio, ese es llamado anciano.

262

Un hombre envidioso, avaro y deshonesto no se vuelve respetable solo por hablar mucho, ni por la belleza de su tez.

263

Aquel en quien todo esto está destruido y arrancado de raíz, ese, cuando está libre de odio y es sabio, es llamado respetable.

264

No por la tonsura un hombre indisciplinado que dice falsedades se vuelve Samana; ¿puede ser Samana un hombre que todavía está cautivo del deseo y la avaricia?

265

El que siempre aquieta el mal, sea pequeño o grande, ese es llamado Samana (hombre sereno), porque ha aquietado todo mal.

266

Un hombre no es mendicante (Bhikshu) simplemente porque pide limosna a otros; quien adopta la ley entera es Bhikshu, no quien solo mendiga.

267

El que está por encima del bien y del mal, que es casto, que atraviesa el mundo con conocimiento, ese es verdaderamente llamado Bhikshu.

268–269

Un hombre no es Muni porque guarda silencio (mona, es decir, mauna), si es necio e ignorante; pero el sabio que, tomando la balanza, escoge el bien y evita el mal, ese es Muni, y por eso es Muni; el que en este mundo sopesa ambos lados es llamado Muni.

270

Un hombre no es elegido (Ariya) porque daña a las criaturas vivas; porque tiene piedad de todas las criaturas vivas, por eso un hombre es llamado Ariya.

271–272

No solo por la disciplina y los votos, no solo por mucho saber, ni entrando en trance, ni durmiendo solo, gano la felicidad de la liberación que ningún mundano puede conocer. Bhikshu, no estés confiado mientras no hayas alcanzado la extinción de los deseos.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

20. EL CAMINO

✦

273

El mejor de los caminos es el óctuple; la mejor de las verdades, las cuatro palabras; la mejor de las virtudes, la ausencia de pasión; el mejor de los hombres, el que tiene ojos para ver.

274

Este es el camino; no hay otro que lleve a la purificación de la inteligencia. ¡Sigue este camino! Todo lo demás es engaño de Mara (el tentador).

275

¡Si sigues este camino, pondrás fin al dolor! El camino fue predicado por mí cuando comprendí la extracción de las espinas (en la carne).

276

Tú mismo debes hacer el esfuerzo. Los Tathagatas (Budas) son solo predicadores. Los reflexivos que entran en el camino quedan libres de la servidumbre de Mara.

277

"Todas las cosas creadas perecen": el que sabe y ve esto se vuelve impasible en el dolor; este es el camino a la pureza.

278

"Todas las cosas creadas son aflicción y dolor": el que sabe y ve esto se vuelve impasible en el dolor; este es el camino que lleva a la pureza.

279

"Todas las formas son irreales": el que sabe y ve esto se vuelve impasible en el dolor; este es el camino que lleva a la pureza.

280

El que no se levanta cuando es hora de levantarse, que, aunque joven y fuerte, está lleno de pereza, cuya voluntad y cuyo pensamiento son débiles, ese hombre perezoso y ocioso nunca encontrará el camino del conocimiento.

281

Vigilando su habla, bien contenido en la mente, ¡que el hombre nunca cometa mal alguno con su cuerpo! Que mantenga libres estos tres caminos de la acción, y alcanzará el camino enseñado por los sabios.

282

Por el celo se obtiene el conocimiento, por la falta de celo el conocimiento se pierde; que el hombre que conoce este doble camino de ganancia y pérdida se coloque de modo que el conocimiento pueda crecer.

283

¡Talad el bosque entero (de la lujuria), no solo un árbol! El peligro sale del bosque (de la lujuria). ¡Cuando hayáis talado tanto el bosque (de la lujuria) como su maleza, entonces, Bhikshus, os habréis librado del bosque y seréis libres!

284

Mientras el amor del hombre por las mujeres, aun el más pequeño, no esté destruido, su mente estará atada, como el ternero que mama está atado a su madre.

285

¡Arranca con tu mano el amor de ti mismo, como un loto de otoño! Cultiva el camino de la paz. El Nirvana ha sido mostrado por Sugata (el Buda).

286

"Aquí habitaré en la estación de lluvias, aquí en invierno y en verano": así medita el necio, y no piensa en su muerte.

287

La muerte viene y se lleva a ese hombre, alabado por sus hijos y rebaños, con la mente distraída, como una inundación se lleva una aldea dormida.

288

Los hijos no son ayuda, ni el padre, ni los parientes; no hay ayuda de los parientes para aquel a quien la muerte ha atrapado.

289

El hombre sabio y bueno que conoce el sentido de esto debe despejar rápidamente el camino que lleva al Nirvana.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

21. MISCELÁNEA

✦

290

Si, dejando un placer pequeño, uno ve un gran placer, que el sabio deje el placer pequeño y mire al grande.

291

El que, causando dolor a otros, desea obtener placer para sí mismo, ese, enredado en los lazos del odio, nunca quedará libre del odio.

292

Lo que se debe hacer se descuida, lo que no se debe hacer se hace; los deseos de la gente indisciplinada e irreflexiva siempre van en aumento.

293

Pero aquellos cuya vigilancia está siempre completamente dirigida a su cuerpo, que no siguen lo que no se debe hacer y que hacen con firmeza lo que se debe hacer, los deseos de esa gente vigilante y sabia llegarán a su fin.

294

Un verdadero Brahmana sigue ileso, aunque haya matado a padre y madre y a dos reyes valerosos, aunque haya destruido un reino con todos sus súbditos.

295

Un verdadero Brahmana sigue ileso, aunque haya matado a padre y madre y a dos reyes santos, y además a un hombre eminente.

296

Los discípulos de Gotama (el Buda) están siempre bien despiertos, y sus pensamientos, día y noche, están siempre puestos en el Buda.

297

Los discípulos de Gotama están siempre bien despiertos, y sus pensamientos, día y noche, están siempre puestos en la ley.

298

Los discípulos de Gotama están siempre bien despiertos, y sus pensamientos, día y noche, están siempre puestos en la iglesia.

299

Los discípulos de Gotama están siempre bien despiertos, y sus pensamientos, día y noche, están siempre puestos en su cuerpo.

300

Los discípulos de Gotama están siempre bien despiertos, y su mente, día y noche, siempre se deleita en la compasión.

301

Los discípulos de Gotama están siempre bien despiertos, y su mente, día y noche, siempre se deleita en la meditación.

302

Es difícil dejar el mundo (para hacerse fraile), es difícil disfrutar del mundo; difícil es el monasterio, dolorosas son las casas; doloroso es habitar con iguales (compartiéndolo todo en común), y al mendicante itinerante lo acosa el dolor. Por consiguiente, que nadie sea mendicante itinerante, y no lo acosará el dolor.

303

Sea cual sea el lugar que elija un hombre fiel, virtuoso, célebre y rico, allí es respetado.

304

Las personas buenas brillan de lejos, como las montañas nevadas; las personas malas no se ven, como flechas disparadas de noche.

305

Solo el que, sin cesar, practica el deber de sentarse solo y dormir solo, ese, sometiéndose a sí mismo, se regocijará a solas en la destrucción de todos los deseos, como si viviera en un bosque.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

22. EL CAMINO DESCENDENTE

✦

306

El que dice lo que no es va al infierno; también el que, habiendo hecho una cosa, dice: No la he hecho. Después de la muerte ambos son iguales: son hombres de malas acciones en el otro mundo.

307

Muchos hombres cuyos hombros están cubiertos por el hábito amarillo son de mala índole y desenfrenados; tales malhechores, por sus malas acciones, van al infierno.

308

Mejor sería tragar una bola de hierro candente, como fuego llameante, que un tipo malo y desenfrenado viva de la caridad de la tierra.

309

Cuatro cosas gana el hombre imprudente que codicia la mujer de su vecino: mala reputación, una cama incómoda, en tercer lugar, castigo, y por último, el infierno.

310

Hay mala reputación y el mal camino (al infierno), hay el breve placer del asustado en brazos de la asustada, y el rey impone un castigo pesado; por consiguiente, que nadie piense en la mujer de su vecino.

311

Como una brizna de hierba, si se agarra mal, corta el brazo, el ascetismo mal practicado lleva al infierno.

312

Un acto realizado con descuido, un voto roto y una obediencia vacilante a la disciplina, todo eso no trae gran recompensa.

313

¡Si algo se ha de hacer, que el hombre lo haga, que lo acometa con vigor! Un peregrino descuidado solo esparce más lejos el polvo de sus pasiones.

314

Una mala acción es mejor dejarla sin hacer, pues el hombre se arrepiente de ella después; una buena acción es mejor hacerla, pues, habiéndola hecho, uno no se arrepiente.

315

Como un fuerte fronterizo bien guardado, con defensas por dentro y por fuera, así se guarde el hombre a sí mismo. No debe escaparse ni un momento, pues los que dejan pasar el momento oportuno sufren dolor cuando están en el infierno.

316

Los que se avergüenzan de lo que no deberían avergonzarse, y no se avergüenzan de lo que deberían avergonzarse, tales hombres, abrazando falsas doctrinas, entran en el mal camino.

317

Los que temen cuando no deberían temer, y no temen cuando deberían temer, tales hombres, abrazando falsas doctrinas, entran en el mal camino.

318

Los que prohíben cuando no hay nada que prohibir, y no prohíben cuando hay algo que prohibir, tales hombres, abrazando falsas doctrinas, entran en el mal camino.

319

Los que reconocen lo prohibido como prohibido y lo no prohibido como no prohibido, tales hombres, abrazando la verdadera doctrina, entran en el buen camino.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

23. EL ELEFANTE

✦

320

En silencio soportaré el insulto, como el elefante en la batalla soporta la flecha disparada del arco: pues el mundo es malintencionado.

321

Llevan a la batalla un elefante domado, el rey monta un elefante domado; el domado es el mejor entre los hombres, el que en silencio soporta el insulto.

322

Las mulas son buenas, si están domadas, y los nobles caballos de Sindhu, y los elefantes de grandes colmillos; pero el que se doma a sí mismo es mejor aún.

323

Pues con estos animales ningún hombre llega al país nunca hollado (Nirvana), adonde un hombre domado va sobre un animal domado, a saber, sobre su propio yo bien domado.

324

El elefante llamado Dhanapalaka, con las sienes manando savia y difícil de sujetar, no come un bocado cuando está atado; el elefante añora el bosque de los elefantes.

325

Si un hombre se vuelve gordo y gran comedor, si es dormilón y se revuelca de un lado a otro, ese necio, como un cerdo alimentado con bazofia, nace una y otra vez.

326

Esta mente mía antes andaba vagando como quería, como le placía, como le agradaba; pero ahora la contendré por completo, como el jinete que sujeta el garfio contiene al elefante furioso.

327

¡No seas irreflexivo, vigila tus pensamientos! Sácate del mal camino, como un elefante hundido en el lodo.

328

Si un hombre encuentra un compañero prudente que camine con él, sea sabio y viva con sobriedad, puede caminar con él, venciendo todos los peligros, feliz, pero atento.

329

Si un hombre no encuentra un compañero prudente que camine con él, sea sabio y viva con sobriedad, que camine solo, como un rey que ha dejado atrás su país conquistado — como un elefante en el bosque.

330

Es mejor vivir solo; no hay compañerismo con un necio; que el hombre camine solo, que no cometa pecado, con pocos deseos, como un elefante en el bosque.

331

Si surge una ocasión, los amigos son agradables; el goce es agradable, sea cual sea la causa; una buena obra es agradable en la hora de la muerte; el abandono de toda aflicción es agradable.

332

Agradable en el mundo es el estado de madre, agradable el estado de padre, agradable el estado de Samana, agradable el estado de Brahmana.

333

Agradable es la virtud que dura hasta la vejez, agradable es una fe firmemente arraigada; agradable es alcanzar la inteligencia, agradable es evitar los pecados.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

24. LA SED

✦

334

La sed de un hombre irreflexivo crece como una enredadera; corre de vida en vida, como un mono que busca fruta en el bosque.

335

A quien esta sed feroz, llena de veneno, vence en este mundo, sus sufrimientos aumentan como la abundante hierba Birana.

336

Al que vence esta sed feroz, difícil de vencer en este mundo, los sufrimientos se le caen como gotas de agua de una hoja de loto.

337

Esta palabra saludable os digo: "Vosotros, cuantos aquí estáis reunidos, arrancad la raíz de la sed, como quien quiere la fragante raíz de Usira debe arrancar la hierba Birana, para que Mara (el tentador) no os aplaste una y otra vez, como la corriente aplasta las cañas."

338

Como un árbol, aun después de cortado, sigue firme mientras su raíz está intacta, y vuelve a crecer, así, a menos que se destruyan los alimentos de la sed, el dolor (de la vida) volverá una y otra vez.

339

Aquel cuya sed, corriendo hacia el placer, es excesivamente fuerte en los treinta y seis canales, las olas se llevarán a ese hombre descarriado, a saber, sus deseos puestos en la pasión.

340

Los canales corren por todas partes, la enredadera (de la pasión) está brotando; si ves la enredadera surgiendo, corta su raíz por medio del conocimiento.

341

Los placeres de una criatura son extravagantes y lujosos; hundidos en la lujuria y buscando el placer, los hombres pasan (una y otra vez) por el nacimiento y la decadencia.

342

Los hombres, empujados por la sed, corren de un lado a otro como una liebre atrapada en el lazo; sujetos con grilletes y cadenas, sufren dolor por largo tiempo, una y otra vez.

343

Los hombres, empujados por la sed, corren de un lado a otro como una liebre atrapada en el lazo; que el mendicante, por consiguiente, expulse la sed, esforzándose por la ausencia de pasión para sí.

344

El que, habiéndose librado del bosque (de la lujuria) (es decir, después de haber alcanzado el Nirvana), se entrega a la vida del bosque (es decir, a la lujuria), y que, cuando se le aparta del bosque (es decir, de la lujuria), corre al bosque (es decir, a la lujuria), ¡mirad a ese hombre! Aunque libre, corre a la servidumbre.

345

Los sabios no llaman fuerte a la cadena hecha de hierro, madera o cáñamo; mucho más fuerte es el apego a las piedras preciosas y los anillos, a los hijos y a la esposa.

346

Los sabios llaman fuerte a la cadena que arrastra hacia abajo, que cede, pero es difícil de desatar; después de cortarla al fin, la gente deja el mundo, libre de preocupaciones, dejando atrás deseos y placeres.

347

Los que son esclavos de las pasiones bajan con la corriente (de los deseos), como la araña baja por la tela que ella misma ha hecho; cuando la han cortado, al fin, los sabios dejan el mundo libres de preocupaciones, dejando atrás todo afecto.

348

Renuncia a lo que está delante, renuncia a lo que está detrás, renuncia a lo que está en medio, cuando vayas a la otra orilla de la existencia; si tu mente está completamente libre, no volverás a entrar en el nacimiento y la decadencia.

349

Si un hombre es zarandeado por las dudas, lleno de pasiones fuertes y anhelando solo lo que es agradable, su sed crecerá más y más, y él en verdad hará fuertes sus cadenas.

350

Si un hombre se deleita en aquietar las dudas y, siempre reflexionando, se detiene en lo que no es agradable (la impureza del cuerpo, etc.), ciertamente quitará, más aún, cortará la cadena de Mara.

351

El que ha alcanzado la consumación, que no tiembla, que está sin sed y sin pecado, ha roto todas las espinas de la vida: este será su último cuerpo.

352

El que está sin sed y sin afecto, que entiende las palabras y su interpretación, que conoce el orden de las letras (las que van antes y las que van después), ha recibido su último cuerpo; es llamado el gran sabio, el gran hombre.

353

"Lo he vencido todo, lo conozco todo, en todas las condiciones de la vida estoy libre de mancha; lo he dejado todo y, por la destrucción de la sed, soy libre; habiendo aprendido por mí mismo, ¿a quién enseñaré?"

354

El don de la ley supera todos los dones; la dulzura de la ley supera toda dulzura; el deleite en la ley supera todos los deleites; la extinción de la sed vence todo dolor.

355

Los placeres destruyen al necio, si no busca la otra orilla; el necio, por su sed de placeres, se destruye a sí mismo, como si fuera su propio enemigo.

356

Los campos son dañados por las malas hierbas, la humanidad es dañada por la pasión: por eso la dádiva dada a los que están sin pasión trae gran recompensa.

357

Los campos son dañados por las malas hierbas, la humanidad es dañada por el odio: por eso la dádiva dada a los que no odian trae gran recompensa.

358

Los campos son dañados por las malas hierbas, la humanidad es dañada por la vanidad: por eso la dádiva dada a los que están libres de vanidad trae gran recompensa.

359

Los campos son dañados por las malas hierbas, la humanidad es dañada por la lujuria: por eso la dádiva dada a los que están libres de lujuria trae gran recompensa.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

25. EL BHIKSHU (MENDICANTE)

✦

360

La contención en el ojo es buena, buena es la contención en el oído, en la nariz la contención es buena, buena es la contención en la lengua.

361

En el cuerpo la contención es buena, buena es la contención en el habla, en el pensamiento la contención es buena, buena es la contención en todas las cosas. Un Bhikshu, contenido en todas las cosas, queda libre de todo dolor.

362

Al que controla su mano, al que controla sus pies, al que controla su habla, al que está bien controlado, al que se deleita interiormente, que está recogido, que es solitario y contento, a ese llaman Bhikshu.

363

El Bhikshu que controla su boca, que habla con sabiduría y calma, que enseña el sentido y la ley, su palabra es dulce.

364

El que habita en la ley, se deleita en la ley, medita en la ley, sigue la ley, ese Bhikshu nunca se apartará de la verdadera ley.

365

Que no desprecie lo que ha recibido, ni envidie nunca a otros: un mendicante que envidia a otros no obtiene la paz de la mente.

366

A un Bhikshu que, aunque reciba poco, no desprecia lo que ha recibido, hasta los dioses lo alabarán, si su vida es pura y si no es perezoso.

367

El que nunca se identifica con el nombre y la forma, y no se aflige por lo que ya no existe, ese es verdaderamente llamado Bhikshu.

368

El Bhikshu que obra con bondad, que está en calma en la doctrina del Buda, llegará al lugar sereno (Nirvana), a la cesación de los deseos naturales y a la felicidad.

369

¡Oh Bhikshu, vacía esta barca! Si se vacía, irá deprisa; habiendo cortado la pasión y el odio, irás al Nirvana.

370

Corta los cinco (sentidos), deja los cinco, elévate por encima de los cinco. Un Bhikshu que ha escapado de las cinco cadenas es llamado Oghatinna, "salvado de la inundación".

371

¡Medita, oh Bhikshu, y no seas descuidado! No dirijas tu pensamiento a lo que da placer, para que no tengas que tragar, por tu descuido, la bola de hierro (en el infierno), y para que no grites, al arder: "Esto es dolor."

372

Sin conocimiento no hay meditación, sin meditación no hay conocimiento: el que tiene conocimiento y meditación está cerca del Nirvana.

373

Un Bhikshu que ha entrado en su casa vacía y cuya mente está tranquila siente un deleite más que humano cuando ve la ley con claridad.

374

En cuanto ha considerado el origen y la destrucción de los elementos (khandha) del cuerpo, encuentra la felicidad y la alegría que pertenecen a los que conocen lo inmortal (Nirvana).

375

Y este es el comienzo aquí para un Bhikshu sabio: vigilancia sobre los sentidos, contento, contención bajo la ley; mantén amigos nobles cuya vida es pura y que no son perezosos.

376

Que viva en la caridad, que sea perfecto en sus deberes; entonces, en la plenitud del deleite, pondrá fin al sufrimiento.

377

¡Como la planta Vassika deja caer sus flores marchitas, así los hombres deben dejar caer la pasión y el odio, oh Bhikshus!

378

El Bhikshu cuyo cuerpo, lengua y mente están aquietados, que está recogido y ha rechazado los cebos del mundo, ese es llamado sereno.

379

¡Despiértate a ti mismo por ti mismo, examínate a ti mismo por ti mismo; así, protegido por ti mismo y atento, vivirás feliz, oh Bhikshu!

380

Pues el yo es el señor del yo, el yo es el refugio del yo; por consiguiente, refrénate como el mercader refrena un buen caballo.

381

El Bhikshu lleno de deleite, que está en calma en la doctrina del Buda, llegará al lugar sereno (Nirvana), a la cesación de los deseos naturales y a la felicidad.

382

El que, aun siendo un joven Bhikshu, se aplica a la doctrina del Buda, ilumina este mundo, como la luna cuando se libra de las nubes.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0

26. EL BRAHMANA (ARHAT)

✦

383

¡Detén la corriente con valor, expulsa los deseos, oh Brahmana! Cuando hayas comprendido la destrucción de todo lo que fue hecho, comprenderás aquello que no fue hecho.

384

Si el Brahmana ha alcanzado la otra orilla en ambas leyes (en la contención y en la contemplación), todos los lazos desaparecen de aquel que ha obtenido el conocimiento.

385

Aquel para quien no hay ni esta ni aquella orilla, ni ambas, a ese, el intrépido y desencadenado, llamo verdaderamente Brahmana.

386

El que es reflexivo, irreprochable, asentado, cumplidor, sin pasiones, y que ha alcanzado el fin más alto, a ese llamo verdaderamente Brahmana.

387

El sol brilla de día, la luna brilla de noche, el guerrero brilla en su armadura, el Brahmana brilla en su meditación; pero el Buda, el Despierto, brilla con esplendor día y noche.

388

Porque un hombre está libre del mal, por eso se le llama Brahmana; porque anda serenamente, por eso se le llama Samana; porque ha alejado sus propias impurezas, por eso se le llama Pravragita (Pabbagita, peregrino).

389

¡Nadie debe atacar a un Brahmana, pero ningún Brahmana (si es atacado) debe lanzarse contra su agresor! ¡Ay del que golpea a un Brahmana, más ay del que se lanza contra su agresor!

390

No es poca la ventaja para un Brahmana si aparta su mente de los placeres de la vida; cuando todo deseo de dañar haya desaparecido, el dolor cesará.

391

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que no ofende ni con el cuerpo, ni con la palabra, ni con el pensamiento, y está controlado en estos tres puntos.

392

Después de que un hombre ha comprendido la ley tal como la enseñó el Bien Despierto (Buda), que la venere con cuidado, como el Brahmana venera el fuego sacrificial.

393

Un hombre no se vuelve Brahmana por su cabello trenzado, por su familia o por nacimiento; aquel en quien hay verdad y rectitud, ese es bienaventurado, ese es Brahmana.

394

¡De qué sirve el cabello trenzado, oh necio! ¿De qué sirve la vestidura de piel de cabra? Dentro de ti hay voracidad, pero el exterior lo limpias.

395

Al hombre que lleva vestiduras sucias, que está demacrado y cubierto de venas, que vive solo en el bosque y medita, a ese llamo verdaderamente Brahmana.

396

No llamo Brahmana a un hombre por su origen o por su madre. Ese es en verdad arrogante, y es rico: pero al pobre que está libre de todo apego, a ese llamo verdaderamente Brahmana.

397

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que ha cortado todas las cadenas, que nunca tiembla, que es independiente y desencadenado.

398

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que ha cortado la correa y la cincha, la cadena con todo lo que le pertenece, que ha roto la tranca y está despierto.

399

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que, aunque no ha cometido ofensa, soporta el reproche, los grilletes y los azotes, que tiene la paciencia por fuerza y la firmeza por ejército.

400

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que está libre de ira, es cumplidor, virtuoso, sin apetito, que está sometido y ha recibido su último cuerpo.

401

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que no se aferra a los placeres, como el agua en una hoja de loto, como un grano de mostaza en la punta de una aguja.

402

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que, ya aquí, conoce el fin de su sufrimiento, ha depuesto su carga y está desencadenado.

403

A ese llamo verdaderamente Brahmana: a aquel cuyo conocimiento es profundo, que posee sabiduría, que conoce el camino recto y el errado y ha alcanzado el fin más alto.

404

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que se mantiene apartado tanto de los laicos como de los mendicantes, que no frecuenta casas y tiene pocos deseos.

405

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que no encuentra falta en los demás seres, sean débiles o fuertes, y no mata ni causa matanza.

406

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que es tolerante con los intolerantes, apacible con los que censuran y libre de pasión entre los apasionados.

407

A ese llamo verdaderamente Brahmana: a aquel de quien la ira y el odio, el orgullo y la envidia han caído como un grano de mostaza de la punta de una aguja.

408

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que pronuncia palabras verdaderas, instructivas y libres de aspereza, de modo que no ofende a nadie.

409

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que nada toma en el mundo que no se le haya dado, sea largo o corto, pequeño o grande, bueno o malo.

410

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que no alberga deseos por este mundo ni por el próximo, no tiene inclinaciones y está desencadenado.

411

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que no tiene intereses y, cuando ha comprendido (la verdad), no dice ¿Cómo, cómo?, y que ha alcanzado la profundidad de lo Inmortal.

412

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que en este mundo está por encima del bien y del mal, por encima de la servidumbre de ambos, libre de aflicción, de pecado y de impureza.

413

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que es luminoso como la luna, puro, sereno, imperturbable, y en quien toda alegría se ha extinguido.

414

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que ha atravesado este camino cenagoso, el mundo intransitable y su vanidad, que ha pasado y ha llegado a la otra orilla, que es reflexivo, sin malicia, libre de dudas, libre de apego y contento.

415

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que en este mundo, dejando todos los deseos, viaja sin hogar, y en quien toda concupiscencia se ha extinguido.

416

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que, dejando todos los anhelos, viaja sin hogar, y en quien toda codicia se ha extinguido.

417

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que, después de dejar toda servidumbre a los hombres, se ha elevado por encima de toda servidumbre a los dioses y está libre de toda servidumbre, sea cual sea.

418

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que ha dejado lo que da placer y lo que da dolor, que es frío y libre de todo germen (de vida renovada), el héroe que ha vencido todos los mundos.

419

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que conoce la destrucción y el retorno de los seres por todas partes, que está libre de servidumbre, bienaventurado (Sugata) y despierto (Buda).

420

A ese llamo verdaderamente Brahmana: a aquel cuyo camino no conocen los dioses, ni los espíritus (Gandharvas), ni los hombres, cuyas pasiones están extinguidas y que es un Arhat (venerable).

421

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que nada llama suyo, ya sea delante, detrás o en medio, que es pobre y libre del amor al mundo.

422

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al varonil, al noble, al héroe, al gran sabio, al vencedor, al impasible, al consumado, al despierto.

423

A ese llamo verdaderamente Brahmana: al que conoce sus moradas anteriores, que ve el cielo y el infierno, ha llegado al fin de los nacimientos, es perfecto en el conocimiento, un sabio, y cuyas perfecciones son todas perfectas.

Une Sacra · edición 2.4 · unesacra.com · CC BY-NC-SA 4.0